

# FEMECV

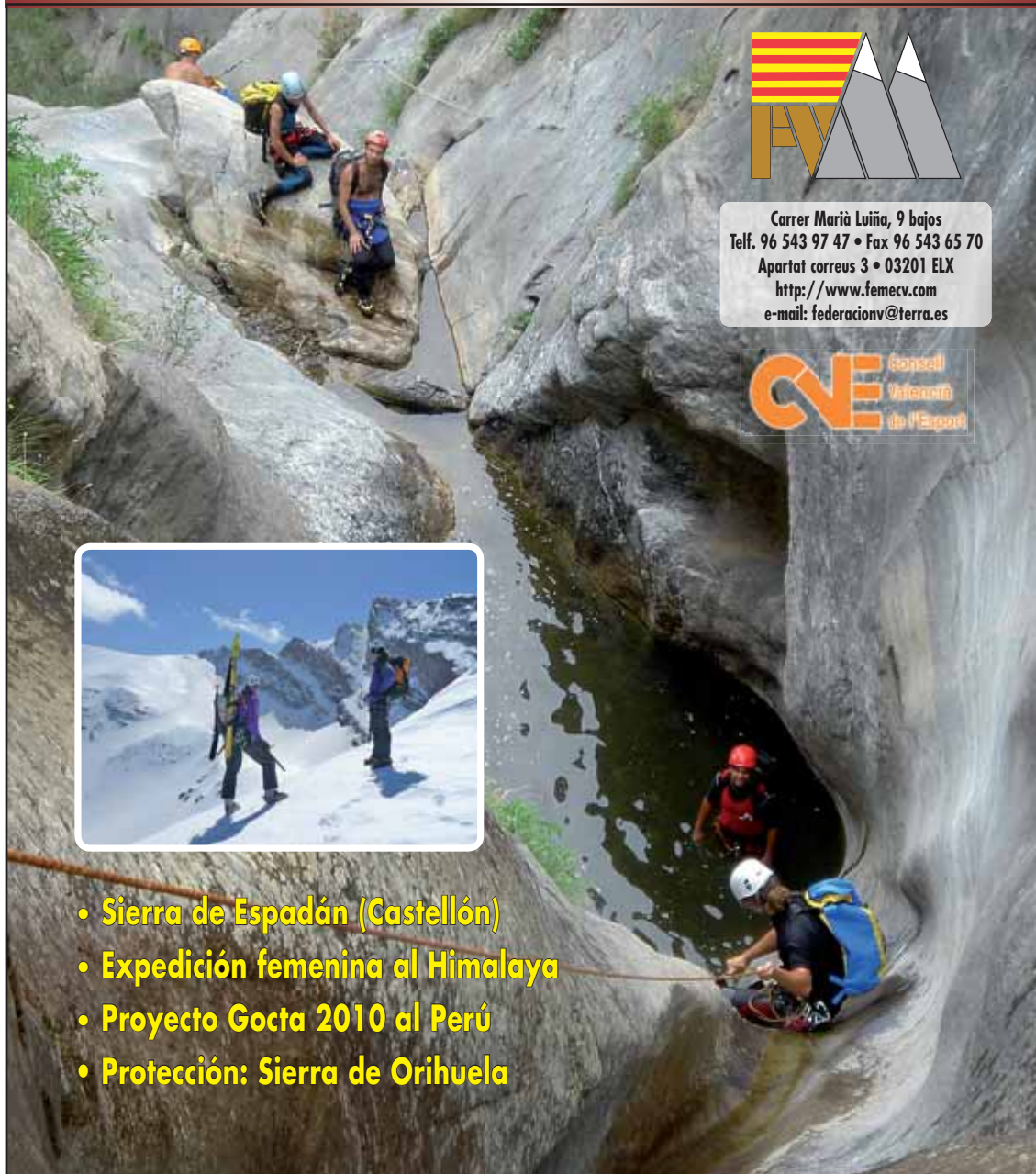
FEDERACIÓ D'ESPORTS DE MUNTANYA I ESCALADA DE LA COMUNITAT VALENCIANA



Carrer Marià Lluïna, 9 baixos  
Telf. 96 543 97 47 • Fax 96 543 65 70  
Apartat correus 3 • 03201 ELX  
<http://www.femecv.com>  
e-mail: federacionv@terra.es



- Sierra de Espadán (Castellón)
- Expedición femenina al Himalaya
- Proyecto Gocta 2010 al Perú
- Protección: Sierra de Orihuela



# JUNTA DIRECTIVA

FRANCISCO DURÁ SEMPERE

PRESIDENTE

ANTONIO GONZÁLEZ DAVO

VICEPRESIDENTE 1º

ROGELIO GARCÍA GARCÍA

VICEPRESIDENTE 2º

ALICIA AVENDAÑO MARÍN

SECRETARÍA GENERAL

JUAN JOSÉ MOTOS SÁNCHEZ

TESORERO

NOEL BLASCO RUIZ

DIRECTOR TÉCNICO

MANUEL AMAT CASTILLO

DIRECTOR ÁREA DE CARRERAS POR MONTAÑA

PEDRO JORGE NOTARIO PEREA

VOCAL DE RELACIONES INSTITUCIONALES

MIQUEL GIMÉNEZ MARTÍNEZ

VOCAL PRENSA, BLOG Y DELEGADO DE VALENCIA

JOSÉ IGNACIO AMAT SEGURA

DIRECTOR DE LA EVAM, PUBLICACIONES Y BOLETÍN

ALBA SÁNCHEZ ESTEBAN

VOCAL DE PROTECCION Y ACCESO A LA MONTAÑA  
JUVENTUD Y DEPORTE DE LA MUJER

JESÚS MORENO RUBIO

SEMAM, SOCORRO, RESCATE Y REFUGIOS

FRANCISCO SALES CLIMENT

VOCAL, ACTIVADOR DEL SENDERISTA

FEDERICO ALMELA BLASCO

DELEGADO DE CASTELLÓN

## Especialistas en :

### 1. AVENTURA URBANA

- Diseño, Montaje e Instalación de Rocódromos.
- Torres de Aventura (Escalada, Rapel, tirolina, puentes colgantes, puenting...)
- Venta de Rocódromos móviles.

### 2. ACTIVIDADES ESCOLARES

- Salidas Educativas de Senderismo y Multiaventura.

### 3. GUIAJES Y ACOMPAÑAMIENTOS POR MONTAÑA

- Equipo de guías titulados (guías de montaña, barrancos y escalada)

### 4. DESARROLLO DE FOLLETOS Y TOPOGUIAS PARA SENDEROS

- Técnicos de senderos titulados por la Federación

¡SOLICITA NUESTRO CATÁLOGO SIN COMPROMISO!



C/. Buidaoli - 52 • Apto. Correos 270  
03801 Alcoi (Alicante)  
Tlf. 965 54 33 94 • Fax 965 54 81 37  
<http://www.outdooraventura.com>  
e-mail: [info@outdooraventura.com](mailto:info@outdooraventura.com)



# SUMARIO

## 2 CARTA DEL PRESIDENTE

## 3 EDITORIAL

## 4 COMITÉS TÉCNICOS

4 Programa Electoral

8 La Sierra de Espadán (Castellón)

- Cuatro Caminos (senderismo)
- Una ruta por Eslida (senderismo)
- Barranco del Lobo (barranquismo)
- Peñas Aragonesas (escalada deport.)

18 Expedición femenina al Himalaya  
Trangoworld 2010

AMA DABLAM

La montaña con alma de mujer

24 Una expedición solidaria  
Proyecto Gocta 2010 (Perú)

Exploración y desarrollo del barranquismo

29 Una alternativa a la prohibición  
de la escalada y senderismo  
en la Sierra de Orihuela

## 32 MEMORIA CARRERAS POR MONTAÑA 2010

36 Carreras por Montaña  
Resultados

40 Campeonato de bloque y Escalada  
Resultados

47 Fe de erratas del Boletín nº 8

48 Relación de miembros de la  
Asamblea General de la FEMECCV

49 Listado de libros

50 Calendario Actividades 2011

## 52 INFORMACIÓN FEDERATIVA

## 52 LA FEDERACIÓN CONTESTA

52 Preguntas y respuestas

53 Pago de Licencias Federativas  
Domiciliación Bancaria

54 Póliza nº 3295

55 Resumen prestaciones  
y sumas aseguradas

56 Cursos para Deportistas 2011 EVAM

58 Cuadro médico Comunidad Valenciana

64 Boletín de inscripción

### Boletín informativo FEMECCV, nº 9

Foto portada: Principal: Barranco del Sacs (Benasque - Huesca)  
Lateral: Monte Veleta (Sierra Nevada - Granada)

Sede: Carrer Marià Lluïsa, 9 – 03201-Elche  
Apartado de correos 3 – 03080 Elche  
Teléfono: 965439747 – Fax: 965436570  
Móvil presidente Femeccv: 637859376  
e-mail: federacionv@terra.es  
web: www.femeccv.com

Dirección y redacción:  
José Ignacio Amat Segura

Colaboradores:  
Francisco Durá, Alicia Avendaño, Isabel Bernal, Rosa Real,  
Amancio Catalá, Fede Almela, Miquel Giménez, Vicent Peydro.  
Diseño y Maquetación: Segarra Sánchez, S.L.  
Depósito Legal: A-16-2002

La opinión vertida en las páginas del boletín es de exclusiva responsabilidad de sus autores y ésta no ha de compartir necesariamente el criterio de la FEMECCV.



## Carta del Presidente



Estimados lectores:

Otro año más me meto en vuestras mentes para transmitir la ilusión que tengo en esta nueva legislatura que acabamos de estrenar.

Casi la mitad de mi vida llevo en el cargo y quiero decirlos que con las mismas ganas de trabajar para vosotros como el primer día y esto es gracias a la Asamblea y a todos los federados que han confiado en mí una vez más.

Quisiera agradecer la colaboración de los clubes que cada año siguen colaborando en que se aumente la gran familia de federados; superando año tras año el número de los que deciden comprar la licencia.

Esta Licencia nos da muchas posibilidades, como son:

Participar en las Actividades Federativas, en un calendario con muchas disciplinas, tener descuentos en refugios y en algunos alberges, más las ventajas FEDME y cómo no, un seguro de accidentes y rescates (no es un seguro por enfermedad).

Los deportistas son seleccionados para que representen a los Clubes y Federados de la Comunidad Valenciana en el mundo entero, especialmente en los "paraclimbing".

Formar a deportistas, aunque dando un paso atrás en la formación, pues la administración no nos autorizó el poner en marcha la formación de técnicos. En esta legislatura y en concreto este año dará comienzo la puesta en funcionamiento de

las titulaciones federativas, es una de las tareas que tenemos pendientes para hacer en esta legislatura, ya que no se puede parar, pues los deportistas cada vez demandan más formación.

Disfrutar del terreno de juego en las montañas con la libertad que el montañismo siempre a demandado y cumpliendo las leyes que crean nuestros políticos, pero con las alegaciones pertinentes que nos demandan nuestros practicantes de los Deportes de Montaña.

El equipo profesional que hay en las oficinas de la Federación atenderán las demandas de nuestros federados para que tengan los servicios que ofertamos e informaros a todos aquellos que demandéis información para pertenecer a este gran colectivo, para ello cuento con su colaboración.

El equipo directivo algunos nuevos, otros continúan desde hace 25 años con el que hoy escribe, para mí es el mejor equipo y cuento con ellos para poder llevar a buen puerto mi programa.

Realmente me siento con ganas de continuar con los sinsabores del cargo, por supuesto también hay muchas alegrías las cuales superan las dudas que suelen aparecer en el día a día.

Buenas escaladas y que subáis muchas cumbres.

**Francisco Durá Sempere**

*President de la Federació d'Esports de Muntanya  
i Escalada de la Comunitat Valenciana*



# Editorial



El año 2009 se despidió con las elecciones a nuestra federación y la elección del presidente, como ya sabréis sigue Francisco Durá que va a apoyar el boletín anual como forma de divulgación de los deportes tanto competitivos como no competitivos realizados en la montaña.

En este número, y con el inicio de la legislatura la Presidencia nos explica su proyecto deportivo, también empezamos el tema referido a montañas y sierras de nuestra Comunidad y su potencial como instalación natural en la práctica de actividades montaÑeras, me gustaría que se convirtiera en una trilogía donde se representaran las tres provincias.

El 2010, se ha caracterizado por un gran movimiento de expediciones de montaÑeros de nuestra comunidad a lugares recónditos del Planeta, entre otras tenemos la Expedición femenina al Ama Dablam (Himalaya), reto alpinístico de altura, y la Expedición Gocta (Perú), solidaria y futura referencia en el descubrimiento de barrancos de envergadura en el corazón andino.



Mantenemos nuestro artículo de información de la secretaría por la importancia de su mensaje y claridad para entender las cuestiones referentes a las licencias federativas como son costes, coberturas, direcciones y teléfonos de interés. Y por otro lado, para el público montaÑero deportista en general, saber porque, como y donde federarse.

Es mi objetivo llegar a todos, tarea ardua y difícil, y para esto esperamos vuestras cartas con sugerencias que podéis dirigir al departamento de Comunicación e información, ya que el boletín debe ser una publicación de todos y para todos los deportistas federados sea cual sea su modalidad deportiva dentro de la montaña.

Espero que esta publicación sea útil para cualquiera que sea su lector y que, poco a poco, el federado se sienta involucrado con ella, este Departamento de Comunicación e Información se despide.

José Ignacio Amat Segura  
*Director del Boletín Informativo y  
responsable de publicaciones FEMECCV*

El pasado diciembre la asamblea de la FEMECV se reunió en Elche (Alicante) para la elección de presidente de nuestra federación, con un respaldo aplastante y mayoritario Francisco Durá Sempere fue reelegido por sexta vez consecutiva en el cargo. A continuación en este pequeño artículo intentamos acercarnos a la persona de Francisco Durá tanto desde su trayectoria profesional como deportiva y su programa electoral para los próximos años de mandato.



Francisco Durá arbitrando una competición de escalada en bloque (Petrer)

### CURRICULUM DEPORTIVO Y PROFESIONAL

Francisco Durá Sempere, 56 años y residente en Elche (Alicante), lleva como practicante de actividades deportivas de montaña y escalada desde los 17 años.

Empezó a interesarse en actividades de organización y gestión deportiva dentro de su club de montaña, el "Grup Il·licità de Muntanyisme", principal club deportivo de montaña de Elche del que fue presidente durante tres legislaturas.

Compaginó su trabajo de presidente del GIM con la dirección de la Escuela Valenciana de Alta Montaña, de la que ya era miembro activo como Instructor de Escalada, Técnico deportivo en alpinismo y roca, Arbitro de competición de Escalada Deportiva (Primera Promoción Nacional).

Además es miembro activo de la Escuela Española de Alta Montaña y de la Junta Directiva de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada como responsable de árbitros y jueces.

En 1986 presenta su candidatura a la presidencia de la Federación Territorial Valenciana de Montañismo (actualmente, Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana) donde fue elegido y

puesto que ostenta desde entonces.

Dentro de sus colaboraciones deportivas fuera del ámbito de la federación, actualmente es Patrono de la fundación del Esport Il·licità y Director de la Escuela de Escalada Municipal de Elche

Francisco Durá, además es una persona amante del deporte y de la montaña y cabe destacar, además de un gran número de rutas de escalada abiertas dentro de nuestra Comunidad, sus consecuciones alpinas internacionales antes de los ochenta donde las expediciones tenían un carácter aventurero mas marcado que en nuestros días, destacan

cumbres conseguidas como: Kilimanjaro (Tanzania), Monte Kenia (Kenia), Mont Blanc (Alpes Franceses), Huascarán (Perú), Toubkal (Marruecos), El Ahag-





gar (Argelia), la Regular al Half Dome en Yosemite (Estados Unidos) y Aconcagua (Andes Argentinos).

En cuanto a la vida laboral, trabajando desde los 14 años en una empresa de Artes Gráficas, como impresor actualmente en la categoría de Oficial de Primera de máquina de varios colores, que combina de forma altruista con su cargo de Presidente de la FEMEVC.

En su propuesta electoral se divide en dos direcciones, ambas con un carácter claro de búsqueda de transparencia en la gestión, optimización de la burocracia y rapidez en la tramitación de licencias, esto último no es nuevo y ya es un reto que se planteó hace algunos años con resultados espectaculares en el aumento de federados. A todo esto le unimos conseguir los medios necesarios para que la información deportiva, y de otro interés, llegue directamente al federado y al club lo más rápidamente posible.

También, ya dentro del ámbito de las actividades deportivas su proyecto buscará la convivencia necesaria entre las

actividades deportivas montaÑeras tanto competitivas como las no competitivas, recuperando las antiguas y clásicas actividades como la marcha de regularidad y los campamentos que siempre han sido un acto social montaÑero de primer orden.

**A grandes rasgos estos son los puntos comprometidos en el proyecto electoral:**

### SOBRE EL ÓRGANO DE GESTIÓN Y EJECUCIÓN

Como objetivo principal plantea optimizar los recursos humanos y económicos. El personal está formado por el profesionalizado, administrativos en su mayoría, y el altruista, éstos son los miembros de la Junta Directiva. Dentro de los recursos económicos encontramos el que aportamos los federados con nuestra licencia, aportaciones de sponsors-publicidad y las subvenciones de la administración pública.

Mediante los sistemas digitalizados por Internet vamos a conseguir aumentar el contacto con todos y cada uno de los federados, ya que la información inmediata se encontrará plasmada en nuestra WEB [www.femecv.com](http://www.femecv.com), así como el uso del correo electrónico como instrumento básico de comunicación con el deportista según su interés deportivo, del mismo modo se utilizarán estos sistemas para mantener y aumentar el contacto con todos los clubes.

Vamos a disponer de medios más rápidos que agilizarán la tramitación de las Licencias Deportivas, optimizando la domiciliación de dicho



documento ya que es el medio directo, más rápido y cómodo para el deportista.

Se va a cuidar de forma muy especial la presencia de la F.E.M.E.C.V. en los actos públicos que tengan que ver con los deportes de la montaña, así como estar presente en las instituciones públicas y privadas (ayuntamientos, diputaciones, consejerías, universidades, institutos, empresas, parques nacionales, etc.), para poder asesorar, opinar y decidir sobre las cuestiones que se tratan dentro del ámbito deportivo-medio ambiental que tanto nos preocupa y atañe a nuestras actividades.

Se formarán los grupos de trabajo, comités, asamblea y directiva, indistintamente por hombres y/o mujeres ya que esto enriquecerá la toma de decisiones. Se buscará la profesionalidad de los técnicos necesarios para una mejora del trabajo federativo.

Y se afianzará la información escrita global, como es el Boletín informativo y divulgativo hasta ahora tan felicitado y apoyado como iniciativa de actualidad de nuestra Federación y sus deportistas.

Es necesario que desde la federación promovamos un protocolo de seguridad dirigido a empresas que organizan deportes de aventura relacionadas con nuestras modalidades y con esto conseguir una mutua colaboración.

Se van a promover las publicaciones que fomenten la práctica de nuestros deportes, ya sea desde las simples guías o topoguías a manuales que eduquen y enseñen nuestras técnicas deportivas.

Se hará una auditoría para analizar la salud de nuestras cuentas.

Como colofón y con la finalidad de una consulta y modernización de nuestros archivos, vamos a digitalizarlos, esto traerá además la optimización del espacio en la sede.



Escalando el Espolón Central (Puig Campana)

### EN LA FACETA DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE LA FEMECV

Es propósito de la presidencia mantener, dinamizar y potenciar en la medida de sus posibilidades todas las actividades tanto competitivas como no competitivas que se viene realizando en la actualidad. Mencionar de manera especial las siguientes:

#### Campeonato de Regularidad

Es el gran escenario social de los montañeros, su aspecto deportivo, lúdico festivo y, por otro lado competitivo, la hacen una de las actividades más antiguas de las que se realizan, además atrae a todo tipo de deportistas sea cual sea su edad y condición física. Siendo por lo tanto una de las actividades más relevantes de la F.E.M.E.C.V.

#### Carreras por montaña

Actividad competitiva que sigue en auge en estos momentos y debido a la gran cantidad de deportistas que congrega las potenciaremos. Además hoy





por hoy es una de nuestras mejores tarjetas de visita en el panorama nacional e internacional, con la alta representación en la Copa de España.

Se incidirá en potenciar el área y el equipo arbitral, en número y calidad.

### Escalada de Competición

Recuperar las competiciones consiguiendo realizar un circuito de varias pruebas, en modalidades como dificultad, bloque y velocidad

**Fuera del ámbito puramente de organización de competiciones vamos a promocionar facetas que fundamentan un crecimiento sano desde la base de nuestros deportistas más destacados, promocionaremos el Fair Play, los centros de tecnificación y la formación de técnicos y deportistas.**

### Juego limpio (Fair Play)

Charlas sobre Doping para nuestros deportistas de competición, solicitar reconocimientos médicos para estos competidores seleccionados para representar a la Federación (C.V.)



De travesía invernal en Sierra Nevada

**Sobre la formación es intención de la presidencia:**

### Formación continua de técnicos y deportistas

Realizando cursos de formación académica para los que quieran obtener dichas titulaciones o para aquellos que so-

lamente deseen formarse en los deportes de montaña y así realizar sus excursiones con mayor seguridad. Habilitar un centro de formación en nuestra Comunidad.

Buscaremos vías y formas de tener un centro de formación oficial en nuestra Comunidad.

### Tecnificación en alpinismo, corredores por montaña y escalada de competición

Labor un tanto difícil, ya que hoy por hoy no tenemos los recursos económicos suficientes para llegar donde se desearía. Trabajaremos con la administración con proyectos que representen las necesidades que el colectivo demande.

### Fomento del Senderismo

El colectivo de senderistas necesita de una difusión y formación para poder recorrer los senderos balizados. Por tanto pretendo continuar, impulsar y apoyar proyectos y/o iniciativas, que desde las entidades privadas y públicas se proyecten a la ciudadanía para su práctica y promoción. Y concluiremos con la organización del registro público de los senderos.

Además, ampliaremos la actividad del **Día del senderista**, enfocada al colectivo de federados, para poder disfrutar caminando por la naturaleza.

Contaremos con un activador del senderismo, que difunda e informe a este colectivo en su deporte de montaña.

### Protección de la montaña

Colaborar con la Consejería de Territorio y Vivienda para que los decretos, normas o leyes que se publiquen, se compatibilicen con la práctica de nuestros deportes.

### Calendario de actividades federativas

Reunir a los clubes organizadores de las actividades del calendario federativo a primero de año en la sede de la federación.



## GRANDES SIERRAS DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

# LA SIERRA DE ESPADÁN

La Sierra de Espadán se encuentra localizada al sur de la Provincia de Castellón, entre las comarcas del Alto Mijares, Alto Palancia y la Plana Baixa, discurre entre las cuencas de los ríos Mijares y Palancia. La superficie declarada como Parque ocupa unas 31.180 Ha. En ella se encuentra enclavado el segundo espacio protegido más extenso de la Comunidad Valenciana. Fue declarada Parque Natural el 29 de septiembre de 1998.

Son 19 los municipios que entran dentro de este paraje y 11 tienen todo su término municipal dentro de los límites del parque natural (Aín, Alcudia de Veo, Almedíjar, Azuébar, Chóvar, Eslida, Fuentes de Ayódar, Higueras, Pavías, Torralba del Pinar y Villamalur); mientras que los 8 restantes (Alfondeguilla, Algimia de Almonacid, Artana, Ayódar, Matet, Sueras, Tales y Vall de Almonacid) sólo están incluidos parcialmente.

En esta sierra, encontramos uno de los pocos afloramientos de areniscas del territorio valenciano configurando un relieve abrupto y quebrado, conformado por cimas y cordales acompañados por profundos barrancos y ramblas, donde podemos encontrar numerosas fuentes y frondosos bosques de alcornoques únicos en nuestra geografía.

Las actividades socioeconómicas tradicionales de la zona se han centrado en

el aprovechamiento y explotación de los alcornoques para la extracción de corcho; otros productos de la sierra son la miel, el aceite, las cerezas, el agua, etc...

Como cultivo destacado, nombraremos el olivo con una excelente calidad del aceite y las cerezas cultivadas en el fondo y en las laderas de los valles.

La apicultura es otra actividad digna de mención, donde existen gran número de colmenas que además de miel, también realizan la jalea real, el polen o la cera.

Las aguas de los acuíferos que manan de Espadán son idóneas para el consumo humano, por su bajo contenido en cal.

Los recursos de la sierra han sido explotados desde tiempos ancestrales y de algunos de ellos quedan hoy testimonios como son los "pous de neu" (pozos de nieve) o neveras para la obtención de hielo que se distribuía a las poblaciones de la Plana Baixa. Ejemplo de ello es la utilización de la nevera de Castro hasta el siglo XVIII.

Esta sierra es idónea para la práctica de los deportes de montaña como el senderismo, la escalada y el descenso de barrancos, a continuación os mostramos alternativas deportivas poco conocidas que nos acercarán a este maravilloso paraje de montaña protegido.

**SENDERISMO**  
**BARRANQUISMO**  
**ESCALADA DEPORTIVA**

## SENDERISMO

## CUATRO CAMINOS

## VUELTA PICO ESPADÁN-PICO LA RÁPITA

La ruta principal marcada en color rojo, comienza desde la localidad de **Alcudia de Veo** aparcamos el coche en la *Pza. Cantón* de esta localidad, justo desde la parada de autobús y el parking iniciamos a pie esta ruta, por la *C/ Sierra Espadán* nos dirigimos por la carretera CV-223 dirección **Aín**.



A unos 70 m. tomamos una evidente senda a la izquierda dirección SW, por senda perfectamente marcada iniciamos el ascenso entre pinos y alcorques al **Pico Espadán**.

Llegamos al PRV-36.6 que nos llevará a la cima rumbo SE 150°, pasamos entre trincheras y puestos de mando de la *Guerra Civil Española*; y en poco más de una hora llegamos al Pico Espadán.

Desde el pico rumbo NW 354° y por el sendero PRV-63.6 descendemos a la **Nevera de Algimia**, donde tenemos una excelente panorámica del *Pico Peñagolosa*, *la Sierra de Javalambre*, *Gúdar* y *la Sierra de la Calderona*.

Una vez en la nevera bajamos hasta la carretera donde encontraremos una zona de picnic y puntos de información, cruzaremos la carretera dirección N 348° por pista forestal y llegaremos a una senda a nuestra izquierda, dirección NW 320°. Iniciamos el ascenso al **Pico La Rápita**, el punto más alto de la ruta con 1.106 m. de altura, en poco más de 1 h. 15 minutos.

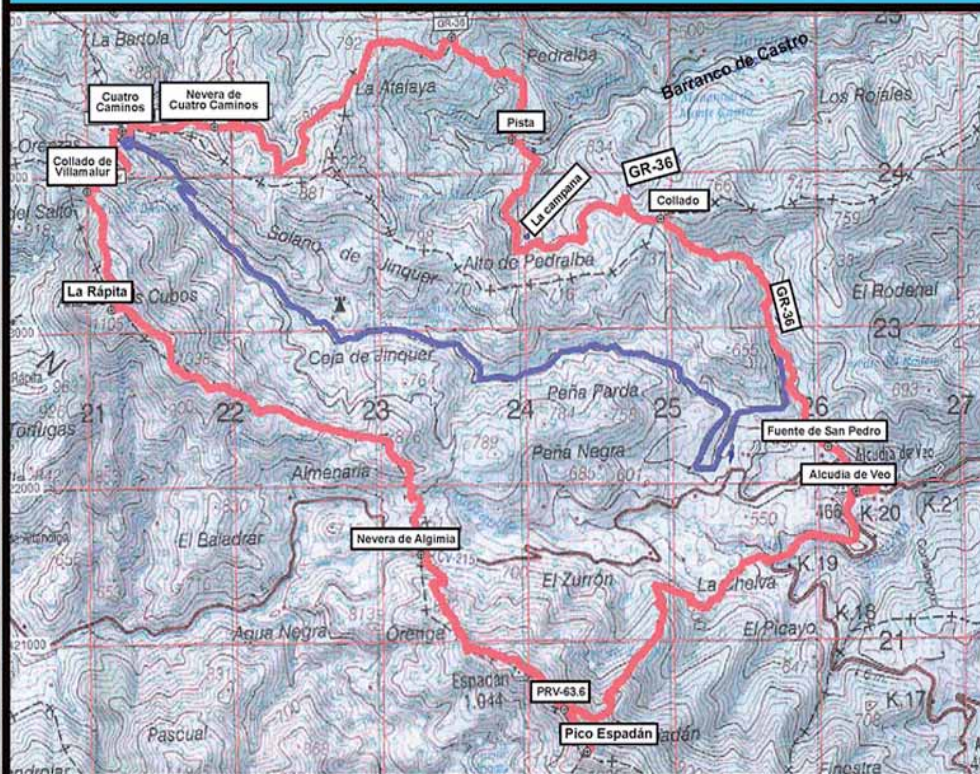
Descendemos del pico dirección al Collado de Villamalur donde llegamos a un cruce que nos lleva a Algimia (SW 220°), a Matet (NW 302°) y al collado de Cuatro Caminos (W 20°). Continuaremos por pista forestal dirección E 90° hasta encontrarnos con **la Nevera de Cuatro Caminos**.

Nos desviamos dirección S 100° y continuamos por una pista algo horrigonada, en unos metros dejamos la pista en una pequeña explanada, continuamos dirección N 40° entre la línea divisoria de términos de **Villamalur** y **Suera**.





## VUELTA PICO ESPADÁN - PICO LA RÁPITA VS NEVERAS DE ALGIMIA - CUATRO CAMINOS



### SIERRA ESPADÁN, CASTELLÓN

CARTOGRAFÍA: 0640 Segorbe ING, escala 1:50.000.

apen  
muntanya

#### NOTAS:

Seguimos las fitas en busca del GR-36 que nos llevará hasta una pista que continuaremos dirección las marcas de GR hasta unas ruinas conocidas como La Campana. Subimos este último collado y ya bajamos hasta el area recreativa de la **Fuente de San Pedro** y poco después llegamos a **Alcudia de Veo**.

La pista de Cuatro caminos se puede hacer toda con coche, desde Alcudia de Veo vamos por la CV-215 dirección Algimia, La Vall de Almonacid... y después de una curva muy marcada a la izquierda sale otra pista sin asfaltar que continuaremos hasta el Collado de cuatro caminos.

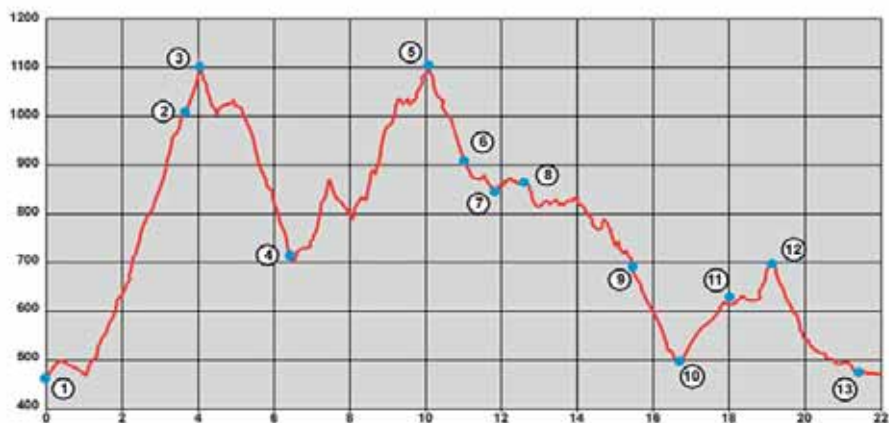
## PERFIL DE LA VUELTA



**Altura máxima: 1.106 m.**  
**Altura mínima: 462'53 m.**

**Desnivel acumulado: 1.301'71m.**  
**Distancia: 21'80 Km.**

**Tiempo aprx.: 6 h.**  
**Epoca: todo el año.**



### PUNTOS DE INTERÉS REPRESENTADOS EN EL GRÁFICO:

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <b>1-</b> Alcudia de Veo              | <b>8-</b> Nevera de cuatro caminos                              |
| <b>2-</b> PRV-63.6                    | <b>9-</b> GR 36   |
| <b>3-</b> Pico Espadán (1099 m.)      | <b>10-</b> Pista  |
| <b>4-</b> Nevera de Algimia           | <b>11-</b> La campana   |
| <b>5-</b> Pico de la Rápita (1106 m.) | <b>12-</b> Collado  |
| <b>6-</b> Collado de Villamalur       | <b>13-</b> Area recreativa Fuente de San Pedro (Alcudia de Veo) |
| <b>7-</b> Collado de cuatro caminos   |   |

**Existe una ruta alternativa**, marcada en el mapa de color azul, que tiene una distancia de 7'22 km. aunque si sumamos todas las distancias, tienen casi la misma que la ruta principal. La diferencia es que se realiza por pista y tiene un desnivel negativo lo que hace que no sea tan pesada.

Esta ruta se coge de cuatro caminos, descendiendo todo el rato pasaremos por Jiquer y empalmaremos más adelante con el GR-36 muy cerca de Alcudia de Veo.

*Fede Almela*  
Técnico Deportivo en Montañismo  
y Guía de Montaña



## SENDERISMO

## UNA RUTA POR ESLIDA

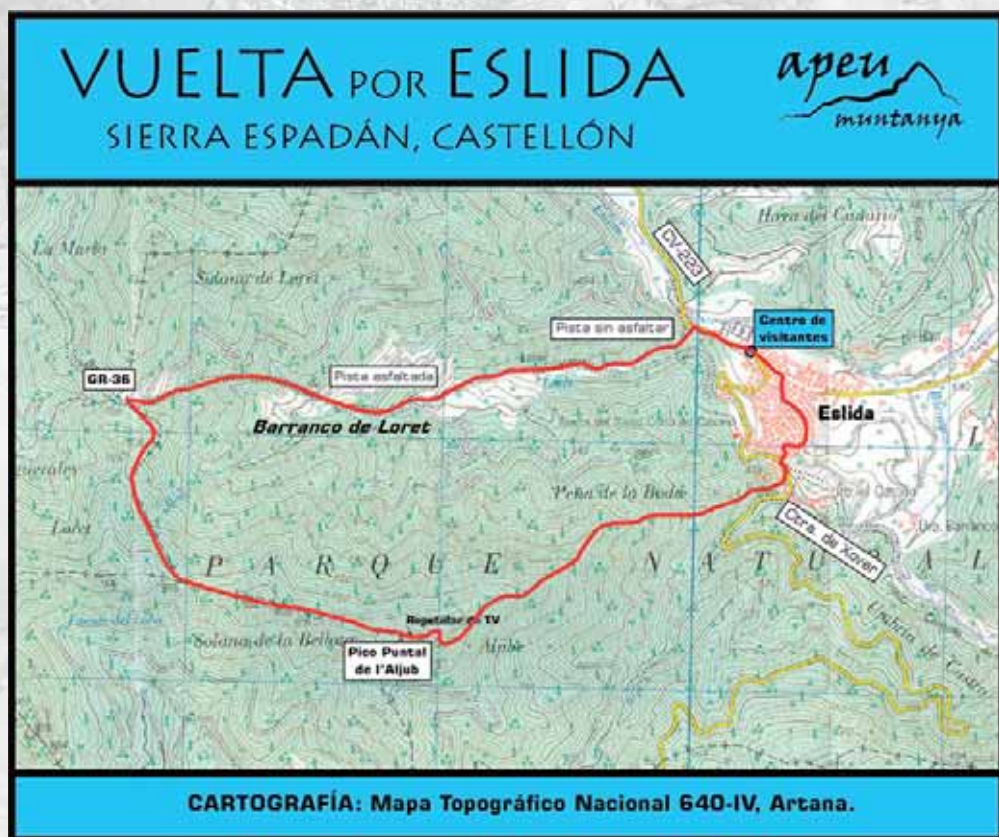
El recorrido circular empieza en el municipio de *Eslida*, desde el **Centro de Visitantes del Parque Natural de la Sierra Espadán**, ubicado en la antigua escuela de este municipio, que se haya adosado al *monte del Castillo* situado al pie del **Puntal de l'Aljub**.

Los primeros metros de la ruta recorren el casco urbano de la localidad, callejeando llegamos hasta el antiguo lavadero, y pasando por las primeras edificaciones que tuvieron lugar en el nacimiento de este tradicional municipio llegamos a una de las **antiguas puertas de entrada del pueblo**.

Al cruzar la carretera de *Xovar*, y en esta dirección, a los pocos metros tomamos a nuestra derecha la senda que nos llevara por amplia cresta por los PR CV 352 y el PR CV 384 hasta al repetidor de TV.

Llegamos al **Pico Puntal de l'Aljub (antenas)**, desde aquí la vista es excelente de todo el Mediterráneo, de la Sierra de la Calderona, y del Pico de Peñagolosa, estamos en el punto más alto de este recorrido.

Continuaremos dirección NW por evidente senda, descendiendo hacia el **Barranco de Loret** donde entraremos





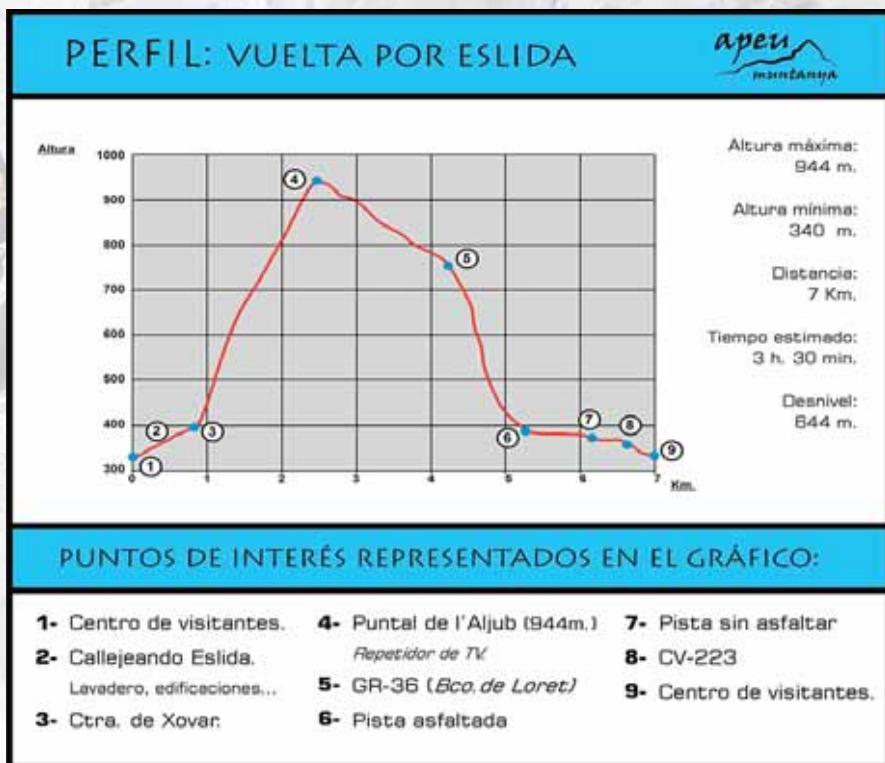
en el **GR-36**. Este tramo de la ruta desciende por la zona más frondosa de todo el recorrido, sorprende por su fascinante orografía, bosques de pinos y alcornoques, y en la totalidad del mismo podemos ver los picos *La Costera, Tarraguán, Puntal del Aljibe, Fonillet, La Batalla, Cocons, Maset, Solana la Mina*.

Una vez hemos llegado al final del Barranco de Loret, ya en la pista forestal, podemos ir hacia la **micro reserva de flora** que se encuentra en la zona, o también podremos hacer un alto en el camino y probar **la trolina mas grande de la Comunidad Valenciana, con un recorrido de 200 mts.** de longitud, es además la segunda más larga de España documentada.

Si queremos regresar la **Centro de Visitantes del Parque Natural de la**



**Sierra Espadán**, continuamos por pista asfaltada, y cuando llega al punto que se bifurca, cogeremos la pista sin asfaltar hacia la izquierda y que nos llevará a la carretera CV-223, desde este punto volveremos otra vez al **Centro de Visitantes de Eslida**.



## BARRANQUISMO

# BARRANCO DEL LOBO

Barranco situado en la provincia de Castellón, más concretamente en Cirat (comarca del Alto Mijares) en la vertiente Norte de la Sierra de Espadán, es de carácter encajonado y tiene tres pequeñas gorgas bien formadas.

Durante el descenso hay que tener especial cuidado con los animales que viven en él y también tenemos que respetar las plantas que encontramos.

Todo el barranco está instalado con parabolts + anilla, descuelgues con cadena y podemos ir tranquilos a recorrerlo porque se han reforzado las instalaciones más antiguas.

### Material necesario:

Necesitaremos 2 cuerdas de 20 mts. y una de menor longitud (10 mts) para los rápeles cortos, aunque es un barranco seco, podemos encontrar agua en el tramo final del descenso debido a las posibles lluvias torrenciales, aconsejamos informarse bien por si es necesario el neopreno.

### Datos de interés:

**Toponimia:** Barranco del Lobo.

**Mapa Topográfico Nacional:** 615-III. CIRAT.

**Tipo de roca:** caliza.

**Carácter:** encajonado.

**Caudal:** habitualmente seco.

**Altura del rápel más largo:** 18 m.

**Época para realizarlo:** todo el año.

**Escapes:** no se conocen.

### COMO LLEGAR:

Desde **Castellón** o desde **Valencia** circulando por la autovía de La Plana CV-

**10**, nos desviamos dirección Onda por la CV-20, seguiremos por esta, dirección **Montanejos/Tormo/Torrechiva**, una vez hemos pasado El Tormo, y unos 2 km antes de llegar a Cirat, nos encontraremos a la derecha un entrador muy evidente de una pista forestal, que continuaremos durante 1 km hasta llegar a la zona de parking, llegando a una curva cerrada donde hay una señal que indica "**Fuente del Lobo**". Si vamos con un coche este es el punto donde aparcaremos; si vamos con dos coches podemos continuar por la pista unos 1950 mts más con el segundo coche.



Accediendo a la cabecera del Barranco

Caminando ascenderemos la pista hasta encontrar unas ruinas y una torre de luz con una alambrada, en unos metros sale una pista a la derecha, seguiremos hasta encontrar una explanada.

Desde aquí ya es evidente el descenso al barranco, una vez en el cauce y tras unos 10 minutos de resaltes llegaremos al primer rápel.

### RETORNO:

Después del último rápel haremos un pequeño destrepe por la izquierda y, de este punto, siempre por la derecha seguiremos, veremos una serie de mojones, que seguiremos, llegando a un pequeño campo de cañas que lo cruzaremos y dirección a los bancales que se ven. Iremos por una senda, seguiremos hacia delante llegando a la pista donde tenemos el coche.

### HORARIOS:

**Aproximación:** 30 minutos. (Desde el primer parking, si vamos sólo con un coche)

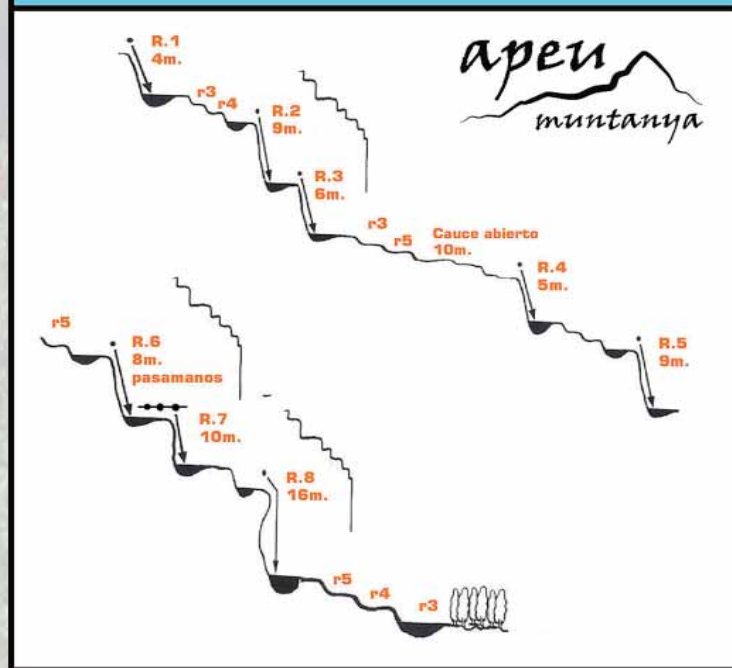
**De descenso:** de 2 a 3 horas, según el grupo.

**De retorno:** 15 minutos.



Zona engorgada

### Barranco del lobo, Cirat (Castellón)



### CONSEJOS:

**RESPECTA EL MEDIO EN EL QUE TE ENCUENTRAS.**

**NO ABANDONES BASURA NI HAGAS RUIDOS INNECESARIOS.**

**RECUERDA QUE ES MEJOR NADAR SI LA PROFUNDIDAD LO PERMITE, QUE ANDAR POR EL CAUCE DEL BARRANCO.**

Textos, croquis y gráficos por Fede Almela.





## COMO LLEGAR:

Desde Castellón de la Plana:

Por la CV-10, cogemos la salida a Betxí norte, y entramos en el municipio, nada más pasar el puente del Rio Seco y la gasolinera que queda a la izquierda, giramos en la primera calle (Avd. San Jose Obrero) hacia la derecha, dirección Centre de Salut / Camp de futbol.

Pasamos dos calles a la derecha y la tercera, cuando vemos el antiguo colegio Cervantes, giramos por el Camino viejo de Onda hacia la derecha, pasaremos enseguida el Calvario de Betxí y el Centro de la tercera edad, que se queda a la derecha.

Antes de salir del pueblo y a mano izquierda encontraremos una placa dirección Coop. San Alfonso, giramos en esta dirección y seguimos durante 3 Km, estamos en el Camí San Francesc, pasamos el Instituto por la derecha, también la Cooperativa de naranjas por la izquierda, llegamos al campo de futbol de "La Foia", y seguimos recto entre naranjos justo cuando las fincas de naranjos quedan por debajo del camino por el que circulamos, nos desviamos hacia la izquierda (cuidado con los coches que vienen de frente).

Avanzamos por pista de asfalto unos 900 m. y cuando llegamos al cruce giramos hacia la izquierda. Ya por pista forestal seguiremos unos 1100 m. hasta el primer parking donde caben dos coches, unos 100 más hacia delante encontramos otro parking donde caben cuatro coches.

Desde allí ya podemos acceder siguiendo la senda a los dos sectores de escalada.

## Desde Valencia:

Tomamos la 1ª salida Betxí sur, entramos en el pueblo dirección centro urbano, por la Avda. 1º de Mayo, llegamos a una rotonda, donde nos indica AP-7,

Burriana y centro urbano, nosotros continuamos recto, ya nos encontramos en la Avda. Joaquín Dualde, desde aquí, continuamos recto unos 200 mts, hasta ver la gasolinera, y desviamos a la izquierda por la Avenida San José Obrero.

*Textos, croquis y gráficos por Fede Almela  
Agradezco a José Mº Marín  
su ayuda en la elaboración de este artículo*

**PEÑAS ARAGONESAS, SIERRA ESPADÁN (CASTELLÓN)**

**SECTOR VORA RÍU**

**RESEÑAS DE LAS VÍAS** apen  
sierradana

<ul style="list-style-type: none"> <li>1- Espial no aua <span style="float: right;">IV 9 m.</span></li> <li>2- Clásica II (víe no enjopede!) <span style="float: right;">10m.</span></li> <li>3- Gracias Angela II <span style="float: right;">V+ 10m.</span></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4- Por la paella <span style="float: right;">V+ 10m.</span></li> <li>5- Torreata <span style="float: right;">6a+ 14m.</span></li> <li>6- Ampedras <span style="float: right;">6a 14m.</span></li> </ul>
--	--

**PEÑAS ARAGONESAS, SIERRA ESPADÁN (CASTELLÓN)**

**SECTOR JURASIC PARK**

**RESEÑAS DE LAS VÍAS** apen  
sierradana

<ul style="list-style-type: none"> <li>1- Pallarofa <span style="float: right;">IV+ 20m.</span></li> <li>2- Variante <span style="float: right;">6b 20m.</span></li> <li>3- Acción Vinagre <span style="float: right;">V+ 20m.</span></li> <li>4- Joroba2 <span style="float: right;">6a 22m.</span></li> <li>5- L'Everest <span style="float: right;">V+ 10m.</span></li> <li>6- Explota, explota el espólon <span style="float: right;">V+ 20m.</span></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>7- Musculman <span style="float: right;">6b 20m.</span></li> <li>8- Techin Techón <span style="float: right;">6a+ 20m.</span></li> <li>9- Se aleja la almeja <span style="float: right;">IV+ 20m.</span></li> <li>10- Las Boles <span style="float: right;">V+ 15m.</span></li> <li>11- Los bujeros <span style="float: right;">6a 15m.</span></li> <li>12- La travesanya <span style="float: right;">6b+ 12m.</span></li> </ul>
---	---



## EXPEDICIÓN TRANGOWORLD 2010

# AMA DABLAM: LA MONTAÑA CON ALMA DE MUJER

*Dedicado a Asunción Vives, por su esfuerzo personal, profesional y deportivo en favor del reconocimiento de las mujeres.*

*Gracias por tu amistad*

Los habitantes del Valle del Khumbu, el que conduce desde Luckla hasta los pies del Everest, conocen al Ama Dablam como "El collar de la madre", curioso nombre para una montaña, pensamos... hasta que a los tres días de marcha tras un recodo en el camino, aparece su silueta esbelta, con su amenazador serac siempre a punto de romper su precario equilibrio y caer por sus laderas. Entonces deja de sorprendernos su nombre para admirarnos su perfil: el Ama Dablam, con sus dos aristas extendidas a modo de brazos abiertos hacia el valle parece, efectivamente, una madre dispuesta a abrazar a todo aquel que se aproxima. Y lo que para los escaladores es un gigantesco pedazo de hielo colgado a 6300m, capaz de provocar en cualquier momento una mortal avalancha, cobra en la imaginación del observador la forma de una perla en el cuello de "la madre", disimulando su amenaza.

Y a esa montaña singular nos dirigimos el grupo de Mujeres Trangoworld, atraídas más por su belleza que por su altitud, más

por su significado que por su consideración en las arbitrarias escalas de dificultad del alpinismo. El equipo está formado por siete mujeres: M<sup>a</sup> José Martínez "Nana", Mari-sa Puchades, Esther Vives, Esther Fresneda, Elena Parga, Patricia Viscarret y Rosa Real, grupo que viene realizando actividades conjuntas desde hace cinco años.

### Luckla, 20 de octubre de 2010

La avioneta de 20 plazas en la que hemos salido de Kathmandu parece buscar su equilibrio oscilando y moviendo las alas a un lado y a otro, igual que un niño que necesita mover sus brazos para no caer cuando aprende a andar, uff... Cuando aparece la pista, como colgada en la ladera a los pies de Luckla, tengo la sensación de que el aterrizaje va a ser una cuestión de azar: acertará... ¡¡¡¿¿¿? no???! Brrrrmm, tschrrrrr, crasssssh... Y tomamos tierra, por suerte no tanta como parecía que íbamos a tomar.

Ahora empieza de verdad la expedición, con el camino que se adentra en el valle del Khumbu, por fin, ante nosotras y la mochila a la espalda. Sólo nos queda empezar a andar.

Tenemos intención de alargar bastante la llegada al campamento base realizando una marcha de aproximación más prolongada de lo habitual por varias razones: por un lado, para la mayoría de mis compañeras es su primer viaje a Nepal; no pueden dejar de conocer este valle impresionante y ascender alguna de sus montañas. Por otro lado, si retrasamos la llegada al campamento base ya se habrán marchado la mayoría de expediciones comerciales y además estas ascensiones previas harán más segura nuestra



Ama Dablam





aclimatación. Si todo sale como esperamos, cuando lleguemos al Ama Dablam, podremos dirigirnos hacia la cumbre sin tener que hacer subidas y bajadas repetidas para aclimatar.

Así que iniciamos el mismo itinerario que montones de excursionistas que tienen como objetivo el CB del Everest: Padking, Namche Bazar, Deboche, Periche, Lobuche, Gorashep... cada tarde aparecemos en una nueva aldea, aunque lo único que parece cambiar es el nombre, pues todas tienen las mismas casitas de techos verdes o azules, las mismas caras de rasgos asiáticos sonriéndonos, las mismas "plastas" de yaks puestas a secar en las paredes preparadas para ser el único combustible en el invierno que se acerca, los mismos niños de cara y ropa sucia pero mirada limpia y luminosa... Nos alojamos en "lodges", casas perfectamente acondicionadas donde se puede cenar casi cualquier cosa: pizza, macarrones, tortilla española. Hace años era difícil que te prepararan algo distinto del "dal bat", el plato de lentejas y arroz básico en la alimentación nepalí, pero ahora se asombran cuando lo pides.

Tras varios días de caminar en cómodas etapas de 4 o 5 horas llegamos a Gorashep, última agrupación de casas antes del campo base del Everest. Cuando hace 10 años estuve aquí, en Gorashep había apenas 2 o 3 lodges donde podías descansar un rato y tomar un té. No contaban con electricidad y casi nadie se planteaba pasar aquí la noche, todos preferíamos seguir hasta el campo base o regresar a Lobuche, la aldea precedente, a sólo unas horas. Ahora hay más de quince edificios de piedra, algunos de dos plantas, donde puedes dormir, ducharte, comer casi cualquier cosa, cargar las baterías del teléfono... y están llenos hasta los topes.

En Gorashep hacemos nuestra primera punta de aclimatación, el Kala Patar, de 5554m. Es un paseo de hora y media por una senda pedregosa que además de faci-

larnos la adaptación a la altitud nos ofrece una vista privilegiada sobre su gigantesco vecino: el Everest. Este es sin duda uno de los mejores puntos para fotografiarlo, sobre todo a la luz del atardecer. Y no es el único; a nuestra espalda, muy próximo, tenemos el Pumori y hacia el sur el Ama Dablam nos regala una vista sobrecogedora de su afilado perfil.

Al día siguiente cambiamos de valle y nos dirigimos hacia Dingboche, donde podremos descansar un día y preparar la ascensión al Island Peak.

Desde Dingboche nos separan 4'5h del campamento base del Island.



Descenso al campo II: Esther Vives descendiendo hacia el campo II cuyas tiendas se aprecian en el fondo.

Aunque sólo serán mil metros de desnivel hasta la cima, creemos que sería bueno para nuestra aclimatación montar un campamento intermedio a 5800m, dormir allí y hacer la cima al día siguiente, así que partimos Esther Fresneda, Esther Vives, Elena Parga y yo con todo lo necesario para pasar nuestra primera noche en tienda de campaña. De lo único que prescindimos es de la cuerda de escalar y del piolet técnico, pues nos han dicho que la parte final, donde la inclinación es un poco más acusada, está equipada con cuerdas fijas, así que arnés y jumarc serán suficientes.



La primera parte de la ascensión es una senda que salva la ladera mediante zigzags bastante empinados y va recorriendo algunos canalones de tierra y piedras como buenamente puede. Acusamos la altitud y el peso de las mochilas, así que hacemos paradas frecuentes, resoplamos, bebemos té y continuamos subiendo. A las 10'30h de la mañana, a unos 5800m pisamos por fin la nieve y buscamos un sitio donde plantar las tiendas. Hasta ahora era implantable, pues no había ningún acceso al agua; ahora ya tenemos toda la que queramos, aunque previamente haya que derretirla. Encontramos un emplazamiento perfecto: una pequeña explanada protegida por un serac, donde hay espacio justo para nuestras dos tiendas y con el valle a nuestros pies. Como hace un día espléndido y sabemos la cumbre tan cercana, a 300m por encima de nosotras, nos animamos a seguir hacia ella. Ahora, sin peso, tenemos la sensación de ir verdaderamente rápidas.

Cuando iniciamos esta parte nevada nos cruzamos con todos los que vuelven, pero nosotras no tenemos prisa, pues no hemos de regresar al campamento base, vamos a

dormir aquí arriba. La huella describe un trazo sinuoso para sortear las inmensas grietas abiertas en el glaciar, pero pronto nos deja al pie de un muro donde adivinamos las cuerdas fijas. En ese momento, Esther Vives y Elena Parga nos dicen que van a darse la vuelta, pues a Esther le duele bastante la cabeza. Esther Fresneda y yo continuamos, aguardando pacientemente a que liberen las cuerdas fijas las personas que están utilizándolas.

Pero unos gritos nos sorprenden: "No rope, no rope!" y nos hacen gestos de que no nos cojamos a las cuerdas. Un sherpa nos pregunta que quien es nuestro guía y al responderle que no llevamos guía nos niega el uso de la cuerda y la suelta del anclaje. Entendemos: la han puesto para sus clientes y si no pagamos no quieren que la utilicemos. Otra vez me sorprende del práctico y desagradable espíritu comercial que han desarrollado los nepalíes en estos últimos años. Habíamos confiado en esas cuerdas pues todo el mundo nos había asegurado que eran permanentes y ahora no llevamos las nuestras. Esther y yo nos miramos buscando en la cara de la otra la confianza que nos falta a cada una, dudamos un momento y finalmente nos animamos:

"Seguro que hemos subido pendientes más duras en los Alpes"- dice Esther.

"Seguro".

Y empezamos a subir con el piolet ligero por donde hasta hace un momento colgaba la línea de cuerdas fijas. Vamos con prudencia, pensando no sólo en la subida que tenemos ante nosotras sino también en la bajada que nos aguardará después, sin duda más delicada. Pero ganamos metros deprisa y en un rato estamos en la arista. Vemos alejarse a los últimos en bajar como pequeños puntitos entre las grietas del glaciar y caminamos los últimos pasos hasta la cima, sintiéndonos privilegiadas por no tener que compartirla con nadie. El esfuerzo ha valido la pena: no sólo tenemos al omnipresente Everest



Cima del Island Peak:  
Esther Fresneda en la cima del Island Peak.





a la vista, también la cara sur del Lotse, el Makalu, el Cho Oyu y el Ama Dablam nos acompañan.

Para Esther es un momento especial, pues es su primer 6000; un hito importante en su progresión como alpinista. Yo no puedo evitar trasladarme con la imaginación mucho tiempo atrás, hace catorce años, cuando apenas adivinaba esta cima desde las alturas del Cho Oyu, mi primer 8000.

Regresamos felices a la tienda para encontrarnos a Esther Vives con muy mala cara: tiene edema facial y no se encuentra nada bien, así que se impone bajar. Renuncia a la cima del Island, no nos atrevemos a pasar allí la noche así que desmontamos otra vez la tienda, recogemos los sacos y parte de la carga que hemos subido y sin perder tiempo iniciamos el descenso. Elena Parga y Esther Fresneda se quedan en las tiendas con la esperanza de que Elena haga mañana cima con Patricia, Nana y Marisa que tienen intención de hacerlo en el día.

De madrugada, se levantan con ese propósito, pero a la hora del desayuno, Patricia está de vuelta en el campo base; no se encontraba bien. Nana y Marisa han continuado para llegar hasta donde puedan y ayudar a Elena y a Esther Fresneda en el descenso del material que ha quedado arriba. Así que Elena se pega a rueda de un grupo de italianos y, en medio de las nubes que anuncian un cambio inminente de tiempo, corona el Island Peak con ellos. ¡Vamos sumando metros entre todas!

Esa misma mañana empieza a nevar; la primera nevada desde que estamos aquí. El regreso a Dingboche es un poco accidentado: la nieve oculta el camino y la oscuridad acaba por caer antes de alcanzar al pueblo donde llegamos finalmente ateridas y agotadas.

Pero nos espera una noche reparadora donde disfrutar lo vivido.

Y acaba así el trekking.

Y empieza aquí la expedición, el Ama Dablam, el que nos ha invitado a iniciar este viaje.

### Campamento base del Ama Dablam, 1 de noviembre de 2010

Hoy es el día de llegar al campamento base del Ama Dablam. Lo hemos visto por el sur desde que salimos de Namche, desde el norte cuando ascendimos el Island, desde el noroeste cuando subíamos a Gora Shep y el Kalapatar... ahora parece que ya sólo queda acercarse a su base, extender nuestras manos y recorrer su piel.



Grupo Trangoworld en el campo base del Ama Dablam

La llegada al campamento base es un momento de paz: por un lado, tenemos una tienda comedor amplísima y confortable, unas tiendas personales donde pasar un rato tranquilas, cada una con sus propios pensamientos, un cocinero solícito que nos agasaja con los mejores platos de carne, pasta, dulces... ¡y nuestro jamón!! Habíamos traído paquetes de jamón envasado al vacío que por fin ahora sacamos de los bidones y, acompañado de queso curado comprado también en Barcelona, nos recuerdan de donde venimos en realidad y dónde tenemos que volver dentro de poco. Por otro lado, ahora tenemos a nuestra montaña tan cerca... Y es realmente tan hermosa... Estamos deseando empezar la ascensión, sacar el material de los petates y bidones y empezar,





ahora sí, la escalada con la que tanto tiempo hemos soñado.

Un día de descanso y ducha (que ya nos hacía mucha, pero mucha falta) y al siguiente iniciamos ya un primer porteo hasta el CBA, a 5200m. Marisa y Nana, que no tienen intención de subir el Ama Dablam, colaboran de forma impagable en este trabajo cargando para nosotras parte del material que vamos a dejar aquí: las tiendas, gas, cuerdas, comida... y regresamos de nuevo al base.

Y tras un nuevo día de relax físico y preparativos mentales, iniciamos la ascensión.

El primer día hasta el "campamento 0'85", pues el I está saturado de tiendas -la mayoría vacías- y de basura, así que antes de iniciar el primer tramo de cuerdas fijas, hacemos una mínima plataforma y nos apretujamos las cinco en la tienda Trangoworld de tres plazas. No es que estemos muy delgadas, no, es que hemos economizado peso dejando una tienda en el base avanzado.

Al día siguiente es una etapa espectacular, pues discurre por el filo de la arista, unas veces a un lado, otras a otro... sobre un granito excepcional. Las cuerdas fijas no se interrumpen ni un momento y además son nuevas y están muy bien instaladas, por lo que la escalada es muy segura.

No obstante, jumarear con la mochila tan cargada y a esta altitud, nos hace jadear constantemente. Paramos, bebemos, tomamos una barrita energética; todo se sucede con mucha lentitud.

El altímetro no parece progresar, pero sé que funciona, que somos nosotras las que vamos despacio.

Finalmente, tras remontar con ayuda de los dos jumars el muro de la torre amarilla, descubrimos la lona naranja de una tienda: el campamento II.

Se trata de la cúspide de un torreón donde a duras penas y aprovechando repisas inimaginables, se hacinan dos o tres tiendas con la vertical rocosa como punto de anclaje de algunos vientos. Imposible sortearlas sin que sus ocupantes teman que las botas (o peor aun si llevas crampones) parezcan

atravesar la lona que los protege. El vacío lo envuelve todo y lo hace de una forma muy estrecha...

No hay espacio para una nueva tienda, pero por suerte nos han dejado una que está desocupada, pues los españoles que la utilizaron ya están de regreso en el campo base. Nosotras se la descenderemos al bajar.

Nuestro plan es ir subiendo de campamento en campamento. No nos vemos capaces de ahorrarnos ninguno como hace otra gente, pues estamos acusando mucho el peso de la mochila y realmente llegamos cansadas. Pasamos aquí la tarde bebiendo, derritiendo nieve (que hay que ir a buscar, pues no hay nieve en este punto), charlando... nos encontramos bien y estamos a gusto juntas.

Al día siguiente nos levantamos dispuestas a subir al CIII, pero las nubes del amanecer nos hacen dudar: son los típicos cirros que anuncian mal tiempo y no nos apetece pasar una tormenta mientras subimos por la arista. No tenemos claro qué hacer: ¿bajar, subir, esperar...? Cada una opina una cosa... finalmente decidimos esperar a ver como evoluciona la cosa y efectivamente parece que el tiempo aguanta, pero ya es tarde para iniciar hoy la subida ¿Y si mañana o pasado mañana cambiara el tiempo? Alguien propone una opción que hasta ahora nos había parecido arriesgada: "¿Subimos directamente desde aquí a la cima? Nos ahorraríamos portear todos los trastos y hoy podemos aprovecharlo para aclimatar mejor..." "- Pues venga, a ver qué pasa"

Así que seguimos descansando, bebiendo, haciendo fotos... y disfrutamos de un magnífico mar de nubes que se forma en el valle, a nuestros pies.

El precio de este día de descanso es un "madrugón", pues vamos a juntar dos etapas en una. En cuanto oscurece nos tomamos una cena ligera y nos metemos en el saco. Nos cuesta conciliar el sueño, ¿qué ocurrirá mañana? Todo nuestro trabajo de un año va a concentrarse en estas horas que se avecinan para dar fruto, o no... Así que a



la 1'30 de la madrugada, de nuevo suena el familiar sonido del hornillo y sin salir del saco nos tomamos un vaso de té y unas galletas. Difícil tomar algo más a esas horas.

La luz del frontal va iluminando las huellas por la arista hasta llegar al corredor. Un corredor que debía haber sido de nieve, pero las escasas precipitaciones lo han convertido en una canal de tierra y piedra, con bastante inclinación, donde se hace muy incómodo progresar. Las cuerdas nuevas se mezclan ahora con viejos cabos que hay que descartar antes de colgarse del jumar mientras esperamos que la compañera que nos precede cambie de cuerda para no sobrecargar cada tramo con demasiado peso. En realidad, nos confiamos casi a ciegas, pues no se ve el anclaje del que cuelgan hasta que no has acabado de subir y llegas al fraccionamiento. Tras muchos metros de subida y algunos de bajada en rápel, llegamos a la famosa "Arista de los Champiñones", que este año aparece estrecha y empinada. Al final de la misma encontramos una tienda vacía que aprovechamos para entrar en calor. Es la hora del amanecer y el intenso frío corta la cara. Un té caliente parece animarnos, sobretudo a mí que he llegado tiritando, sin apenas poder articular palabra. Las demás se encuentran bien y seguimos otra vez para arriba, ahora ya hacia el serac, "el collar de la madre".

Desde aquí aún parece más enorme que desde abajo y subimos largos y más largos de cuerda sin que parezca acabarse nunca. Las avalanchas han barrido la nieve que dejó la última jornada de mal tiempo y estos tramos más empinados son de hielo vivo, nuestros crampones apenas introducen las puntas delanteras en la pendiente.

A medida que hemos ido subiendo yo

me voy encontrando mal. No es tanto una sensación física de dolor o fatiga como una dificultad para hacer cada maniobra, para decidir qué tengo que hacer en cada fraccionamiento. Me noto torpe y lenta de pensamiento, así que en un momento dado le digo a Patricia, la compañera que me precede, que creo que será mejor que me baje. Mala cara me debe ver pues enseguida está de acuerdo conmigo y además añade: "Pero no te bajes sola, ya te acompaño yo" Y Esther Vives, un largo de cuerda por encima, se ofrece a bajarse también. "Si hay problemas, mejor ser tres."



Ascenso al campo II del Ama Dablam.  
Patricia Viscarret subiendo la Torre Amarilla

En ese momento, ni siquiera rechacé su ayuda. No me sentía mal para bajar yo sola, pero ya digo que no estaba muy lúcida. Después, ya en la tienda y más recuperada, valoraría su generoso gesto y nos echaríamos unos abrazos y unas emocionadas lágrimas juntas.

Mientras bajamos, vamos girando la cabeza de tanto en tanto siguiendo con la mirada a Esther Fresneda y a Elena Parga que, poco a poco, van ganando altura. Sin prisa, pero sin pausa las vemos cada vez más altas, más cerca de nuestra meta.

Por fin, sobre las dos de la tarde, su silueta desaparece de nuestra vista y entonces lo sabemos: ¡¡¡están en la cima!!!, ¡¡¡ estamos en la cima!!!

Qué sensación de alegría, qué felicidad pensar que están en lo más alto, que lo han conseguido.

Y esa alegría es aún mayor cuando a las seis de la tarde, otra vez en total oscuridad, oímos sus voces, vemos sus frontales y aparecen por la tienda sus caras agotadas pero radiantes...

Ahora sí, el Ama Dablam, el collar de la madre, es también un poco nuestro.

Rosa Real



## PROYECTO GOCTA 2010 (PERÚ)

# EXPLORACIÓN Y DESARROLLO DEL BARRANQUISMO

A principios del año 2008 se empezó a gestar este proyecto, que por fin, en Junio de 2010 paso a convertirse en una realidad, para alzar el vuelo con destino al Amazonas peruano y que a continuación pasará a detallar.

El proyecto Gocta 2010 comprende varias acciones. Por un lado es un ambicioso proyecto deportivo que tenía como objetivo la apertura y descenso de la cuarta catarata más alta del mundo, cascada que da nombre al proyecto.

La catarata Gocta con sus 771 m de altura es, a día de hoy, el barranco deportivo con la vertical más alta del mundo y posiblemente el barranco más exigente, en cuanto a técnicas de progresión vertical se refiere.

Además se logró realizar la apertura de 13 barrancos deportivos más, que sientan la base para la apertura de uno de los sectores de barranquismo de más alto nivel del mundo. Con infinitas posibilidades de nuevas aperturas en los valles adyacentes, y que estará a la altura de destinos clásicos como Isla Reunión, Madeira, Alpes o nuestra mas cercana Sierra de Guara.

Por otro lado y como principal propósito, el llevar a cabo un proyecto de colaboración y expansión económica en la región de Amazonas con la finalidad de desarrollar, difundir y potenciar el turismo de aventura, que sin duda atraerá nuevos turistas y deportistas a esta regiones olvidadas por el progreso.

A través de la apertura de nuevos descensos deportivos y la formación de guías locales podremos conseguir que estas personas tengan una nueva fuente de ingresos tanto directa, a través del guiado de turistas por estos cañones, como indirecta, proporcionando los servicios que estos

turistas-deportistas requieren en cuanto a alojamientos, alimentación, etc

Por último, está la labor de difusión de la zona explorada a nivel mundial. Esta difusión se llevará a buen término a través de la edición de una guía turística, donde se recogerán tanto los descensos deportivos de la zona como los atractivos turísticos, patrimoniales de la región y la edición de un documental que se proyectara en festivales de cine de montaña y encuentros de barranquismo internacional.

A día de hoy, y ya con resultados tangibles, puede considerarse que esta empresa ha sido un éxito. El cual debemos en gran medida al apoyo de instituciones como el Centro Excursionista Eldense que, desde el primer momento, ha creído en nosotros y nos ha apoyado en esta ardua tarea.



Aldea de Cocachimba

### La gestación

Todo empezó cuando en 2007 leímos un artículo acerca del descubrimiento por un antropólogo alemán (Stephan Ziemendorf) de la cuarta catarata más alta del mundo en la aldea de Cocachimba en Amazonas. Esta noticia llamó poderosamente nuestra atención, por lo increíble que resulta que todavía queden zonas por explorar y descubrir en nuestro pequeño y viejo planeta, en pleno siglo XXI.





Cocachimba es una aldea ubicada en la provincia de Amazonas en Perú, situada a unos 1800 metros sobre el nivel del mar, dentro de la llamada ceja de selva, lugar donde los Andes empiezan a perder altura hasta adentrarse en las llanuras selváticas del río Amazonas.

Esta región todavía vive muy intensamente sus antiguas leyendas y supersticiones, y el hecho de que no hablasen a nadie sobre la existencia de la cascada se debía precisamente a la leyenda que pesa sobre la misma. Según reza la leyenda, en Gocta habita una sirena que atrae a sus víctimas con una gran vasija de oro, vasija que es custodiada por una serpiente gigante que engulle a todo aquel que osa acercarse a la cascada.

Teníamos todos los ingredientes para vivir una gran aventura y sólo faltaba reunir un grupo capaz de llevarla a buen puerto.

Formamos un grupo de 14 expertos barranquistas de varios puntos de la geografía nacional: Barcelona, Tarragona, Valencia, Madrid, Elche y por supuesto Elda, y fuimos conjuntamente dando forma a todo lo que compone este proyecto, que a día de hoy ya es una realidad.

### La expedición

El día 17 de Junio, partimos con destino a Madrid Jose M<sup>o</sup> Orhuela, Jose A. Catalán y Amancio Catalán, miembros del Centro Excursionista Eldense, donde nos esperan el resto de integrantes de la expedición para una vez reunido todo el equipaje junto con el material técnico (500 kg), tomar un avión con destino a Lima (Perú). Desde aquí aun nos separan 27 horas de autobús hasta llegar a la aldea de Cocachimba.

El día 19 de Junio, tras 46 horas de viaje y dos años de espera y preparativos, tenemos por fin nuestro primer encuentro con Gocta que nos observa llegar indiferente y majestuosa.

### La exploración:

Dedicamos los tres primeros días a la exploración del valle en busca de posibles descensos deportivos de interés y quedamos totalmente asombrados por el potencial de la zona.

El trabajo de exploración consiste tanto en localizar barrancos deportivos, como en trazar los caminos para entrar y salir de ellos, caminos que en muchas ocasiones hay que abrir a machetazos entre la espesa vegetación.

Tras este primer estudio se decide montar un campamento avanzado a una altura de 2300 m en el pajonal de Shungaya.



Expedición al completo



Accediendo a un barranco

### Las aperturas:

Desde Shungaya realizaremos las primeras aperturas de los siguientes barrancos:

**Golondrina superior e inferior-** Uno de los descensos más interesantes del valle, con un recorrido integral estimado en dos días y que desciende unos 1000 m de desnivel, comenzando con rapeles técnicos por cascadas de hasta 160 m, para en su tramo inferior acabar sumiéndose en una profunda gorga e introducirnos a través de una cueva por donde se adentra el torrente hasta afluir al río Gocta.

**Cucharita-** Interesante barranco eminentemente vertical con una casacada de 130 m y varios rapeles a través de una zona estrecha con paredes forradas de musgo. Desciende unos 500 m de desnivel hasta afluir al Golondrina.

**Lejia-** Barranco que desciende unos 400 m de desnivel menos trabajado por el agua que los anteriores y flanqueado por una densa vegetación selvática.

Una vez equipados estos barrancos retiramos el campamento y volvemos a reunirnos todo el grupo en Cocachimba, desde donde continuaremos realizando nuevas exploraciones y aperturas de otros descensos como fueron:

**Gocta-** Barranco compuesto por tres tramos que se pueden realizar seguidos (*Gocta superior*, *Gocta inferior* y *Estrechos de Gocta*) y que en conjunto desciende 930 m de desnivel, teniendo estimado un tiempo total de descenso de dos días para su descenso integral.

Barranco muy completo en su conjunto, comenzando en su parte superior con zonas estrechas con mucho caudal de agua para después adentrarnos en la cascada más alta del mundo equipada en estilo barranquista.

**Barranco del Escalón-** Sin duda otra de las grandes joyas que escondía este valle. Este barranco engorgado, sinuoso, eminentemente deportivo y con una zona de oscuros de alrededor de un km, nos adentra a través de una profunda brecha a lo más profundo de la selva descendiendo sus 600 m de desnivel.

**Afluente Izquierdo Escalón-** Corto pero interesante barranco que nos trasporta a la zona más interesante del Escalón siendo una interesante alternativa para adentrarnos en el mismo.

**Coronconchata-** Cascada de 400 m de desnivel, con zonas engorgadas intermedias, en la que se realiza un equipamiento muy deportivo que en muchos momentos nos obligará a jugar con el abundante agua de la cascada.



Primeros resaltes Gocta Superior



Gocta 771 m



R1 Gocta 2ª cascada 550 m





Rapeles de entrada al barranco

Rapel acanalado en la zona de Oscuros

Rapel de entrada a la Gorga

**Chorro Negro-** Barranco de 600 m de desnivel con zonas engorgadas y selváticas, muy deportivo, muy estético y con un final apoteósico. Una cascada acanalada de unos 280 m.

**Cañón de Mirano-** Barranco de iniciación ideal para formar guías locales que podrán visitar con posibles clientes.

**Barranco de Mata-** Barranco de iniciación con rapeles cortos en un ambiente selvático, que junto con Mirano y Los estrechos de Gocta, constituyen un circuito ideal para realizar con clientes.

**Palomita Superior-** Barranco de pequeñas cascadas que desciende unos 200 m de desnivel en un ambiente encajado.

Tishana- Cañón de carácter abierto y que desciende unos 300 m de desnivel.

Además de la apertura de estos 15 tramos de barrancos deportivos, se consiguen explorar y topografiar dos cuevas en las que encontramos restos arqueológicos.

Los últimos días de la expedición los empleamos en la exploración de valles adyacentes donde podemos observar sobre el terreno los barrancos que constituirán el objetivo para años venideros, como Yumbilla de 890 m de desnivel, o Chinata con sus 580 m.



Como reconocimiento a nuestro afán de cooperación las autoridades regionales nos organizan una recepción, en la que recibimos grandes muestras de agradecimiento y un diploma reconociendo nuestra labor. Sin duda este pequeño reconocimiento y el compromiso de este pueblo es la mayor recompensa que podríamos recibir y hace olvidar todo el es-

fuerzo y sufrimiento padecido hasta llegar a este punto.



### El proyecto de colaboración

La expedición Gocta 2010 nace con un claro espíritu de colaboración y solidaridad. No sólo pretende quedarse en una gesta deportiva trata de llegar un poco más allá, intentando exportar no sólo un nuevo deporte sino creando una nueva herramienta a través de la cual las gentes de estas tierras puedan tener una nueva manera de explotar económicamente el medio natural el que viven. Sin alterarlo, de un modo sostenible y con la seguridad de que el conocimiento y puesta en valor de sus ríos, torrentes de montaña y bosque les ayudará a tomar conciencia de lo importante de su conservación.

El apartado de colaboración se basa en tres pilares:

Apertura de barrancos deportivos, reseñado y trazado de rutas de senderismo y topografiado de cuevas y simas, así como la difusión de toda esta información a través de los medios anteriormente citados.

Formación y capacitación de guías locales especializados en el descenso de barrancos.

Aporte de ayuda humanitaria a la zona.

En cuanto a la apertura de barrancos y senderos patrimoniales, esta expedición

se puede considerar un éxito rotundo. No sólo por el trabajo realizado, sino por las infinitas posibilidades que encierran estos valles para continuar con la exploración..

La difusión de la información se esta recopilando todavía a día de hoy para darle el enfoque correcto, y se facilita gratuitamente a través de nuestra página web: [www.barrancosenperu.es](http://www.barrancosenperu.es).

Una vez recopilada toda la información de futuras expediciones se editará una guía escrita que tratará de poner en valor la incalculable riqueza natural que estos valles albergan.

Este año se han establecido contactos con la Escuela Alpina Peruana para realizar una selección de posibles guías especializados en descenso de barrancos que podríamos empezar a formar a partir del año que viene. Así mismo, se entra en contacto con los bomberos de la región para formarlos tanto en descenso de cañones como en técnicas de rescate vertical.

Esta formación se impartirá mediante un plan de formación ya desarrollado e impartido por técnicos deportivos de la federación española de espeleología y montaña.

Por último quedaba por realizar una labor de ayuda humanitaria directa. Esta aldea sufre muchas carencias en cuanto a educación, recursos sanitarios y económicos, nosotros decidimos apostar por la educación y la sanidad, aportando 800 € en material escolar y 400 € en material sanitario.

El día 16 de Julio abandonamos la aldea con la convicción de que aún nos queda mucho trabajo por hacer y con un compromiso de enormes dimensiones, adquirido con estas gentes que sólo son pobres en el plano económico y que tanta riqueza nos han demostrado albergar en su corazón.

*Amancio Catalán*





## UNA ALTERNATIVA A LA PROHIBICIÓN DE LA ESCALADA Y SENDERISMO EN LA SIERRA DE ORIHUELA

Desde Diciembre de 2010 se ha prohibido, por tres años, la escalada y la práctica del senderismo en toda la Sierra de Orihuela, esto es debido a la "culpabilidad" del senderista y escalador en la propagación de un cactus invasor que altera el ecosistema del entorno, creemos desde nuestro comité de Protección de la Montaña que hay una alternativa a esta prohibición.

### PLANTAS INVASORAS (*CYLINDROPUNTIA ROSEA* BACKB.) OTRO ENFOQUE

**E**n primer lugar me gustaría aclarar algunos términos que los científicos emplean para clasificar las plantas en función de su origen.

**Planta autóctona:** son aquellas que se han originado en un territorio o han llegado hasta él sin intervención humana (sea ésta intencionada o no) procedentes del área donde se han originado.

**Planta alóctona:** o exóticas, son las que se encuentran en un territorio debido a la introducción intencionada o accidental por parte del hombre, o que han llegado sin intervención del hombre desde territorios donde son alóctonas.

**Planta invasora (según la UICN):** es aquella especie alóctona que se establece en hábitats o ecosistemas naturales o seminaturales y que es un agente de cambio y amenaza de la biodiversidad natural.

La entrada de plantas invasoras, su expansión, así como la desaparición de especies, son procesos que transcurren tanto por causas naturales como por causas antropogénicas. La diferencia entre ambas radica en el tiempo y el espacio en que éstas se reproducen y desarrollan. Mientras que las causas naturales ocurren de manera lenta y en distancias cortas, las causas antropogénicas acontecen de manera mucho más rápida y a largas distancias llegando incluso al otro lado del globo terráqueo transportadas por el

hombre consciente o inconscientemente.

La introducción de especies fuera de su área de distribución se remonta al Neolítico cuando el hombre a través de la distribución de la agricultura trajo desde Oriente especies como el azulejo (*Centaurea cyanus*) o el callejón (*Corin-gia orientalis*).



Pero ha sido en la actualidad cuando la continua y creciente introducción tanto de especies animales como vegetales ha dado la voz de alarma a los científicos, que han comprobado que estas especies invasoras han mermado la población de especies autóctonas debido a la competencia por el espacio o el agua, a la introducción de enfermedades (hongos, virus o bacterias), hibridaciones, dando como resultado la disminución de las poblaciones nativas. Por todo ello hoy en día son uno de los mayores problemas a nivel mundial, que también están viéndose afectadas por el cambio global que está provocando un cambio en la distribución de estas y otras especies.



Panorámica de la Sierra de Orihuela

Un ejemplo de especie alóctona es *Cylindropuntia rosea backb.* que está afectando a la sierra de Orihuela y que La Conselleria de Medio Ambiente, Agua, Urbanismo y Vivienda trata de erradicar prohibiendo la práctica de la escalada y el senderismo mientras realiza labores de limpieza para la eliminación, durante 3 años.

Y si bien es cierto que el Cactus de Arizona (*Cylindropuntia rosea backb.*) es una especie alóctona que está invadiendo los alrededores de Orihuela esto no es ni mucho menos algo actual ya que este cactus lleva aquí más de 30 años. Hace algunos años se iniciaron algunas labores de limpieza sin muchos resultados positivos por lo que hay que plantearse la idea de cambiar los métodos de limpieza o realizarlos de tal manera que se evite a toda costa la expansión de esta especie.

Por ello debemos conocer un poco más cómo es esta especie, su fisionomía, sus características y su distribución actual. Para a partir de aquí proponer otro enfoque a la hora de realizar labores de extinción.

### **Cactus de Arizona (*Cylindropuntia rosea backb.*)**

#### **Distribución**

Esta especie es originaria de los desiertos del centro y noroeste de México, donde vive en zonas con elevada insola-

ción. Su introducción en España se cree que fue debida a la importación de esta especie con fines ornamentales y por tanto, de origen antrópico.

Actualmente, esta especie se encuentra en Toledo, Ibi, Orihuela, Cataluña y en otros países del mundo como Australia y América en los cuales también está provocando graves invasiones.

#### **Hábitat**

Es una planta neófita primocolonizadora extremadamente resistente a la sequía y adaptada a suelos muy pobres alterados y nitrificados por la acción del hombre. Como todas las cactáceas, es de carácter heliófilo, amante de espacios soleados, por lo que se reproduce de modo óptimo en situaciones de solana sin cubierta vegetal arbórea previa.

Esta especie tiene además la particularidad de resistir heladas e incendios. Y tiene afinidad por zonas previamente exentas de cobertura vegetal y orientada al sur y al suroeste, lo que confirma su carácter heliófilo.

#### **Descripción**

Es un cactus ramificado de 1,5 m de altura y 3 m de ancho, con tronco cilíndrico, que presenta un tallo verde a gris-verde, cilíndrico con tubérculos pronunciados, alargados. Con aureolas elípticas, 3-7 mm de largo. Espinas 4-8 por aréola, envueltos en fundas blancas parecidas al papel. Y gloquidios con mechones adaxial, de color amarillento a marrón, 1,5-2,5 mm de largo.

Las flores son de color rosa-púrpura con estambres con anteras de oro y filamentos de color crema, rosado hasta convertirse en las anteras de color amarillo pálido el estigma.

Las frutas son ovoides, nunca en cadenas, 2-4,5 cm de largo, mayor en frutas con pocas espinas, y mucho menos espinosa que los más jóvenes; estéril.





### Reproducción

Se propaga vegetativamente (sin necesidad de semilla) por segmentos de la raíz en contacto con el suelo. Posee unos tallos que son muy frágiles y con peso o por contacto de un animal el tallo quiebra y cae al suelo rodando o transportado en el pelo de animales. Cuando llega al suelo emite raíces, creando una nueva mata que seguirá el proceso expansivo siempre que encuentre las condiciones adecuadas, especialmente una gran radiación solar.

Por lo que la expansión de esta especie tiene origen biológico ya que tiene una alta capacidad de dispersión y reproducción.

### Como atajar el problema sin tener que prohibir el acceso

La mejor solución sin ninguna duda es la prevención, para evitar a toda costa que estas especies se extiendan e invadan zonas naturales. Antes de que una especie invasora aparezca en una zona natural se extiende en zonas urbanas o agrícolas en un periodo de retardo, en la que la planta se reproduce y crece. Es aquí donde debe intervenir lo antes posible para atajar el problema desde la raíz y acabar con la especie ya sea por métodos físicos, químicos o biológicos.

Una vez el problema se extiende a zonas naturales, acabar con la especie invasora es más complicado. Para evitar que la especie continúe extendiéndose se deberían de erradicar las colonias más alejadas al foco inicial. Y una vez erradicadas éstas, continuar eliminando las demás hasta conseguir concentrar el problema a uno o varios puntos. Siempre empezando por eliminarlas de las zonas próximas a los senderos, zonas agrícolas o pobladas para evitar que el ganado o los animales puedan contribuir a su expansión.

Otro método de eliminación podría ser la plantación de otras especies que dieran sombra a *Cylindropuntia rosea backb.* pues según un estudio propuesto por la Universidad de Toledo lo único que no soporta esta especie es la sombra. Así se eliminaría la especie alóctona de un modo mucho eficaz que por métodos físicos, al no poder competir por el sol con especies como el Pino carrasco (*Pinus halepensis*) por ejemplo.

Además, en aquellas zonas con distintos usos como es el caso de la Sierra de Orihuela en la que se practica escalada y senderismo, sería conveniente que se eliminase las plantas que están cerca de la base de la pared y en las orillas de los senderos de acceso, para permitir el uso siendo totalmente compatible con la eliminación del cactus de Arizona que puede conllevar varios años. Ya que esta especie no aparece en las vías de escalada, pues necesita de un sustrato más amplio para desarrollarse.

Ni que decir tiene que los máximos responsables de la introducción de especies somos nosotros mismos, por ello, debemos ser conscientes de que si viajamos a otros países no debemos llevarnos ni traernos especies ni animales ni vegetales, pues pueden ser la causa de una disminución de la biodiversidad a gran escala.

En conclusión, la solución a éste y otros problemas **“No es la prohibición, sino la regulación”**, siempre hay una alternativa a la prohibición. En este caso, no es necesaria la prohibición de la práctica del senderismo o la escalada pues, son totalmente compatibles con las labores de recogida y eliminación de la especie pues, estas actividades no afectan a la propagación de esta especie, ya que las espinas carecen de capacidad reproductiva.

Alba Sánchez Esteban

## MEMORIA DE LAS COMPETICIONES 2010

### Sebas Sánchez bronce mundial !

El corredor de la FEMECV Sebastián Sánchez Sáez ha conseguido la medalla de bronce en la Copa del Mundo de Skyrunning (carrera por alta montaña).



El corredor petrelense del Running Team finalizó la última prueba de las Skyrunner World Series en séptima posición, alcanzando así el tercer puesto mundial. Sebas se jugó el todo por el todo viajando a Malasya, con el fin de poder participar en la denominada "Carrera más dura del Mundo". Una ascensión tremenda hasta los 4.095m del Mount Kinabalu, y su correspondiente bajada de más de dos mil metros de desnivel.

Después de la inesperada victoria en Andorra. Sebas viajó hasta Cesana (Italia) para disputar el Chaberton Marathon, consiguiendo un magnífico quinto puesto. Conocedor de sus dotes para carreras de grandes desniveles y dificultad técnica alta, volvió a otra prueba a Italia, consiguiendo un décimo puesto en

el Trofeo Scaccabarozzi, la catedral del Skyrunning.

Además, Sánchez tuvo ocasión de disputar el Campeonato del Mundo de Ultra SkyMarathon en Valmasino. Completando una temporada extenuante, de manera "casi" inmejorable.

### Ignasi Cardona bronce mundial de Vertical Running indoor

Ignasi Cardona consiguió el tercer puesto del podio en el Circuito Mundial de carrera vertical "indoor" (de escaleras). Las pruebas disputadas por Ignasi se han celebrado en Berlin, Londres, Milán y Sao Paulo.

### Remigio Queral, el mejor en la final de Copa FEDME

Remigio Queral (Running Team) consiguió en septiembre la segunda posición en la prueba final de la Copa de España de carreras por montaña FEDME, disputada en La Vall d'Uixó. El de Benlloch completó los casi 25 kms a escasos 19 segundos de Luis Alberto Hernando (fed. Aragonesa), vencedor y campeón de la Copa de España 2010. Queral ya fue subcampeón de esta competición en el mismo escenario en 2007. En la clasificación final Remigio Queral ha obtenido la cuarta posición.

### Última participación de la Selección en la Copa de España

Los últimos convocados por la FEMECV para formar parte de la Selección absoluta en una Copa de España han sido Silvia Sos (Mur i Castell), Érica Gumbau (SM CAtl 42ypico) y Marian Agui-



lar (GM Politécnico), obteniendo los puestos sexto, octavo y decimo primero. En categoría masculina Cristóbal Adell (8º) y Ramón Recatalá (10º), ambos del Mur i Castell, fueron los convocados. Lola Peñarrocha (Mur i Castell) consiguió una victoria, la primera en competición FEDME, aunque no pudo finalizar la Copa por lesión. Lo mismo le ocurrió a Vicent Calvo (Mur i Castell).

### Santi Alvarruíz y Olegario Alario dobles campeones de España

Los veteranos Santiago Alvarruíz y Pepe Baixauli (CD Misjueves) consiguieron el primer y segundo puesto de la Copa de España de carreras por montaña FEDME. La última prueba, disputada en La Vall d'Uixó, confirmó a ambos como los mejores corredores de montaña del momento, en su franja de edad (mayores de 45 años).

Santi Alvarruíz ya consiguió en mayo el Campeonato de España por lo que dobla título español. El corredor del CD Misjueves ya se proclamó vencedor de la



misma competición en su primer año de veterano, en 2008, donde repitió cuatro victorias. Y sumado al conseguido por Olegario Alario (los dos con la Selección) en el Campeonato de España de carrera vertical, demuestran el amplio nivel de nuestros corredores más veteranos.

### La Selección femenina tercera en el Campeonato de España

En Sabiñánigo se disputó el Campeonato de España de carreras por montaña. Tal vez la prueba más esperada de la temporada. En esta ocasión la Selección consiguió subirse al podio, en tercera posición.

### Copa de España de carrera vertical

La final de la Copa de España de la especialidad de carrera vertical se disputó en Finestrat el 7 de noviembre. Las corredoras de la Selección consiguieron un subcampeonato absoluto, en manos de Marian Aguilar (GM Politécnico) y un tercer puesto de Míryam Talens (Running Team), que también





fue subcampeona veterana. Alba Beltrá (Grup Novelder de Muntanyisme), juvenil, alcanzó la quinta plaza absoluta.

Los hombres estuvieron guiados por Ignasi Cardona (Running Team), en quinto lugar. Emili Sellés (Running Team) finalizó la Copa en noveno lugar seguido del juvenil David Prades (Mur i Castell) en décima. El juvenil Víctor Serrano (Running Team) clasificó entre los veinte primeros absolutos.

Olegario Alario (GM Valldigna) consiguió el campeonato en categoría veterana, tras vencer en todas las pruebas



disputadas. Además dobla título gracias a la victoria del Campeonato disputado en la cima de Peñalara.

La misma prueba, el Kilómetro Vertical del Puig Campana, sirvió de Campeonato Autonómico de la especialidad, y los favoritos Ramón Recatalá (Mur i Castell) y Marian Aguilár (GM Politécnico) se proclamaron campeones. La segunda con récord autonómico incluido (51;36).

### Los clubes valencianos dominan el Campeonato de España de carreras por montaña FEDME 2010

Los dos mejores clubes de la Comunitat Valenciana, el Running Team Trangoworld de Alacant y el CMP Mur i Castell de La Vall d'Uixó, se proclamaron campeón y subcampeón de España, respectivamente, en el Campeonato de España de carreras por montaña FEDME. La prueba se celebró en Vitoria-Gasteiz el domingo 10 de octubre sobre un recorrido rápido de algo más de 29 kms. Completó el podio el C.Atl. Cuenca CCM (fed. Castilla - La Mancha), defensor del título.

### La Selección Sub-23 brilla donde participa

Un grupo de jóvenes seleccionados ha participado en diversas competiciones adaptadas a sus condiciones. La Sagra o el Pedraforca han sido cimas visitadas por nuestros jóvenes, aunque destaca la participación una vez más en el Campeonato de Euskadi, donde Víctor Serrano y David Prades





El club Running Team La Tien-da va copar la resta de graons dels podis.

### **Altre títol autonòmic per Ramon Recatalá**

Ramón Recatalá, corredor del CMP Mur i Castell, ha revalidat el títol de campió de Lliga de la Comunitat Valenciana que va aconseguir en 2009, després de defensar a Banyeres de Mariola la renda aconseguida a les anteriors proves del Campionat, disputades durant el mes de febrer a Crevillent i a Gata de Gorgos. Que va guanyar.

se llevaron los dos primeros puestos. Formaron parte también de la Selección Cristian Callau, Guillem Miralles, Alejandro Broch, Alberto Beltrá, Félix Cruz, Pau Castañer y Alba Beltrá.

### **Vicent Calvo, Lola Peñarrocha i el Mur i Castell campions absoluts 2010**

El club organitzador del Campionat Absolut de carrera per muntanya de la Comunitat Valenciana, el CMP Mur i Castell de La Vall d'Uixó va rebre els millors esportistes federats de l'especialitat per celebrar la competició més esperada de la temporada. El Campionat que otorga l'or autonòmic a una única prova, disputada diumenge 18 d'abril a la població de la Plana Baixa.

Vicent Calvo i Lola Peñarrocha, reservats per a la cita, van demostrar estar en possessió de les millors condicions físiques i ambdós van ser magnífics vencedors de la prova. Els corredors del club amfitrió es proclamen campions autonòmics per primera vegada.

De la mateixa manera, l'actuació a nivell de club va ser determinant per apropiar-se del títol autonòmic, tant en categoria masculina com en femenina.

### **De major vull ser campiona, com Míryam Talens**

La crevillentina del Running Team és la nova campiona de Lliga de la Comunitat Valenciana. Després de proclamar-se campiona d'esta competició els anys 2004, 2005 i 2006, sense conèixer la derrota, Míryam Talens tornava a la clàssica Lliga valenciana l'any passat, per lluitar pel podi fins la darrera prova. En 2010 no era la favorita, ni de bon tros. Però un moment de forma envejable, sobretot tenint en compte que enguany estrenava categoria (veterana), li ha valgut per proclamar-se campiona, una vegada més.

### **Jose María Davó estrena categoria veterana amb èxit**

El corredor de Running Team - La Tien-da, ha respost a les expectatives creades pels seus companys de club, i no només ha conquerit el títol autonòmic en la subcategoria de veterans, sino que ha estat lluitant amb els aspirants al podi absolut. Finalitzant en quarta posició finalment.

*Miquel Giménez y Vicent Peydro*

## CAMPEONATO DE LIGA DE CARRERA POR MONTAÑA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA 3 PRUEBAS

<b>JUVENIL FEMENINO</b>	1. Alba Beltran Escolano
<b>JUVENIL MASCULINO</b>	1. David Prades Monfort
	2. Victor Serrano Peces
	3. Pau Castañer Llido
<b>ABSOLUTO MASCULINO</b>	1. Ramón Recatala Vera
	2. Emili Selles i Segui
	3. Cristóbal Adell Albalat
<b>ABSOLUTO FEMENINO</b>	1. Miryam Talens Belén
	2. M <sup>a</sup> Ángeles Aguilar Hernández
	3. Ángel González Martínez
<b>VETERANO MASCULINO</b>	1. Jose Maria Davo Lopez
	2. Santiago Alvarruiz Bermejo
	3. Francisco Lazaro Pérez
<b>VETERANO FEMENINO</b>	1. Miryam Talens Belen
	2. Manoli Panizo Ollero
	3. Vicky Romero Santonja
<b>MASTER MASCULINO</b>	1. Felipe Gigante Garrido
	2. Francisco López Granero
	3. Francisco Bernabeu Abellán
<b>MASTER FEMENINO</b>	1. Antonia Moreno Fernández
	2. Rosario Cantos Juan
	3. Mercedes Carbonell Ferrando





<b>CAMPEONATO ABSOLUTO DE CARRERA POR MONTAÑA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA</b>	
<b>JUVENIL MASCULINO</b>	1. Victor Serrano Peces
	2. David Prades Monfort
	3. Alejandro Broch Martinez
<b>ABSOLUTO MASCULINO</b>	1. Vicente Calvo Martinez
	2. Remigio Queral Ibáñez
	3. Ramon Recatala Vera
<b>ABSOLUTO FEMENINO</b>	1. Lola Peñarrocha Alos
	2. Miryam Talens Belén
	3. Erica Gumbau Bort
<b>VETERANO MASCULINO</b>	1. Santiago Alvarruiz Bermejo
	2. Manuel Perozo Mosquetero
	3. José Gómez Insa
<b>VETERANO FEMENINO</b>	1. Miryam Talens Belén
	2. M <sup>a</sup> Pilar Agulló LLoret
	3. Victoria Peris Martinez
<b>MASTER MASCULINO</b>	1. Francisco López Granero
	2. Isidro Moreno Jaen
	3. Juan Salvador Ariño Maties
<b>MASTER FEMENINO</b>	1. Teresa Forn Mune
	2. Mercedes Carbonell Ferrando

**base :**

**Record Sport**

**ESPECIALISTAS EN ATLETISMO Y NATACIÓN**

**Telf. 965 377 043 - ELDA-PETRER**

**e-mail: [recordsport@detallsport.es](mailto:recordsport@detallsport.es)**

*15 % dto. para federados FEMECV*



<b>CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CARRERAS POR MONTAÑA INDIVIDUAL</b>	
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	18. Remigio Queralta Ibáñez
	25. Santiago Alvarruiz Bermejo
	34. Cristóbal Adell Albalat
	51. Sebastian Sánchez Ibáñez
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	6. Lola Peñarrocha Alos
	15. Silvia Sos Melia
	16. Erica Gumbau Bort
	17. Miryam Talens Belen
<b>VETERANA MASCULINA</b>	1. Santiago Alvarruiz Bermejo
<b>VETERANA FEMENINA</b>	2. Myriam Talens Belén
	6. Antonia Moreno Fernández
<b>CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CARRERAS POR MONTAÑA POR SELECCIONES</b>	
<b>SELECCIONES AUTONOMICAS</b>	3º PUESTO FEMENINO
	8º PUESTO MASCULINO
<b>COPA DE ESPAÑA DE CARRERAS POR MONTAÑA 4 PRUEBAS</b>	
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	7. Cristóbal Adell Albalat
	10. Ramón Recatala Vera
	16. Santiago Alvarruiz Bermejo
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	6. Silvia Sos Melia
	8. Erica Gumbau Bort
	18. Lola Peñarrocha Alos
<b>VETERANA MASCULINO</b>	1. Santiago Alvarruiz Bermejo





<b>CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CARRERAS VERTICALES</b>	
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	8. Ignacio Cardona Torres
	15. José Antonio Quillis Cuevas
	19. Emili Selles i Seguí
	22. Olegario Alario Peig
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	7. M <sup>a</sup> Ángeles Aguilar Hernández
	13. Myriam Talens Belén
	16. Alba Beltrán Escolano
<b>VETERANO MASCULINO</b>	1. Olegario Alario Peig
<b>VETERANA FEMENINA</b>	4. Myriam Talens Belén
<b>COPA DE ESPAÑA DE CARRERAS VERTICALES 3 PRUEBAS</b>	
<b>ABSOLUTA MASCULINA</b>	5. Ignacio Cardona Torres
	9. Emili Selles i Seguí
	10. David Prades Monfort
	12. Olegario Alario Peig
<b>ABSOLUTA FEMENINA</b>	2. M <sup>a</sup> Angeles Aguilar Hernandez
	3. Myriam Talens Belén
	5. Alba Beltrán Escolano
<b>VETERANO MASCULINO</b>	1. Olegario Alario Peig
<b>VETERANA FEMENINA</b>	4. Myriam Talens Belén





## CAMPEONATO AUTONÓMICO DE BLOQUE DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

TAVERNES DE LA VALLDIGNA

20 DE FEBRERO DE 2010

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Sonia Barranca Sanchis	1ª
ABS. F.	Marina Cervelló Cerdán	2ª
ABS. F.	Lucia Fernandez Vicente	3ª
ABS. M.	Bruno Macias Matutano	1º
ABS. M.	Ignasi Tarrazona Cucart	2º
ABS. M.	José Luis Palao Peinado	3º
Sub. 20 M	David Serrano López	1º
Sub. 20 M	Alberto López Fabel	2º
Sub. 20 M	Alves Fernández Hortelano	-
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	1º
Sub. 18 M	Pablo García Gil	2º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcázar Asensio	3º
Sub. 16 F	Alba Muñoz Franco	1ª
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	1º
Sub. 16 M	Izan Capo Cantos	2º
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	3º



# Bancaja

Si no es bueno para ti,  
no es bueno para nosotros.





**CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ESCALADA DE BLOQUE**  
**BARCELONA**  
**20 DE MARZO DE 2010**

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Marina Cervelló Cerdán	12ª
ABS. M.	Bruno Macias Matutano	1º
ABS. M.	Juan Pons Alemán	5º
ABS. M.	José Luis Palao Peinado	15º
ABS. M.	Ignaci Tarrazona Gasque	16º
ABS. M.	Carlos Javier Puche Mostazo	19º



## CAMPEONATO PROVINCIAL DE ALICANTE DE ESCALADA DE BLOQUE PETRER

17 DE ABRIL DE 2010

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	M <sup>a</sup> del Carmen Alarcon Grau	1 <sup>o</sup>
ABS. F.	Ainhoa Martínez Martínez	2 <sup>a</sup>
ABS. F.	Marina Cervelló Cerdán	3 <sup>a</sup>
ABS. M.	Ignaci Tarrazona Gasque	1 <sup>o</sup>
ABS. M.	Roberto Palmer Soria	2 <sup>o</sup>
ABS. M.	José Luis Palao Peinado	3 <sup>o</sup>
Sub. 18 M	Pablo García Gil	1 <sup>o</sup>
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	2 <sup>o</sup>
Sub. 18 M	Ramón González Ibáñez	3 <sup>o</sup>
Sub. 16 F	Alba Muñoz Franco	1 <sup>a</sup>
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	1 <sup>o</sup>
Sub. 16 M	Izan Capo Cantos	2 <sup>o</sup>
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	3 <sup>o</sup>







## CAMPEONATO AUTONÓMICO DE ESCALADA DE VELOCIDAD ELCHE

24 DE ABRIL DE 2010

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Alba Sánchez Esteban	1º
ABS. F.	Patricia Aldefuer Roich	2º
ABS. M.	Bruno Macias Matutano	1º
ABS. M.	Esteban González Martínez	2º
ABS. M.	Isaac Ferri Baeza	3º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcázar Asensio	1º
Sub. 18 M	Melecio Martínez Torró	2º
Sub. 18 M	Pablo García Gil	3º
Sub. 16 F	Alba Muñoz Franco	1ª
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	1º
Sub. 16 M	Adrián Hidalgo Sansano	2º
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	3º
VETERANOS	Ramón Navarro Juan	1º
VETERANOS	Antonio Marhuenda Sánchez	2º

## CAMPEONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO

26 DE ABRIL DE 2010

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Ainhoa Martínez Martínez	3ª
ABS. M.	Bruno Macias Matutano	1º
ABS. M.	Roberto Palmer Soria	4º
ABS. M.	Ignaci Tarrazona Gasque	5º



**CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ESCALADA DE DIFICULTAD A CORUÑA**

**26 DE JUNIO DE 2010**

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Mónica Sánchez Vilaplana	6ª
ABS. M.	José Luis Palao Peinado	11º
Sub. 20 M	Esteban González Martínez	8º
Sub. 20 M	David Serrano López	10º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcázar Asensio	4º
Sub. 18 M	Ramón González Ibáñez	7º
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	8º
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	8º
Sub. 16 M	Izan Capo Cantos	10º
Sub. 16 M	Adrián Hidalgo Sansano	11º

**CAMPEONATO AUTONÓMICO DE ESCALADA DE DIFICULTAD LA NUCIA**

**23 DE OCTUBRE DE 2010**

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Ainhoa Martínez Martínez	1ª
ABS. F.	Mónica Sánchez Vilaplana	2ª
ABS. F.	Alba Sánchez Esteban	3ª
ABS. M.	Carlos Javier Puche Mostazo	1º
ABS. M.	David Ruiz Pardines	2º
ABS. M.	José Acamer Sanz	3º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcázar Asensio	1º
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	2º
Sub. 18 M	Ramón González Ibáñez	3º
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	1º
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	2º
Sub. 16 M	Aitor Cervera Carrascosa	3º



## CAMPEONATO PROVINCIAL DE CASTELLÓN DE ESCALADA DE BLOQUE

ONDA

**3 DE JULIO DE 2010**

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Mónica Sánchez Vilaplana	1ª
ABS. F.	Ainhoa Martínez Martínez	2ª
ABS. F.	Camilla Miraudó	3º
ABS. M.	José Acamer Sanz	1º
ABS. M.	Carlos Javier Puche Mostazo	2º
ABS. M.	Rubén Denia Martínez	3º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcázar Asensio	1º
Sub. 18 M	Ramón González Ibáñez	2º
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	3º
Sub. 16 F	Alba Muñoz Franco	1º
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	1º
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	2º
Sub. 16 M	Izan Capo Cantos	3º



**COPA DE ESPAÑA DE ESCALADA DE DIFICULTAD**  
 (clasificación general)  
 VALLADOLID/ BILBAO / MADRID

22 DE MAYO, 13 ABRIL Y 13 DE NOVIEMBRE DE 2010

CATEG.	DEPORTISTA	RESULTADO
ABS. F.	Mónica Sánchez Vilaplana	13ª
ABS. F.	Ainhoa Martínez Martínez	21ª
ABS. M.	José Luis Palao Peinado	8º
ABS. M.	Borja Tomás Amorós	18º
Sub. 20 M	Esteban González Martínez	11º
Sub. 20 M	David Serrano López	12º
Sub. 18 M	Jonathan Guadalcazar Asensio	6º
Sub. 18 M	Ramón González Ibáñez	9º
Sub. 18 M	Carles Torregrosa Moragues	10º
Sub. 18 M	Pablo García Gil	16º
Sub. 18 M	Melecio Martínez Torró	22º
Sub. 16 F	Alba Muñoz Franco	7ª
Sub. 16 M	Jonathan Flor Vázquez	7º
Sub. 16 M	Jesús Gómis García	11º
Sub. 16 M	Izan Capo Cantos	15º
Sub. 16 M	Adrián Hidalgo Sansano	16º





## FE DE ERRATAS

Desde la Directiva de la *Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana*, les comunicamos que por error, no se ha publicado en nuestro boletín nº 8, página 38, ELECCIÓN Y PLANIFICACIÓN DE OBJETIVOS y páginas de la 49 a la 52 ACTIVIDADES DE ÉLITE NO COMPETITIVAS, el nombre de la deportista Esther Fresneda Marugán, tanto en las fotos que se aprecia, como en los párrafos que se describen abajo. También se comunica que en dicho artículo hay una errata en el apellido, del deportista Ximo Fuertes, ya que por error se ha puesto Fuentes.



Foto de la página 38  
Esther Fresneda en Cassin-rati - C. Ouest



Foto de la página 49  
Esther Fresneda en las "Petites Jorasses" - cara oeste

### Errata página 49 y 50 Julio 2008:

-Alpes suizos. Piz Badille 3.300 m Cara Norte. Vía Cassim 850 m MD sup (6a). -Alpes franceses. Macizo Oisans. Pico la Meije. 3983 m, Cara Sur. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán. -Vía Pierre Allain. 800 m MD sup. Vivac en el descenso por la normal del Promontoire. Descenso... por la arista norte. Vía clásica a esta famosa cara norte. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán. -Mont Blanc. Grand Capucin. Vía "Los Suizos + O Sole Mio" ED inf. 300 m. (6b) Escalada en fabuloso granito en pleno macizo del Mont-Blanc. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán, -Vía Anouk "Cara Oeste Petites Jorasses" 750 m. ED inf. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán.

### Errata página 51 Marzo 2009

-Jordania. Desierto de Wadi Rum. Macizo de Jebel Rum. Abu Ahina Tower. Vía Lion-Heart. 350 m (6c). Impresionante y mantenida vía de fisura en roca arenisca y escalada limpia. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán.

### Errata página 52 Julio 2009

-Escalada de las Tre Cima di Lavaredo, por las míticas y conocidas vías de la cara norte. Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán. -Cima Grande. Cara Norte. Vía Comici Dimai. 500 m MD sup./ED inf (6b/A1). Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán. -Cima Picolisima. Vía Spigolo Giallo. 300 m MD sup. (6a). Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán. -Cima Ovest. Cara Norte. Vía Cassim-Rati 450 m ED inf (6b/A2). Por Ximo Fuertes y Esther Fresneda Marugán.

Comunicamos que dicho error ha sido subsanado en el boletín digital. En la próxima publicación del boletín de esta federación también realizaremos una fe de erratas del boletín anterior. Desde esta Junta Directiva, pedimos disculpas a las personas que se han sentido incomodadas con dicha publicación errónea.

**La Junta Directiva de la FEME**

# RELACIÓN DE MIEMBROS DE LA ASAMBLEA GENERAL DE LA **FEDERACIÓ d'ESPORT DE MUNTANYA I ESCALADA DE LA COMUNITAT VALENCIANA**

## ESTAMENTO ASOCIACIONES DEPORTIVAS

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE CASTELLÓN

C. M. Amics Volta al Terme de Fondguilla – Ximo Marin Herrero  
Club Esportiu El Món Apeu – M<sup>o</sup> Carmen Gimenez Ventura  
Club Muntanya Penya Mur i Castell – Ezequiel Cuesta Mangriñan  
S. M. Centre Exc. Castelló – Gregori Dolz I Centelles

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE VALENCIA

Centre Exc. Ontinyent – Joan Belda Sanchis  
Centre Exc. Xativa – Rafael Blesa Martínez  
Centro Exc. Paterna – Cándido Martínez Bernabeu  
Club Alpi Gandia – Albert Monzó i Frasquet  
Club Exc. Benigànim – Rafael Borredá Alabort  
Grup Muntanya Vallidigna – Juan Vicente Vercher Gadea  
Club Universitario de Montaña – Francesc Xavier Benedito

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE ALICANTE

Centre Exc. Contestá – Alfons Ripoll Senabre  
Centre Exc. Penya Roja – Regino Ferre Puig  
Centro Exc. Callosa de Segura – Antonio Manresa Bernabeu  
Centro Exc. Eldense – Rafael Arenas Cartagena  
Centro Exc. Petrer – Pedro Brotons Payá  
Centro Exc. Villena – Pedro Torres Catalán  
Club Alicantino de Montaña – Mario Aldeguer García  
Club Amigos de la Sierra – Andrés Martínez Noguera  
Club de Montaña Reto 8000 – Jose Antonio Ferrández Alejo  
Club de Montaña y Escalada Thiar – Roberto Trives Escudero  
Club Deportivo Aitana Aventura – Isidro J. Mira Rizo  
Club Novelder de Muntanyisme – Joaquin Mendez Rocamora  
Grupo Ilicitano de Montaña – Sergio Verdejo Romero  
Grupo Montañero Albarerano – Miguel Ángel Aguilar Segura  
Nativos, Club de Montaña y Escalada – Jaime Escolano Salvador  
S.M. Club Atletismo Maratón de Crevillente – Victor M. Candela Santiago

## ESTAMENTO DEPORTISTAS

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE CASTELLÓN

Ángel Font Piquer  
Francisco Abelardo Valls

Manuel Piedra Prado  
Manuel Segarra Berenguer

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE VALENCIA

David Ortega Luque  
Elena Raro Martínez  
Emilio González Muñoz

Francisco Sales Climent  
Gracia Vila Montaner  
Ivan Villar Pastor

Jesús Moreno Rubio  
Jose M<sup>o</sup> Santiago Giner  
M<sup>o</sup> Carmen Alonso vidal  
M<sup>o</sup> Teresa Llorens Orts

Mercè Moscardó Camarasa  
Vicente Capellino García  
Vicente Liern García

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE ALICANTE

Alba Sánchez Esteban  
Alicia Avendaño Marin  
Amancio Catalán García  
Antonio Luis Más Más  
Araldo Beltran Barba  
Araldo Beltran Ortiz  
Francisco de Paula Pardo Muñoz  
Francisco Durá Bernabé  
Francisco Medina Tobarra  
Jaime Antón Castelló  
Jose Vergara Pozuelo

Josep Albert Alborns Plaza  
Juan José Motos Sánchez  
Julián López Busquiel  
M<sup>o</sup> Remedios Barba Cantero  
Miguel de Juan Villalba  
Oscar Miró Durá  
Pascua Molina Rocamora  
Rogelio García García  
Santiago José Esteban López  
Vicente Peydro Bernabeu

## ESTAMENTO TÉCNICOS/ENTRENADORES

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE CASTELLÓN

Federico Almela Blasco

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE VALENCIA

Miguel Cebrián Monteagud  
Pedro Jorge Notario Perea  
Pere López Mañez

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE ALICANTE

Juan Agulló Artero  
Jesús Sánchez Gómez  
Manuel Membrives Martínez  
Jose Ignacio Amat Segura  
Joaquin Sala Ferrer  
Leandro Fco. Irlas Ramón

## ESTAMENTO JUECES/ÁRBITROS

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE VALENCIA

Miquel Giménez Martínez

### CIRCUNSCRIPCIÓN DE ALICANTE

Antonio González Davó  
David Mora García  
Francisco Durá Sempere  
Francisco Hernández Pardo  
Heike Killisch  
José Antonio Galipienso Rubi  
José Manuel Guadalcázar Sedeño  
Manuel Amat Castillo  
Romualdo Domenech Brotons



## LISTADO DE LIBROS Y TRÍPTICOS DE SENDEROS DE LA C.V.

**COMO ADQUIRIR UN LIBRO** : Haciendo el ingreso del libro que desee en nuestra cuenta: **CAM. entrada 2090, oficina 0259, D.C. 7 Nº, CTA. 0040012680** junto con el recibo del banco y sus datos personales, lo remite por e-mail a [federacionv@terra.es](mailto:federacionv@terra.es) o fax 96 543 65 70 y el libro se le enviará a su domicilio. Información: 965 43 97 47.

NOMBRE	(Federados)	(No Federados)
Centro Excursionista de Crevillente - 50 Aniversario	12,00 €	14,00 €
Avances Patológicos del Montañismo	15,00 €	17,00 €
Senderismo y Escalada de la Vega Baja del Segura	11,00 €	13,00 €
Guiá Senda Verde Valencia	10,00 €	12,00 €
El libro de los hielos	30,00 €	36,00 €
Andanzas	10,00 €	12,00 €
Senderos pequeños recorridos	3,00 €	4,00 €
Trípticos senderos Valencianos Comunidad Valenciana (unidad)	1,00 €	2,00 €
Guiás de Escalada de Montanejos 2007	36,00 €	38,00 €
Guiás de Escalada en Alicante	23,00 €	23,00 €
CuentaMontes 2010/2011	10,00 €	10,00 €
Cabeçó d'Or Guía de Escalada	15,50 €	16,50 €

Hasta fin de existencias

www.ap.eu.es



**Desplomes**



**Rocódromos**



**Sala de Búlder**



**Formación**



**Escuela de Escalada**



**CENTRE DE FORMACIÓ I ENTRENAMENT**

**Centro homologado por:**




**con más de 500 m2 para escalar.**



**C/ Francia, Pol. Ind. ACCESO SUR,  
 Nave 8C. 12006 Castellón.  
 Tel: 964 37 11 00. e-mail: [apeuindoor@apeu.es](mailto:apeuindoor@apeu.es)**

# CALENDARIO ACTIVIDADES FEDERATIVAS 2011

<b>COMPETICIONES DE ESCALADA</b>		
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CLUB ORGANIZADOR</b>	<b>FECHA DE REALIZACIÓN</b>
Campeonato Autonómico Universitario de Escalada	<b>UNIVERSIDAD POLITECNICA DE VALENCIA</b>	<b>07 DE Marzo</b>
Campeonato Provincial de Valencia, Escalada de Bloque	<b>S.M. GRUP MUNTANYA VALLDIGNA</b>	<b>12 de Marzo</b>
Campeonato Provincial de Alicante de Bloque	<b>CENTRO EXCURSIONISTA DE BIAR</b>	<b>2 de Abril</b>
Rally 12 Horas Del Peñón d'lfach Copa de España de Rallys 12 horas de Escalada	<b>CLUB ALPÍ GANDIA GRUP MUNTANYA CALP</b>	<b>21 de Mayo</b>
Campeonato Autonómico de Escalada de Dificultad	<b>CLUB DESPLOME</b>	<b>17 de Septiembre</b>
Campeonato Provincial de Alicante de Escalada de Dificultad	<b>CLUB ALICANTINO DE MONTAÑA</b>	<b>24 de Septiembre</b>
Campeonato Autonómico de Bloque	<b>CLUB DEPORTIVO D'ESCALADA FORADA</b>	<b>01 de Octubre</b>
<b>COMPETICIONES DE CARRERAS POR MONTAÑA</b>		
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>CLUB ORGANIZADOR</b>	<b>FECHA DE REALIZACIÓN</b>
1ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	<b>CLUB DE MUNTANYA CXM VALÈNCIA</b>	<b>30 de Enero</b>
2ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	<b>CLUB MUNTANYISME PENYA MUR I CASTELL</b>	<b>20 de Febrero</b>
3ª Prueba del Campeonato de Liga de Carrera por Montaña	<b>CLUB ALICANTINO DE MONTAÑA COLLA MUNTANYENCA DE BUSOT</b>	<b>13 de Marzo</b>
Campeonato Absoluto y por Clubes de Carrera por Montaña	<b>S.M. CLUB ATLETISMO PETRER</b>	<b>03 de Abril</b>
Campeonato Autonómico de Carrera Vertical	<b>S.M. CLUB ATLETISMO MARATON DE CREVILLENTE CLUB DE MONTAÑA ACCLIVIS</b>	<b>29 de Mayo</b>
Campeonato de Carrera por Montaña Kilómetro Vertical	<b>UNION EXCURSIONISTA DE ELCHE C. EXC. DE FINESTRAT "EL PORTELL"</b>	<b>05 de Noviembre</b>

# CALENDARIO ACTIVIDADES FEDERATIVAS 2011

## COMPETICIONES DE ORIENTACIÓN

ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
Campeonato Autonómico de Orientación	<b>CLUB MARATO I MITJA CASTELLO - PENYAGOLOSA</b>	<b>17 de Abril</b>

## MARCHAS Y CAMPAMENTOS

ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
El Día del Senderista	<b>CENTRE EXCURSIONISTA XATIVA</b>	<b>6 de Febrero</b>
Travesía Y Pernocta	<b>S.M. GRUPO ESPELEOLOGICO GATENSE</b>	<b>26 y 27 de Febrero</b>
Campamento Territorial de Alicante	<b>CENTRO EXCURSIONISTA ELDENSE</b>	<b>07 y 08 de Mayo</b>
Campamento Territorial de Valencia	<b>S.M. GRUP MUNTANYA VALLDIGNA</b>	<b>14 y 15 de Mayo</b>
Campamento Territorial de Castellón	<b>CLUB ESPORTIU DE SENDERISME DE BETXI CLUB DESPLOME</b>	<b>01 al 03 de Julio</b>
Marcha de Veteranos de la Comunidad Valenciana	<b>S.M. CLUB ATLETISMO MARATON DE CREVILLENTE</b>	<b>05 de Junio</b>
Día de la Montaña Limpia	<b>CENTRO EXCURSIONISTA PETRER</b>	<b>04 de Septiembre</b>
Campeonato de la Comunidad Valenciana de Regularidad	<b>CLUB EXCURSIONISTA DE BENIGÀNIM</b>	<b>13 de Noviembre</b>

## REUNIONES

ACTIVIDAD	CLUB ORGANIZADOR	FECHA DE REALIZACIÓN
Asamblea General FEMECV	<b>CLUB NOVELDER DE MUNTANYISME</b>	<b>18 de Junio</b>
Reunión de Presidentes y Asociaciones	<b>CENTRE EXCURSIONISTA PENYA ROJA</b>	<b>15 de Octubre</b>



# LA FEDERACIÓN CONTESTA

## ¿Preguntas y respuestas más frecuentes sobre la Licencia Federativa?

El equipo administrativo de la Federación encargado de las licencias federativas y asuntos burocráticos nos contesta las preguntas más frecuentes que tanto el deportista que se acerca a nuestra federación se plantea, también de forma breve nos aclara de forma escueta sobre los pasos a seguir ante una lesión deportiva o accidente de montaña desde el punto de vista de atención clínica.



Nuria

Alicia

Lorena

### ¿Para qué sirve la Licencia Federativa?

La licencia te incluye dentro de un grupo de personas con las mismas inquietudes hacia la práctica de actividades deportivas de montaña, de esta forma la federación podrá defendernos y conseguir mejores beneficios para todos desde una línea común como colectivo.

Además te posibilita el acceso a unos servicios y te ofrece una cobertura de accidentes deportivos, ya sea durante los entrenamientos, competiciones de nuestras modalidades y la práctica general.

### ¿Es obligatorio pertenecer a algún club o asociación de montaña para conseguir la Licencia?

No es necesario, la Ley establece la obligación de cualquier federación deportiva para acreditar mediante la licencia federativa su pertenencia a ella como deportista individual, sin tener que demostrar su pertenencia a ningún club o asociación deportiva de menor rango. En este caso la licencia se tramita directamente por la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana. **Aún así, nosotros recomendamos pertenecer a un club o asociación deportiva de montaña**, sobre todo si te estas iniciando en estas actividades, para poder practicar de forma progresiva y segura las actividades de montaña junto a deportistas con experiencia y veteranía.

Además debes tener en cuenta que los colectivos de montaña, como clubes y asociaciones

deportivas, pueden hacer llegar con más fuerza tus inquietudes y proyectos a las Administraciones Locales (Ayuntamientos,...) y como no, a la misma Federación.

### ¿Cómo me puedo federar?

#### Formas de tramitar la Tarjeta Federativa

- Directamente en la FEMECV, sita en la calle Mariano Luján nº 9 bajo, en la ciudad de Elche (Alicante).

- A través de un club o sección de montaña inscrita en la FEMECV.

- O enviando una carta, fax (datos a máquina), o e-mail (femecv@femecv.com) con los datos personales: nombre y apellidos, N° D.N.I., letra N.I.F., fecha de nacimiento completa y dirección completa junto con el justificante de ingreso por la licencia federativa solicitada, que debe realizarse en:

**CAJA DE AHORROS DEL MEDITERRANEO**  
C/C 2090 0259 70 0200001079

**BANCAJA C/C 2077 0416 79 3101185646**

Según acuerdo de la Asamblea de la FEMECV, toda aquella persona que tramite su licencia sin pertenecer a ningún club de montaña inscrito dentro de la Federación, deberá abonar el importe de la licencia que desee tramitar más 11,00 €. A las personas que acudan a tramitar su licencia a la oficina de la FEMECV, no se les cobrará este importe adicional.

Existe la forma de pago por domiciliación bancaria que supone recibir la tarjeta federativa automáticamente cada año sin ningún tipo de trámites por correo ordinario en la dirección del domicilio, esta es la forma que ahora mismo esta mas aceptada y que recomendamos ya que el deportista estará federado automáticamente a partir del uno de enero del año que empiece. Piensa que fin de año y principio de año son una temporada de vacaciones y muchos montañeros aumentan sus salidas a la montaña, con lo que nos podemos quedar un periodo de tiempo de Enero sin cobertura por imprevisión, esto lo podemos evitar con esta forma de pago.

### ¿Existen diversas Modalidades de la Licencia federativa?

Si, se diferencian en cuanto a coberturas territoriales y edad, dando los mismos servicios según territorio donde se haya realizado la actividad montañera. Estas son:

**Modalidad A:** Cobertura en territorio nacional.

**Modalidad B1:** Cobertura en territorio nacional, la única diferencia con la modalidad es un aumento en las indemnizaciones de 3.000 €.

**Modalidad B2:** Cobertura en España, Europa y Marruecos.

**Modalidad B3:** Cobertura en Todo el mundo. Además existen unas categorías de la Licencia según edades:

**MAYOR:** A partir de los 18 años.

**JUVENIL:** De los 14 a los 17 años.

**INFANTIL:** De los 0 a los 13 años.

Según modalidad y categoría los precios varían, consultadnos si no tienes claro cual es la modalidad que os interesa.

## ¿Qué actividades deportivas están cubiertas?

Senderismo, escalada en todas sus vertientes y modalidades, barranquismo, alpinismo, vías ferratas, carreras por montaña, esquí de travesía (fuera de estaciones de esquí), bicicleta de montaña si no es competición, excursionismo,... en principio toda actividad que se realice, o se este realizando,

con el fin de mejorar el rendimiento de vuestra faceta montañera. Quedan excluidos las lesiones o accidentes en actividades de competición fuera de nuestro ámbito federativo.

## ¿Qué duración tiene la licencia?

La licencia es de año natural, del 1 de enero al 31 de diciembre del año que se contrate.

## ¿Hay alguna forma de renovar la licencia todos los años automáticamente?

Se puede hacer la domiciliación bancaria, como antes hemos recalcado, de este modo todos los años se renovaría la licencia el 1 de enero. (Ver impreso de domiciliación en la página **WEB [www.femecv.com](http://www.femecv.com)** o en el apartado correspondiente de este boletín). Como novedad, también se puede realizar el pago Online (TPV).

## SERVICIOS QUE TE POSIBILITA EL TENER LA TARJETA FEDERATIVA

Acceso a numerosos cursos de formación de deportistas en diferentes niveles y modalidades.

Posibilidad de acceder a libros de temas relacionados con la montaña y guías de senderismo.

Descuentos especiales en los refugios de montaña a nivel nacional o internacional cuyos propietarios estén adheridos al convenio de reciprocidad de la UIAA.

Participación en todas las actividades federativas.

Precios especiales en Camping de la Federación Portuguesa de Campismo.

Posibilidad de acceder a premios y subvenciones en la participación de las diferentes competiciones de nuestra Federación, escalada y carreras de montaña.

Descuentos especiales en tiendas especializadas, albergues y estaciones de esquí concertadas.

Posibilidad de incorporación al centro de Tecnificación de Escalada y al Plan de Tecnificación de Jóvenes Alpinistas que existen en nuestra Comunidad o a nivel estatal.

Posibilidad de acceso a subvenciones y premios por actividades de tecnificación y alto rendimiento deportivo.

Derecho a descuento en la utilización de los servicios del Servei General d'Informació de Muntanya.

Posibilidades de participar en las Actividades de Juventud (encuentros de escalada, alpinismo, etc.)

Posibilidad de participar en las actividades de alpinismo organizadas por el GAME.

Posibilidad de participar en todas las actividades interterritoriales organizadas por la FEDME en colaboración con las federaciones autonómicas.

Seguro de accidentes, y rescate indispensable según zonas geográficas, en cualquiera de sus modalidades, ya sea durante su práctica en la montaña o durante el entrenamiento para estas.

## PASOS A SEGUIR EN LA ATENCIÓN CLÍNICA EN CASO DE ACCIDENTE DEPORTIVO DURANTE ENTRENAMIENTOS O PRÁCTICA MONTAÑERA

### 1º CASO. ACCIDENTE DEPORTIVO ENTRENANDO O DURANTE LA PRÁCTICA MONTAÑERA – URGENCIA–

Si el accidente es grave y necesitas de los servicios de socorro debes avisar a los grupos de rescate (**teléfono Europa: 112, o también Comunidad Valenciana, Guardia Civil 650 384 091**) donde se encuentre en España o Extranjero. Estos seguirán su protocolo de desplazamiento preventivo al hospital más cercano.

Si vamos por nuestros medios pero de urgencia, esta primera asistencia puede ser en el hospital de la S.S. o centro clínico más cercano al lugar del accidente, pero acordaros que hay que decir desde el primer momento que tenemos seguro deportivo (Mutualidad General Deportiva) y nos hagan el parte de urgencia correspondiente.

Una vez ingresado deberemos ponernos en contacto con la Mutualidad Deportiva, para esto tenemos dos formas, una a través de la línea telefónica cuyo número de URGENCIAS aparece en el reverso de la tarjeta federativa o por línea INTERNET en la página web: <http://www.mgd.es> donde nos explicarán la actuación administrativa y forma del traslado del accidentado a un centro concertado para su ingreso o tratamiento no urgente. Lo mismo para traslado de lesionados a nuestro domicilio.

Siempre que tenga cualquier tipo de accidente debe llamarse a la Federación y solicitar un comunicado de accidentes que le será remitido a su domicilio.

### 2º CASO. ACCIDENTE DEPORTIVO ENTRENANDO O DURANTE LA PRÁCTICA MONTAÑERA – NO URGENTE–

Aquí se concentran la mayoría de accidentes no graves durante entrenamientos en la montaña pero no requieren de una atención de urgencia.

Llamar a la federación en horario de oficinas (965439747) para pedir el parte de accidentes, antes de siete días, el cual se remite por correo a vuestro domicilio, se da parte a la Mutualidad Deportiva y se solicita cita con el medico que se necesite dentro de los concertados en el territorio de la Comunidad o el resto de España.

Recuerda que siempre que tu accidente deportivo, requiera rescates, desplazamiento, traslados etc., conserves toda la documentación que te den en original, por si te la requiere la aseguradora.

En caso de necesitar ser evacuado llamar al 112 (Centro de emergencia) y actuar según procedimiento adecuado para el rescate. Consultar para esto nuestra hoja WEB –[www.femecv.com](http://www.femecv.com)– o el boletín Nº 4.



## POLIZA N° 3295 – SUPLEMENTO N° 6

**ASEGUDADOR:** Mutuality General Deportiva (Mutuality of Social Security to First Fija) C/ Evaristo San Miguel 8 (4<sup>o</sup> planta) 28008 Madrid.

**TOMADOR Y MUTUALISTA:** Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana C/ Mariano Luña n° 9, 03201 Elche (Alicante)

Responsabilidad Civil Suscrita a través del Grupo Asegurador CASER por una suma total anual de 1.202.024,21 €; sublimitada a 150.253,03 € por siniestro respecto a Daños Materiales, 150.253,03 € por víctima respecto a Daños Personales y 150.253,03 € por siniestro respecto a Fianzas y Defensa; con ámbito de cobertura Mundial excepto Estados Unidos de América y Canadá.

**Rescates:** Se incluyen los gastos de rescate en territorio del Estado Español, búsqueda y traslado de deportistas, en caso de accidente deportivo y hasta 6.000'00, -€ por el conjunto total de los apartado y de todos los deportistas implicados en el mismo siniestro.

El seguro actualmente contratado tiene por objeto la cobertura del deportista contra los riesgos derivados del accidente deportivo. Esto quiere decir que la MGD debe hacerse cargo de los gastos derivados de la atención sanitaria de una lesión corporal derivada de un accidente, con lo cual quedan fuera de la cobertura todas aquellas patologías que tienen su origen en un proceso degenerativo.

Partiendo de este asunto y teniendo en cuenta que, entre las cláusulas de las condiciones generales de la póliza se consideran no incluidos los gastos derivados de las pruebas diagnósticas diferenciales o de descarte, pudiera darse el caso que alguna lesión no acreditada como consecuencia de un traumatismo, es decir, un daño físico y en este caso concreto con origen en un accidente deportivo realmente pudiera serlo. Para lo cual el asegurado deberá presentarnos un diagnóstico claro y conciso que acredite que el daño físico sufrido es consecuencia directa del accidente deportivo, en cuyo caso la MGD asumirá todos los gastos necesarios para el tratamiento del daño diagnosticado, incluidas las pruebas diagnósticas que haya necesitado realizar por su propia cuenta y que son oportunamente reembolsadas.



RESUMEN DE PRESTACIONES Y SUMAS ASEGURADAS, SEGÚN CONDICIONADO GENERAL	A Básica España	B-1 Mejoras sobre A España	B-2 Europa y Marruecos	B-3 Resto del Mundo
Asistencia Médico-Quirúrgica-Sanitorial	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Asistencia farmacéutica en régimen hospitalario	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Asistencia en régimen hospitalario concertado, de los gastos de prótesis y material de osteosíntesis	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Rehabilitación. Previo Control por los Servicios Médicos M.G.D.	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA	ILIMITADA
Resonancia Magnética Nuclear. Prevía autorización por los Servicios Médicos M.G.D	INCLUIDA	INCLUIDA	INCLUIDA	INCLUIDA
Asistencia Médico-Quirúrgica-Farmacéutica y Sanatorial en accidentes ocurridos en el extranjero	EXCLUIDO	EXCLUIDO	6.010 €	6.010 €
Indemnizaciones por pérdidas anatómicas y/o funcionales, según baremo Hasta...	18.750 €	18.750 €	18.750 €	18.750 €
Auxilio al fallecimiento como consecuencia directa del accidente deportivo	9.000 €	12.020,24 €	12.020,24 €	12.020,24 €
➤ En el caso de los menores de 14 años la indemnización será en concepto de gastos de sepelio y ascenderá a ...	2.255 €	2.255 €	2.255 €	2.255 €
Auxilio al fallecimiento en la práctica deportiva sin causa directa del accidente deportivo	1.875 €	1.875 €	1.875 €	1.875 €
Gastos originados por tratamientos ortésicos	INCLUIDOS	INCLUIDOS	INCLUIDOS	INCLUIDOS
Gastos originados odontología Hasta...	400 €	400 €	400 €	400 €
Gastos de traslado o evacuación desde el lugar del accidente hasta su hospitalización en el Centro Concertado más próximo	ILIMITADO	ILIMITADO	ILIMITADO	ILIMITADO
Gastos de recate en territorio del Estado Español, búsqueda y traslado de deportistas, en caso de accidente deportivo y hasta 6.000'00 € por el conjunto total de los tres apartados y de todos los deportistas implicados en el mismo siniestro.	INCLUIDO 6.000 €	INCLUIDO 6.000 €	INCLUIDO 6.000 €	INCLUIDO 6.000 €
Gastos de rescate en el extranjero, búsqueda, traslado y/o repatriación de deportistas, en caso de accidente deportivo hasta 12.020,24 €, por el conjunto total de los tres apartados y de todos los deportistas implicados en el mismo accidente, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes	EXCLUIDO	EXCLUIDO	INCLUIDO 12.020,24 €	INCLUIDO 12.020,24 €
Gastos de alojamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo, en territorio del estado Español, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes Hasta 30,05 €/día, máximo 5 días	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de desplazamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el territorio del Estado Español, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta un máximo de 300,51 €	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de alojamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el extranjero, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta 30,05 €/día, máximo 5 días	EXCLUIDO	EXCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Gastos de desplazamiento de un familiar, en caso de fallecimiento por accidente deportivo en el extranjero, previa presentación de las facturas y recibos correspondientes. Hasta un máximo de 601,01 €	EXCLUIDO	EXCLUIDO	INCLUIDO	INCLUIDO
Mordeduras de animales y picaduras de insectos. Incluido el fallecimiento	3.005,06 €	3.005,06 €	3.005,06 €	3.005,06 €



# CURSOS FORMACIÓN

MES	CURSO	FECHAS	ALUMNOS	PRECIO
ENERO	Alpinismo. Iniciación (Sierra Nevada)	22 y 23	4/8	150 €
FEBRERO	Alpinismo. Rescate Nevado (S. Nevada)	5 y 6	4/8	175 €
	Esquí de Montaña (Sierra Nevada)	5 y 6	4/12	185 €
	Autorrescate barrancos (Castellón)	12 y 13	4/8	165 €
	Alpinismo Nivel II (S. Nevada)	12 y 13	4/8	165 €
	Escalada en Roca Iniciación (Sella)	12 y 13	4/8	145 €
	Escalada en Roca vías largas equipadas (Elda)	19 y 20	4/8	165 €
	Progresión por vías ferratas (Elda-Villena)	27	3/6	80 €
	Descenso de barrancos. Nivel I (Prov. Alicante)	26 y 27	4/8	145 €
MARZO	Alpinismo. Nivel I (Sierra Nevada)	5 y 6	4/8	160 €
	Escalada en Roca Iniciación (Prov. Valencia)	5 y 6	4/8	145 €
	Descenso de barrancos. Nivel II (Prov. Castellón)	12 y 13	4/8	165 €
	Alpinismo. Nivel II (S. Nevada)	18, 19 y 20	4/8	210 €
	Curso de Orientación por montaña I (Pr. Castellón)	19 y 20	4/8	145 €
	Iniciación al Montañismo	18, 19 y 20	4/12	170 €
	Progresión por vías ferratas (Elda-Villena)	27	3/6	80 €
	Orientación en montaña. Nivel I (Prov. Alicante)	26 y 27	4/8	145 €
ABRIL	Alpinismo. Iniciación (S. Cadí)	21 al 25	4/8	preguntar
	Alpinismo. Perfeccionamiento (S. Cadí)	21 al 25	4/8	preguntar
	Descenso de barrancos. Nivel I (Prov. Alicante)	16 y 17	4/8	165 €
	Escalada en Roca. Iniciación (Elda)	9 y 10	4/8	145 €
	Escalada en Roca. Vías sin equipar (Sella)	16 y 17	4/8	165 €
	Curso de Orientación por montaña II (Pr. Castellón)	16 y 17	3/12	155 €
MAYO	Escalada en Roca. Vías largas equipadas (Finestrat)	7 y 8	4/8	165 €
	Orientación en montaña. Nivel II	7 y 8	4/8	165 €
	Manejo Básico del GPS y PC (Prov. Castellón)	14	4/12	80 €
	Autorrescate en Roca (Valencia)	14 y 15	4/8	165 €
	Manejo Básico de GPS	21	3/12	80 €
	Progresar en vías ferratas	22	3/8	80 €
	Progresar y rescate en aguas vivas por barrancos	28 y 29	6/10	195 €

## TODO EL AÑO (DE LUNES A VIERNES) CLASES DIRIGIDAS DE ESCALADA EN ROCODROMO Y ENTRENAMIENTO

ESCUELA DE ESCALADA EVAM EN EL **ROCODROMO DE ELCHE** (ALICANTE) - Tel. 637 859 376  
 CENTRO DE FORMACIÓN EVAM-APEU DE CASTELLÓN DE LA PLANA - Tel. 610 325 563

### ESCUELA VALENCIANA DE ALTA MONTAÑA

Apartado de Correos, 3 • Telf. 965 43 97 47 y 617 301 556 • director.evam@femecv.com



# DEPORTISTAS 2011

MES	CURSO	FECHAS	ALUMNOS	PRECIO
JUNIO	Escalada en Roca Iniciación (Prov. Alicante)	4 y 5	4/8	145 €
	Descenso de barrancos. Nivel I (Alicante)	11 y 12	4/8	165 €
	Escalada en Roca. Vías largas equipadas (Finestrat)	11 y 12	4/8	165 €
	Curso de Orientación por montaña I (Pr. Castellón)	17 y 18	4/8	145 €
	Orientación en Montaña. Nivel I	18 y 19	4/8	145 €
	Progresar por vías ferratas	19	3/8	80 €
	Escalada en Roca. Iniciación (Prov. Castellón)	25 y 26	4/8	145 €
	Progresar en vías ferratas	26	3/8	80 €
JULIO	Alpinismo de altura (Macizo del Mont-Blanc) -técnicas de aclimatación a la altitud-	del 3 al 10	3/6	1.315 €
	Descenso de barrancos acuáticos. Nivel II	del 18 al 22	4/8	preguntar
	Multiactividad en alta montaña (Benasque)	del 18 al 22	4/8	preguntar
SEPTIEMBRE	Escalada artificial (Prov. Castellón)	3 y 4	4/6	165 €
	Escalada en Roca. Iniciación (Sella-Calpe)	10 y 11	4/8	145 €
	Orientación en montaña. Nivel II	17 y 18	4/8	165 €
	Manejo Básico de GPS	25	4/12	80 €
OCTUBRE	Escalada en Roca. Vías largas equipadas (Elda-Sax)	8 y 9	4/8	165 €
	Autorrescate en vías ferratas (Prov. Alicante)	15	4/8	85 €
	Autorrescate en escalada (Prov. Castellón)	22 y 23	4/8	165 €
	Curso de Orientación por montaña II (Pr. Castellón)	22 y 23	3/12	155 €
	Autorrescate en barrancos (Prov. Alicante)	29 y 30	4/8	165 €
NOVIEMBRE	Progresión por vías ferratas	5	3/12	80 €
	Escalada en Roca. Iniciación (Valencia)	12 y 13	4/8	145 €
	Iniciación al Montañismo	18, 19 y 20	4/12	170 €
	Manejo Básico de GPS (Prov. de Castellón)	19	4/12	80 €
	Escalada en Roca. Iniciación (Castellón)	26 y 27	4/8	145 €
DICIEMBRE	Esquí de Montaña (Benasque)	3 al 6	4/12	preguntar
	Alpinismo. Iniciación (Benasque)	3 al 6	4/8	preguntar

## Cursos para titulaciones federativas:

Monitor voluntario de Club en montañismo,  
Monitor voluntario de Club en descenso de barrancos,  
Monitor voluntario de Club en escalada  
Monitor voluntario de Club en alpinismo.

Información en [www.femecv.com](http://www.femecv.com) (evam@femecv.com)  
y Facebook EVAM (Escuela Valenciana Alta Montaña) Tel. 617 301 556



# CUADRO MÉDICO

## PROVINCIA DE ALICANTE

### HOSPITALES Y CLÍNICAS CON URGENCIAS

#### **Clínica Médica Albaterra**

C/ Juan Carlos I, 93, bajo 03540-ALBATERA (Alicante)

Teléfono y Fax: 965 486 784

#### **Sanatorio San Jorge**

C/ Oliver, 55 03802-ALCOY (Alicante)

Teléfono y Fax: 965 330 400

#### **Hospital Internacional MEDIMAR**

Avda. de Denia, 78 03016-ALICANTE (Alicante)

Teléfono: 965 162 200 Fax: 965 262 177

#### **Clínica Mar Mediterráneo**

C/ Pintor Cabrera, 26 03003-ALICANTE (Alicante)

Teléfono: 965 125 120 Fax: 965 125 995

#### **Clínica Ceade**

C/ Ntra. Sra. de Monserrate, 36 03160-ALMORADI (Alicante)

Teléfono Y Fax: 966 781 711

#### **Centro Clínico Aspe**

C/ Santa Teresa, 5, bj. Dcha 03680-ASPE (Alicante)

Teléfono: 965 494 700 Fax: 966 343 055

#### **Asociación Médica MEDISUP-AMI**

Plaza SS.MM. los Reyes de España nº 5 03500-BENIDORM

(Alicante) Teléfono: 966 809 090 Fax: 965 871 756

#### **Hospital de Levante de Benidorm**

Dr. Ramón y Cajal nº 7 03530-BENIDORM (Alicante)

Teléfono: 966 878 787 Fax: 965 871 756

#### **Centre Médico Calpe**

Avda. Masnou, 36, Edif. Boreal, local 5 03710-CALPE (Alicante)

Teléfono: 965 874 479 Fax: 965 794 431

#### **Centro Médico JAVEA**

Avenida Amanecer, 49-B 03730-JAVEA (Alicante)

Teléfono: 965 794 078 Fax: 965 794 431

#### **Jotesa - Orihuela**

C/ Limón, entresuelo A 03330-ORIHUELA (Alicante)

Teléfono y Fax: 966 343 055

#### **Clínica Vg. del Pilar/Pilar Horadada**

Calle Triana, 14 03190-PILAR DE LA HORADADA (Alicante)

Teléfono: 966 766 160 Fax: 9667 673 24

#### **Centro Asistencia 1º de Mayo**

Avda. 1º de Mayo, 22-24 03690-SAN VICENTE DEL RASPEIG

(Alicante) Teléfono: 965 676 545 Fax: 965 676 546

#### **Clínica Jaime I**

Calle Marie Curie, 24 03020-Torrellano -ELCHE (Alicante)

Teléfono: 966 101 514 Fax: 966 651 013

#### **Clínica San Jaime I**

C/ San Sebastián nº 19 03400-SAN LÁZARO-VILLENA (Alicante)

Teléfono: 966 817 653 Fax: 965 800 696

#### **Centro Médico Delfos**

Plaza del Rollo, 5 03400-VILLENA (Alicante)

Teléfono: 965 807 345 Fax: 965 817 250

#### **Clínica Salud Vital**

Calle Escultor Navarra Santafé, 8 03400-VILLENA (Alicante)

Teléfono: 966 152 610 Fax: 966 152 612

### TRAUMATÓLOGOS

#### **Dr. D. José Antonio Rubio Fuentes**

Cirugía Ortopédica y Traumatológica

C/ Pasaje Rigoberto Albers, 5-1 03800-Alcoy (Alicante)

Teléfono: 965 545 189 Fax: 965 543 288

#### **Dr. D. Francisco Villaplana García**

Traumatológica y Cirugía Deportiva

C/ Entenza, 83 03803-Alcoy (Alicante)

Teléfono: 965 337 778

#### **Dr. D. Fernando Jorda Gisbert**

Traumatológica y Cirugía Ortopédica

C/ Hilarión Eslava, 17, bajo 03600-Elda (Alicante)

Teléfono: 965 391 764 Fax: 965 43 592

#### **Dr. D. Manuel Antonio Ballester Herrera**

Medicina Deportiva Palacio de Los Deportes

Infanta Cristina 03180-Torrevieja (Alicante)

Teléfono: 965 707 713 Fax: 965 705 415

### CENTROS AMBULATORIOS / POLICLÍNICAS

#### **Clínica J. Amat**

C/ Hermanos Parra, 12 03369-CALLOSA DE SEGURA (Alicante)

Teléfono: 965 312 979 Móvil: 607 664 466 Fax: 965 312 970

#### **Centro Médico de Denia**

C/ Benjarmut, 1 bajo 03700-DENIA (Alicante)

Teléfono: 965 787 991 / 965 420 079 Fax: 966 421 509

#### **Policlínica El Pla**

Calle Gabriel Miró, 25 03201-ELCHE (Alicante)

Teléfono: 965 443 133 Fax: 965433 592

#### **Centro Médico Javea**

Avda. Amanecer, 49, B 03730-JAVEA (Alicante)

Teléfono: 965 794 078 Fax: 965 794 431

#### **Centre Medic La Pau**

Calle Sant Rafel, 67 03780-PEGO (Alicante)

Teléfono: 966 402 132 Fax: 966 400 103

#### **Centro Médico CPAE**

C/ Bazan, 6, 2ª 03181-Torrevieja (Alicante)

Teléfono: 966 721 687 Fax: 965 874 667

#### **Centro Médico La Creueta, S.L.**

Avda. Juan Carlos I, 15 03570-VILLAJOYOSA (Alicante)

Teléfono y FAX: 965 894 827

### CENTROS DE REHABILITACIÓN

#### **Clínica Médica Albaterra**

Calle Juan Carlos I, nº 87 bajo 03340-ALBATERA (Alicante)

Teléfono: 965 486 784

#### **Francisco Vilaplana Ferrer**

C/ Cid, 10 03803-ALCOY Teléfono y Fax: 965 335 121

#### **Centro de Fisioterapia Francisco Lledó**

C/ Medico Pascual Pérez, 36 03001-ALICANTE

Teléfono: 965 203 088 Fax: 9651 40 188

### **Hospital Internacional MEDIMAR**

Avda. de Denia, 78 03016-ALICANTE  
Teléfono: 965 162 200 Fax: 965 262 177

### **FISALICA, Centro de Fisioterapia**

Avda. Salamanca, nº 15, entresuelo  
03005-ALICANTE Teléfono: 965 921 727

### **San Blas Salud**

C/ Pedro Recaredo de los Ríos, 39  
03005 ALICANTE Teléfono: 965 923 813

### **Clínica CEADE**

Calle Ntra. Sra. de Monserrate, 36 03160-ALMORADI (Alicante)  
Teléfono: 966 678 171

### **Centro Clínico Aspe**

C/ Santa Teresa 5 bajo 03680-ASPE (Alicante)  
Teléfono: 965 494 700

### **Policlínica AMIC-MEDISUP**

Plaza SS:MM. Los Reyes de España nº 5 03501-BENIDROM (Alicante)  
Teléfono: 969 809 090

### **Hospital de Levante**

Dr. Ramón y Cajal nº 7 03503-BENIDORM (Alicante)  
Teléfono: 966 878 787 Fax: 965 871 756

### **Centro de Fisioterapia Bigastro**

Calle Moreal, 12, entlo.1º izquierda 03380-BIGASTRO (Alicante)  
Teléfono: 965350208

### **Clínica de Fisioterapia Jesús Amat**

C/ Hermanos Parra, 12 03360-Callosa de Segura (Alicante)  
Teléfono y Fax: 965 312 970

### **Fisioterapia Leo de Jong y Gulika Postema**

C/ Pedreguer, 5, 1º 03700-DENIA (Alicante)  
Teléfono Y Fax: 965 787 768

### **Clínica Kines**

Avenida. Juan Chabas 3-1º Ptas. 4 03700-DENIA (Alicante)  
Teléfono: 965 785 654

### **Fisioasistencia Elche**

Calle Mestre Serrano, 21 B 03201-ELCHE (Alicante)  
Teléfono: 965446376

### **Fisioterapia Baeza**

C/.Escultar Capuz, 15 -bajo 03203-ELCHE (Alicante)  
Teléfono: 965 455 725 Fax: 966 610 842

### **Policlínica Ntra. Sra. de la Asunción**

Calle Antonio Manchado, 47 -entresuelo 03204-ELCHE (Alicante)  
Teléfono: 966 636 905 Fax: 966636993

### **CEFIREM S.C. - Elche**

C/ Emilio Hernández Selva, 95, BAJO 03205-ELCHE (Alicante)  
Teléfono: 966 666 906

### **Instituto BAZÁN, S.L.**

C/ Barbera y Collar, 20 03600-ELDA (Alicante)  
Teléfono: 965 380 655

### **Physis Fisioterapia**

C/ Manuel Maestre, 40 03600-Elda (Alicante)  
Teléfono y Fax: 965 140 188

### **Fisioterapia Fco. Javier Molina Paya**

C/ Ronda de la Constitución, 39 03640-Monovar (Alicante)  
Teléfono y Fax: 965 472 718

### **Clínica Virgen del Remedio Novelda**

Calle Virgen del Remedio, 36 03660-NOVELDA (Alicante)  
Teléfono: 965 605 627

### **Leo de Jong Fisioterapeutas**

Calle Segaria, 1 -2º -pta. 3 03760-ONDARA (Alicante)  
Teléfono: 965 767 557 / 966 476 909

### **Centro Reyma**

C/ Lavatorio, 5 bajo Edificio Honduras, 11  
03330-Orihuela (Alicante) Teléfono y Fax: 966 742 321

### **Clínica Virgen del Pilar**

Calle Antonio Sequeros, 6 03300-ORIHUELA (Alicante)  
Teléfono: 966 736 917 Fax: 968 737 048

### **Clínica Jotesa**

Calle Limón, 1 -entresuelo 03300-ORIHUELA (Alicante)  
Teléfono: 966343055

### **Clín. Fisiot. y Ost. Pat. Menarguez- Orih.**

C/ Luis Rojas, 60, Entresuelo 03330-ORIHUELA (Alicante)  
Teléfono:

### **Centre Médic la Pau**

Calle Sant Rafel, 67 03780-PEGO (Alicante)  
Teléfono: 966 402 132 Fax: 966 400 103

### **Clínica Médi-Sport**

Calle Colon, 14 03610-PETREL (Alicante)  
Teléfono: 965372067

### **Osteomed-Theraform, S.L.**

C/ Comparsa Moros Nuevos, 4, bajo 03610-PETRER (Alicante)  
Teléfono: 609 666 305

### **Clín. de Fisiot. Alicia Guillén Poveda**

Avda. de Felipe V, 12 03610-PETRER (Alicante)  
Teléfono y Fax: 965376978

### **Clínica Virgen del Pilar**

Calle Triana, 14 03330-PILAR DE LA HORADADA (Alicante)  
Teléfono: 966 766 160 Fax: 966 767 324

### **Centro de rehabilitación VITALIS**

Avenida de la Libertad, 74  
03190-PILAR DE LA HORADADA (Alicante) Teléfono: 965 351 972

### **Clínica Jaime I**

Calle San Sebastian, 19 03400-SAN LAZARO -VILLEN  
(Alicante)  
Teléfono y Fax: 966 154 093

### **Centro Asistencial 1º de Mayo**

Avda. 1º de Mayo, 22 -24 03690-  
SAN VICENTE DEL RASPEIG (Alicante)  
Teléfono: 965 676 345 Fax: 965 676 346

### **Clínica Jaime I**

Calle Marie Curie, 24 03020-TORRELLANO -ELCHE (Alicante)  
Teléfono: 966 101 514 Fax: 966 651 013

### **Fisioterapia "Rocas"**

C/ Gumersindo, 49 03180-Torrevieja (Alicante)  
Teléfono: 965 703 075 Fax: 966 705 572

## **Centro Médico CPAE-TORREVIEJA**

C/ Bazán, 6, 2ª 03181-Torrevieja (Alicante)  
Teléfono: 966 721 687

## **Centro de Fisioterapia Mónica Borrás**

Avda. Juan Carlos I, 13 03570-VILLAJOYOSA (Alicante)  
Teléfono y Fax: 965 893 291

## **Fisioterapia José García Hernández**

C/ Gran Capitán, 22 bajo 03400-VILLENA (Alicante)  
Teléfono: 965 808 915

## **CENTROS DIAGNÓSTICO**

### **Hospital Internacional MEDIMAR**

Avda de Denia, 78 13016-ALICANTE (Alicante)  
Teléfono: 965162200

### **Policlínica Elda - Radiología**

Don Quijote, 10 03600-ELDA (Alicante) Teléfono: 965 380 136

## **PROVINCIA DE CASTELLÓN**

### **HOSPITALES Y CLÍNICAS CON URGENCIAS**

#### **Policlínica Ntra. Sra. de Montserrat**

C/.Dr. Coll, 7 12580-BENICARLO (Castellón)  
Teléfono: 964 470 591 964 470 866

#### **Centro Médico Dra. Sospedra Piñana**

C/ Peñíscola, 28 -entlo 12580-BENICARLO (Castellón)  
Teléfono: 964460470 Fax: 964470591

#### **Marina d'Or**

C/ Carcagente, 35-37, entlo. 12005-CASTELLON  
Teléfono y Fax: 964 222 077

#### **Hospital Rey Don Jaime**

C/ Santa María Rosa Molas, 25 12004-CASTELLON  
Teléfono: 964 726 000 Fax: 964 228 000

#### **Clínica Jaime I**

Avda. Jaime I nº 37 12600-LA VALL D'UIXO (Castellón)  
Teléfono: 964 690 102 y Fax: 964 690 490

#### **Clínica Medefis, S.L.**

C/.Pere Gil, 7 12540-VILA REAL (Castellón)  
Teléfono: 964 523 494 Fax: 964 534 987

## **TRAUMATÓLOGOS**

#### **Dr. D. Monzonís Galán**

C/ En medio, 84, 2º B 12001-CASTELLON  
Teléfono: 964 220 306

#### **Dr. D. Ismael García Costa**

Traumatología y Cirugía Ortopédica  
C/.Polo de Bernabé, 3º -bajo 12540-VILA REAL (Castellón)  
Teléfono: 610406494

## **CENTROS AMBULATORIOS / POLICLÍNICAS**

#### **Clínica Nova Salut**

C/ Cronista Revest, 33 -bajos 12005-CASTELLON  
Teléfono: 964 260 568 Fax:: 969 221 027

#### **CEMEVALL**

C/ Dr. Severo Ochoa, 9, bajo  
12600-LA VALL D'UIXO (Castellón)  
Teléfono: 964 696 161 Fax:: 964 696 232

## **CENTROS DE REHABILITACIÓN**

#### **Centro Médico Dra. Sospedra Piñana**

C/ Peñíscola, 28 -entlo 12580-BENICARLO (Castellón)  
Teléfono: 964 460 470 Fax: 964 470 591

#### **Clínica Manuel Granell Galarreta**

C/ Barranquet, 18 12530-BURRIANA (Castellón)  
Teléfono: 964 512 597

#### **Clínica Nova Salut**

C/.Cronista Revest, 33 -bajos 12005-CASTELLON  
Teléfono: 964207807

#### **Centro de Fisioterapia Castellón, C.B.**

República Argentina, 11 -bajo 12002-CASTELLON  
Teléfono: 964257331

#### **Clínica Inmaculada Puig, S.L.**

C/ Enmig, 29 12001-CASTELLON Teléfono: 964207807

#### **C.de Fisioterapia y Podología Lledó C.B.**

Avenida de Lidon, 33, bajo 12004-CASTELLON DE LA PLANA  
Teléfono: 964 261 253 Fax: 964 257 414

#### **Clínica Fisioterapia Elena Miralles**

Calle Alicante,30-bajo 12004-Castellon de La Plana  
Teléfono: 964225018

#### **C. de Recuper. Funcional Ensenada, 33**

C/ Marques de la Ensenada,33-A.bajos  
12003-CASTELLON DE LA PLANA (Castellon)  
Teléfono y Fax: 964260559

#### **Clínica Jaime I**

C/Luis Vives 10 12002-CASTELLON Teléfono: 964 723 307

#### **Nova Salut**

C/Cronista Revest, 33 bajos 12005-CASTELLON  
Teléfono: 964 207 807

#### **Centro de Fisioterapia Almagro, S.A.**

C/ Carcagente, 37, BAJO 12005-CASTELLON  
Teléfono: 964 222 077 y Fax: 964 696 232

#### **Clínica Granell Astellón**

C/ Herrero, 19, 1º T 12002-CASTELLON  
Teléfono: 964 035 396

#### **CEMEVALL**

C/ Dr. Severo Ochoa, 9, bajo  
12600-LA VALL D'UIXO (Castellón)  
Teléfono: 964 696 161 Fax:: 964 696 232

#### **Clínica Jaime I**

Avda. Jaime I nº 37  
12600-LA VALL D'UIXO (Castellón)  
Teléfono: 964 690 102 y Fax: 964 690 490

#### **Gabinete de RH Fco. Ros Badenas**

C/Falcons nº 5 12200-ONDA (Castellón)  
Teléfono: 964 771 872

#### **Clínica Jaime I**

Avda. de Cedre, 30 12540-VILA REAL (Castellón)  
Teléfono: 964 533 353

#### **Clínica Medefis, S.L.**

C/.Pere Gil, 7 12540-VILA REAL (Castellón)



Teléfono: 964 523 494 Fax: 964 534 987  
**C. de Medicina Física y Rehabilitación**  
Avda. de Cedre, 30 12540-VILA REAL (Castellón)  
Teléfono: 964530053 Fax: 964303782

## PROVINCIA DE VALENCIA

### HOSPITALES Y CLÍNICAS CON URGENCIAS

#### **Fisiomed**

Avenida La Fira, 13 46870-ALBAIDA (Valencia)  
Teléfono: 962 910 551 Fax: 962 910 499

#### **Hospital de la Ribera**

Ctra. Corbera, km. 1 s/n 46600-ALZIRA (Valencia)  
Teléfono: 962 458 100 Fax: 962 458 156

#### **Clínica Jaime I**

Ramón y Cajal, 26 -bajo 46470-CATARROJA (Valencia)  
Teléfono: 961 262 731 Fax: 961 262 411

#### **Cl. Traum. Juan Baut. Rodríguez Catalá**

Plaza del Ejército Español, 12 46700-GANDÍA (Valencia)  
Teléfono Y Fax: 962 877 418

#### **Fersalud Gandía**

Calle Ciudad de Barcelona, 29 -bajo 46700-GANDÍA (Valencia)  
Teléfono: 962 872 649 Fax: 962 950 046

#### **Hospital Aguas Vivas**

Ctra. Alzaira-Tabernes CV-50 Km-11  
46792-LA BARRACA DE AGUAS VIVAS (Valencia)  
Teléfono: 962 588 800 Fax: 962 975 016

#### **Centro Médico Ramón y Cajal**

Calle Ramón y Cajal, 16 46940-MANISES (Valencia)  
Teléfono: 961545696

#### **S.E.R.M.E.S.A.**

C/ Emparrado, 3 46920-MISLATA (Valencia)  
Teléfono: 963 134 111 Fax: 963 796 766

#### **Fisiomed, Centre Mèdic Assistencial, S.L.**

Plaza Músico Vicente Rodríguez, 2 46870-ONTINYENT (Valencia)  
Teléfono: 962 910 551 Fax: 962 910 499

#### **Centro Médico Picanya**

Calle Senyera, 21 -bajo 46210-PICANYA (Valencia)  
Teléfono y Fax: 961 590 439

#### **Clínica Jaime I**

Calle Talleres, 17 46520-PUERTO DE SAGUNTO (Valencia)  
Teléfono: 962 698 134 Fax: 962 698 138

#### **Centro Médico Asistencial**

Calle Vinatea nº 1 bajo 46530-PUZOL (Valencia)  
Teléfono y Fax: 961 462 693

#### **Clínica Jaime I**

Calle El Cid, 37 46930-QUART DE POBLET (Valencia)  
Teléfono: 961 523 758

#### **C. Rehab. y Clín. del Dolor Dra. Bononad**

Calle Gran Via Germanies, 6 bajo  
46760-TAVERNES DE LA VALLDIGNA (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962 822 984

#### **Centro Rodus**

Calle Ramón Muntaner, 10 -bajo  
46016-TAVERNES BLANQUES (Valencia)  
Teléfono: 961 869 400 Fax: 961 860 012

#### **Clínica Montecarlo**

Avenida Pais Valenciano, 21 -1º piso 46900-TORRENT (Valencia)  
Teléfono: 961 570 230 Fax: 961 570 275

#### **Hospital 9 de Octubre**

Avda. Valle de la Ballestera, 59 46015-VALENCIA  
Teléfono: 963 460 000 Fax: 963 460 035

#### **Clínica Virgen del Consuelo**

Callosa de Ensarriá, 8 46007-VALENCIA  
Teléfono: 963 177 800 Fax: 963 177 870

#### **Hospital Casa de Salud**

Dr. Manuel Candela, 41 46021-VALENCIA  
Teléfono: 963 897 700 Fax: 963 890 011

#### **Instituto de Medicina del Deporte**

Paseo Petxina, 42 46008-VALENCIA  
Teléfono: 963 613 062 Fax: 963 695 458

#### **Clínica Gastaldi, S.L.**

Consulta nº 1 (Hospital 9 de Octubre)  
Avda. Valle de la Ballestera nº 59  
c/ San Francesc, 19 B 46015 VALENCIA  
Teléfono: 963 462 487 y Fax: 963 465 071

#### **Inst. valencià de Recup. Esportiva (IVRE)**

Plz. Bandas de Música nº 5 semis 5 46013 VALENCIA  
Teléfono: 963 810 267 y Fax: 963 743 015

#### **Clínica Cristo de la Palma**

Dr. Juan Francisco Teruel Amaya  
Calle San Francesc, 19 -Bajo 46800-XATIVA (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962 273 935

### TRAUMATÓLOGOS

#### **Dr. D. Rafael Plaza Delgado**

Especialista en Medicina Deportiva  
Avenida Pais Valencia, 27 46900-TORRENT (Valencia)  
Teléfono: 961573839

#### **Dña. Luz Elena Guerrero Acosta**

Medicina de la Educación Física y Deporte Paseo Petxina, 42  
46008-VALENCIA (Valencia) Teléfono: 963613062

#### **Dr. D. Alfonso Jiménez Fernández**

Traumatología y Cirugía Ortopédica Albuixech, 29 -1  
46021-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963 691 177 y Fax 963 696 849

#### **Dr. D. Ignacio Muñoz Criado**

Traumatología y Cirugía Ortopédica  
Dr. Manuel Candela, 41, 5º planta -consulta 1  
46021-VALENCIA (Valencia) Teléfono: 963900000

#### **Dr. D. Antonio Rus Mompó**

Traumatología y Cirugía Ortopédica, Medicina del Deporte  
Avda. Blasco Ibáñez, 120 -pta. 3 46022-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963723501

**Dr. D. Roberto Colomer i Garrido**

Traumatología y Cirugía Ortopédica  
C/ San Francesc, 19 B 46800-XATIVA (Valencia)  
Teléfono: 962273935

**CENTROS AMBULATORIOS / POLICLÍNICAS****Clínica Sancho Llorens**

Avenida Cortes Valencianas, 102 46650-CANALS (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962 242 037

**Centro Médico La Eliana**

Calle Benisano, 11 -bajo 46183-L'ELIANA (Valencia)  
Teléfono: 961 656 404 Fax: 961 656 444

**Centro Médico RH Func. Vicente Bou**

C/ Concepción Arenal, 6-8-10 46470-MASSANNASSA (Valencia)  
Teléfono: 961 251 995 Fax: 961 656 444

**Fersalud Oliva**

Calle Tirant lo Blanc, 9 -bajo 46780-OLIVA (Valencia)  
Teléfono: 962 839 465 Fax: 962 837 679

**Fisioclinic**

Calle Aureli Guaita Martorell, 6 -bajo  
46220-PICASSENT (Valencia)  
Teléfono y Fax: 961241616

**Clínica Antares, S.L.**

Calle Barcelona 14 B  
46520-PUERTO DE SAGUNTO (Valencia)  
Teléfono: 962 680 485 y Fax: 962 683 064

**Clínica Jaime I**

Calle El Cid 37 bajo 46430-Puçol (Valencia)  
Teléfono: 961 464 693 y Fax: 961 465 750

**Centro Médico Asistencial**

C/ Vinatea, 1, bajo 46960-QUART DE POBLET (Valencia)  
Teléfono: 961 523 758 y Fax: 962 822 984

**Centro Médico Vall**

Calle Vall, 18 46410-SUECA (Valencia)  
Teléfono: 961 702 096

**Centro Médico Asistencial y Fisioterapia**

C/ Gran Via Germanies, 29  
46760-TAVERNES DE LA VALLDIGNA (Valencia)  
Teléfono Fax: 962823158

**Clínica Garbí**

C/ Garbí, 9 (esquina Padre Méndez. 80)  
46900-TORRENT (Valencia) Teléfono Fax: 961 566 680

**Clínica Turis**

Calle Ramon y Cajal, 6 -bajo 46389-TURIS (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962 526 256

**Clínica de Medicina Deport. y Rehabilit.**

C/ Dr. -Vicente Zaragoza, 1- 4º - pta. 7º  
46020-VALENCIA Teléfono y Fax: 963269818

**Clínica Aston**

Avda. Tamarindos, 21 - 46015-VALENCIA  
Teléfono: 963 384 860 y Fax: 961 656 444

**Clínica de Ntra. Sra de la Seo**

Avda. de la Ribera, s/n - 46800-XATIVA (Valencia)  
Teléfono: 962 287 326 Móvil 617 373 935 Fax: 962 287 327

**CENTROS DE REHABILITACIÓN****Fisiomed**

Avenida La Fira, 13 46870-ALBAIDA (Valencia)  
Teléfono: 962 910 551 Fax: 962 910 499

**Clínica Fisiot. Elisabeth Borja Ortega**

Calle Pallete, 8 -bajo 46260-ALBERIC (Valencia)  
Teléfono: 962442204

**Clínica Orcube**

Avenida Luis Suñer, 19 -bajo 46600-ALZIRA (Valencia)  
Teléfono: 962401833

**Centro Médico Bou**

Calle Alqueria, s/n -Polígono Industrial  
46469-BENIPARELL (Valencia)  
Teléfono: 961213581 Fax: 961211506

**Clínica Sancho Llorens**

Avenida Cortes Valencianas, 102 46650-CANALS (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962242037

**Ferrando Navarro, Fco. José**

Rvdo. Juan Bautista Pla, 6 46650-CANALS (Valencia)  
Teléfono: 962 244 380

**Gimeno Domenech, Antonio**

C/ Luis Vives nº 20 46740-CARCAIXENT (Valencia)  
Teléfono: 962 461 354 Calle

**Clínica de Fisiot. Mª Arbona García**

Corbella, 28 -bajo 46240-CARLET (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962994688

**Clínica Jaime I**

Ramón y Cajal, 26 -bajo 46470-CATARROJA (Valencia)  
Teléfono: 961262731 Fax: 961262411

**Centro Médico Bou**

Calle 31 -Polígono Industrial 46470-CATARROJA (Valencia)  
Teléfono: 961273452 Fax: 961241616

**Clínica de Fisiot. Ricardo Fenollar**

Calle de Baix, 16 46400-CULLERA (Valencia)  
Teléfono: 961723360 Fax: 961721483

**Clínica Traumat. J.B. Rodríguez Catalá**

Plza. Del ejército Español 12 bajo 46700-GANIDA (Valencia)  
Teléfono: 962 877 418

**Fersalud Gandía**

Calle Ciudad de Barcelona, 29 -bajo 46700-GANDIA (Valencia)  
Teléfono: 962 872 649 Fax: 962 950 046

**Centro de Rehabilitación Roca**

C/ Guardamar, 25 -Plz. Ejercito Español, 12B  
46700-GANDIA (Valencia) Teléfono: 962 877 418

**Centro Médico La Eliana**

Calle Benisano, 11 -bajo 46183-LA ELIANA (Valencia)  
Teléfono: 961656404 Fax: 961656444

### **Centro Médico Ramón y Cajal**

Calle Ramón y Cajal, 16 46940-MANISES (Valencia)  
Teléfono: 961 545 696

### **Centro Médico Vicente Bou**

Calle Concepción Arenal, 6-8-10 46470-MASSANASSA (Valencia)  
Teléfono: 961 251 995 Fax: 961 252 852

### **S.E.R.M.E.S.A.**

Calle Mayor, 10 -bajo 46920-MISLATA (Valencia)  
Teléfono: 963 134 111 Fax: 963 796 766

### **Fersalud Oliva**

Calle Tirant lo Blanc, 9 -bajo 46780-OLIVA (Valencia)  
Teléfono: 962 839 465 Fax: 962 837 679

### **Fisiomed**

Plaza Músico Vicente Rodríguez, 2 46870-ONTENIENTE (Valencia)  
Teléfono: 962 910 551 Fax: 962910499

### **Fisioclinic**

Calle Aureli Guaita Martorell, 6 -bajo 46220-PICASSENT (Valencia)  
Teléfono y Fax: 961241616

### **Centro Médico Picanya**

Calle Senyera, 21 -bajo 46210-PICANYA (Valencia)  
Teléfono y Fax: 961590439

### **Clínica Jaime I**

Calle Talleres, 17 46520-PUERTO DE SAGUNTO (Valencia)  
Teléfono: 962 698 134 Fax: 962 698 138

### **Clínica Jaime I**

Calle El Cid, 37 46530-PUÇOL (Valencia)  
Teléfono: 961462693

### **Clínica Madrid**

Avenida General Pereira, 44 -bajo 46340-REQUENA (Valencia)  
Teléfono Y Fax: 962304040

### **Centro Médico Vall**

Calle Vall, 18 46410-SUECA (Valencia) Teléfono: 961 702 096

### **Clínica Rodus**

Calle Ramón Muntaner, 10 -bajo 46016-TAVERNES BLANQUES (Valencia) Teléfono: 961 869 400 Fax: 961 860 012

### **Clínica Dr. Bononad**

Avenida Germanies, 6 -bajo 46760-TAVERNES DE LA VALLDIGNA (Valencia) Teléfono: 962822984

### **Centro Médico Asistencial y Fisioterapia**

Calle Gran Via Germanies, 29 46760-TAVERNES DE LA VALLDIGNA (Valencia) Teléfono Y Fax: 962823158

### **Clínica Garbi**

C/ Garbi, 9 (esquina Padre Méndez. 80) 46900-TORRENT (Valencia) Teléfono Fax: 961 566 680

### **Clínica Montecarlo**

Avenida Pais Valenciano, 21 -1º piso 46900-TORRENT (Valencia)  
Teléfono: 961 570 230 Fax: 961 570 275

### **Clínica Turis**

Calle Ramón y Cajal, 6 -bajo 46389-TURIS (Valencia) Teléfono:  
962526256

### **Clínica Madrid**

Calle San Fernando, 29 -1º 46300-UTIEL (Valencia) Teléfono y Fax: 962171338

### **Clinic Sport Llevant, S.L.**

Cercle de Belles Arts,9.-Bajo  
46020-VALENCIA (Valencia) Teléfono y Fax: 963 391 558

### **Clínica Dr. D. Antonio Rus Mompó**

Avda. Blasco Ibáñez, 120 -pta. 3 46022-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963723501

### **Centro de Traumatología Deportiva**

Calle Albacete, 23 -entresuelo 46007-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963418197 Fax: 963418962

### **CEMER**

Avda. Campanar, 57 -bajo 46009-VALENCIA (Valencia) Teléfono:  
963401171 Calle Dr. Vicente Zaragoza, 1 -4º piso -pta 7º

### **Cl. Medicina Deport. y Rehabilitación**

C/ Dr. Vicente Zaragoza, 1 - 4º piso - pta. 7º  
46020-VALENCIA (Valencia) Teléfono y Fax: 963269818

### **Instituto de Medicina del Deporte**

Paseo Petxina, 42 46008-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963613062 Fax: 963695458

### **Clínica Artes**

C/ Artes Graficas, 18 46010-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 961 566 549

### **Clínica Gastaldi, S.L.**

Avda. de la Ballestera, 59 46015 VALENCIA  
Teléfono: 963 462 487

### **Institut valencià de Recup. Esport. (IVRE)**

Plaz. Bandas de Música 5 semiss 5 46013 VALENCIA  
Teléfono: 963 810 267

### **Clínica Aston**

46015-VALENCIA Teléfono: 963 384 860 y Fax: 961 656 444

### **Clínica Cristo de la Palma**

Calle San Francesc, 19 -Bajo 46800-XATIVA (Valencia)  
Teléfono y Fax: 962273935

### **Clínica Ntra. Sra. de la Seo**

Avenida de la Ribera, s/n 46800-XATIVA (Valencia)  
Teléfono: 962287326

## **CENTROS DIAGNÓSTICO**

### **Clínica Jaime I - reson. nuclear magnét.**

C/ Ramón y Cajal,26, bajo 46470-CATARROJA (Valencia)  
Teléfono: 961262731

### **ERESA**

Avenida Campanar, 113, bajo 46015-VALENCIA (Valencia)  
Teléfono: 963 404 077 Fax: 963 400 640



## DOMICILIACIÓN LICENCIA FEDERATIVA

### DATOS

Nombre .....

Apellidos .....

Fecha de nacimiento .....

Dirección ..... C.P. ....

Población ..... Provincia .....

Teléfono ..... D.N.I. ....

Club .....

Correo electrónico .....

### DOMICILIACIÓN BANCARIA

Entidad                      Oficina                      D.C.                      N° de Cuenta  
- - - - - / - - - - - / - - - - - / - - - - - - - - - - - - - - - /

Entidad Bancaria .....

Domicilio ..... Población .....

Autorizo el cargo en la cuenta indicada de: (marcar con una cruz)

**OPCION 1: Licencia**

**OPCIÓN 2: Licencia + 11 €**

**OPCIÓN 1:** El importe a domiciliar será únicamente el de la licencia deportiva que se desee, siempre y cuando sea socio de un club de montaña y quiera que en su licencia aparezca el nombre de su club (indicar el nombre del club).

**Nota: La licencia deportiva será remitida al club correspondiente.**

**OPCIÓN 2:** En este caso el importe a domiciliar será el de la licencia deportiva más 11€, sea o no socio de un club de montaña y quiera recibir la licencia deportiva en su domicilio. Por acuerdo de la Asamblea General de la FEMECV.

*NOTA: "De conformidad con la normativa de Protección de Datos Personales le informamos que Ud., nos autoriza a comunicar los datos que nos facilita para ser incluidos en unos ficheros automatizados cuya titularidad corresponde a la FEDME y a la FEMECV con la finalidad de federarse y de recibir información general sobre los servicios, promociones y actividades relacionadas con las mismas. Le informaremos también que podrá ejercer sus derechos de acceso, rectificación y supresión mediante una comunicación dirigida a FEDME c/. Floridablanca, 84, 08015 Barcelona y a la FEMECV c/. Mariano Luña, 9 03201 Elche".*

Firma de el/los Titular/es

En ....., a ..... de ..... de 20 .....

**ESTE IMPRESO DEBE SER REMITIDO A LA F.E.M.E.C.V.**



# LICENCIA FEDERATIVA



Con la cual se organizarán los deportes de montaña:

- Descenso de Barrancos
- Escalada en todas sus formas
- Carreras por montaña
- Senderismo
- Excursionismo y campamentos
- Vías Ferratas
- Alpinismo/montañismo
- Esqui de montaña
- Cursos de la EVAM, Escuela de Alta M.
- Campamentos nacionales
- Encuentros de Jóvenes
- Descuentos en Refugios

Además de las actividades en las que puedes participar, tienes un seguro que te cubre en caso de lesión o accidente deportivo por medio de la Mutualidad General Deportiva.

Puntos de información:

Tel.: 96 543 97 47 – Fax 96 543 65 70 Móvil: 637 859 376  
Apartado de Correos 3 – Carrer Marià Lluïna, 9 – 03201 ELX  
<http://www.femecv.com> e-mail: [licencia-FEMECV@terra.es](mailto:licencia-FEMECV@terra.es)

## LICENCIAS FEDERATIVAS AÑO 2011

### CATEGORÍAS

#### A. SOLO ESPAÑA

MAYORES	55,40 €
JUVENILES	41,55 €
INFANTILES	24,03 €

#### B1. ESPAÑA (COMPLEMENTARIA)

MAYORES	75,40 €
JUVENILES	61,55 €
INFANTILES	38,03 €

#### B2. EUROPA Y MARRUECOS

MAYORES	103,20 €
JUVENILES	89,35 €
INFANTILES	78,38 €

#### B3. TODO EL MUNDO

MAYORES	131,05 €
JUVENILES	117,20 €
INFANTILES	106,23 €

#### INFANTILES:

Desde el 01 Enero 2011  
al 31 de Diciembre de 1998 (de 0 a 13 años)

#### JUVENILES:

Desde el 01 Enero 2011  
al 31 de Diciembre de 1992 (de 14 a 17 años)

#### MAYORES:

Desde el 01 Enero 1993  
(18 años en adelante)

Para conocer otras coberturas y prestaciones según tipo llamar al teléfono **96 543 97 47** o consultar la

**WEB: [www.femecv.com](http://www.femecv.com)**

Cualquier ampliación solicitada llevará un recargo de 5 euros.

Para realizar tus ingresos las cuentas de esta Federación son:

**CAM: Entidad 2090 Ofic. 0259 D.C. 70 N° Cta. 0200001079**

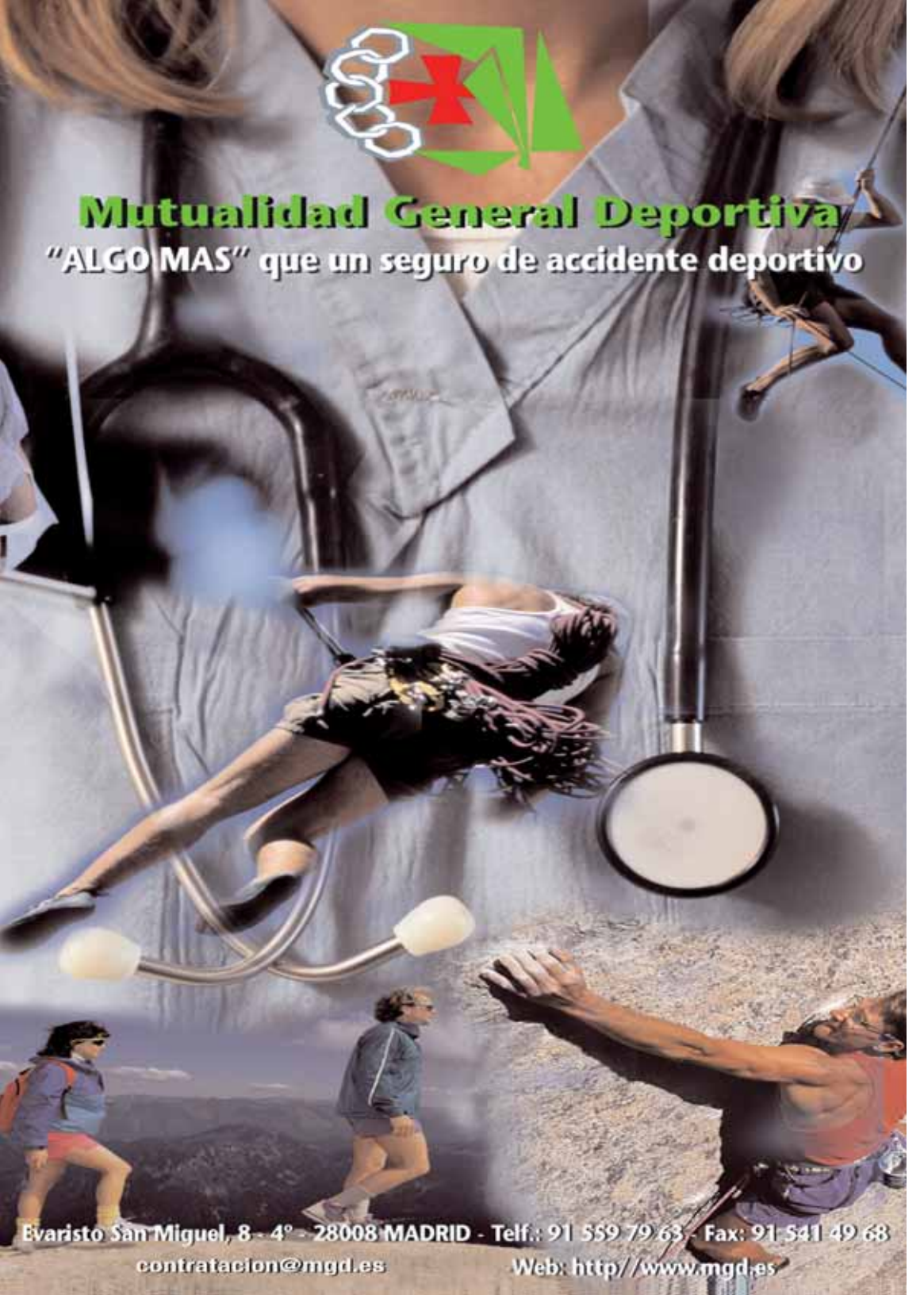
**BANCAJA: Entidad 2077 Ofic. 0416 D.C. 79 N° Cta. 3101185646**

**RECUERDA QUE PUEDES DOMICILIAR EL PAGO DE TU LICENCIA A TRAVÉS DE TU BANCO**



# Mutualidad General Deportiva

"ALGO MAS" que un seguro de accidente deportivo



Evaristo San Miguel, 8 - 4º - 28008 MADRID - Telf.: 91 559 79 63 - Fax: 91 541 49 68

contratacion@mgd.es

Web: <http://www.mgd.es>