















**San Nicolás de Bujaruelo – Gavarnie - San Nicolás
(Retorno a Pto. Bujaruelo en taxi desde Gavarnie)**

Lugar	Valle de Bujaruelo y Valle de Gavarnie
Tipo de marcha	Ida y Vuelta mismo día
Distancia total	20 kms
Duración estimada	10 horas
Desnivel	Positivo 950 mts—Negativo 1.500 mts (descontado trayecto taxi)
Dificultad	 Media
Tipo de camino	Senda marcada y algo de camino con piedras
Agua potable	Existen pocos puntos de aprovisionamiento de agua en su recorrido. En época estival es necesario 2 lts de agua
Recomendaciones	Cámara de fotos, Gorra, Crema solar, Gafas, en la vuelta, la subida desde Gavarnie a Col de Tentes – Puerto Bujaruelo, la realizaremos en taxi acortando la marcha y salvando desnivel
Descripción	La ruta discurre en el entorno del Valle de Bujaruelo, España, y el valle de Gavarnie, Francia. Iniciaremos la jornada en el Puente de San Nicolas, valle de Bujaruelo, desde el Refugio que lleva su nombre, donde accederemos con nuestro propio vehículo. De aquí ascenderemos por la calzada romana, en dirección al puerto de Bujaruelo, frontera con Francia. Esta subida, que nos cogerá frescos, será la mayor dificultad del día, son en total 6kmts de distancia con un desnivel de 800 mts. La primera y última parte de esta senda son las de mayor inclinación del tramo. Una vez lleguemos al puerto de Bujaruelo, comenzaremos la bajada por el valle de Pouey de Aspé, que se nos abre en dirección Este (E) y que pasando en bajada por el Refugio no guardado, Cabagne de Soldats, nos conduce hasta el Plateau de Bellevue, donde observaremos las magníficas y espectaculares vistas de la cascada de mayor longitud de Europa, con sus casi 400 mts. Continuaremos ya en suave bajada hasta la población Francesa, (no hace mucho Española) de Gavarnie. Recorriendo una parte de su precioso valle y degustando algún “placer” en alguna de sus múltiples terrazas. Desde aquí, ya en taxi subiremos al col de Tentes, para enlazar la bajada, andando, hasta el punto de inicio, San Nicolas en tan solo 6kmts.
Equipo recomendado	Camiseta térmica transpirable manga corta o fina manga larga. Forro polar para primeras horas de marcha. Chaqueta fina impermeable /cortavientos. Zapatillas trekking o mejor botas de media montaña, gorra o sombrero, mochila con agua (2, litros mínimo), bastones, botiquín personal, protección labial y crema solar, gafas de sol. Comida suficiente para la actividad.

MIDE		San Nicolas de Bujaruelo - Gavarnie	
horario	7h 40'   3	severidad del medio natural	
desnivel de subida	950 m   2	orientacion en el itinerario	
desnivel de bajada	1550 m   2	dificultad en el desplazamiento	
distancia horizontal	20,5 Km   4	cantidad de esfuerzo necesario	
tipo de recorrido	Circular 		
Condiciones de Verano, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.			
Calculado sobre datos de 2017.			

MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 Medio. Severidad del medio natural	<ol style="list-style-type: none"> 1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo 	
 Itinerario. Dificultad de orientarse en el itinerario	<ol style="list-style-type: none"> 1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear 	
 Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	<ol style="list-style-type: none"> 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio 5 Requiere pasos de escalada para la progresión 	
 Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario	<ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva 	Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: www.euromide.info