



2020 – 04 - 13

Desde la estación de esquí de Astún: Pic des Moines o Pico de los Monjes (2.349 m) - Punta l'Escalar (2.283 m)

Distantzia/Distancia = **8,0 km**

Aurreikusitako denbora /Tiempo estimado = **4,0 ordu**

Garaiera positiboa /Desnivel positivo = **630 mts**

Zailtasun teknikoa/Dificultad técnica = **Moderatua/Moderada**

Zailtasunaren indizea/Índice de dificultad = **93 (consultar tabla adjunta)**

Preparación Física				
Baja	Media	Alta	Muy alta	Para mí será
0-13	0-25	0-50	0-100	Muy Fácil
14-25	26-50	51-100	101-200	Fácil
26-38	51-75	101-150	201-300	Media
39-50	76-100	151-200	301-400	Dura
> 50	> 100	> 200	> 400	Muy dura

Itinerario: Comenzaremos a caminar por las instalaciones de la estación de **eski de Astún** a **(1.706 m)** hasta el último edificio (E); una vez allí, tomaremos una **pequeña pista** ascendente que en una lazada toma la dirección **(N)** junto a la vertiente izquierda del arroyo que desciende del **Ibón del Escalar o de Las Ranas (2.078 m.)**

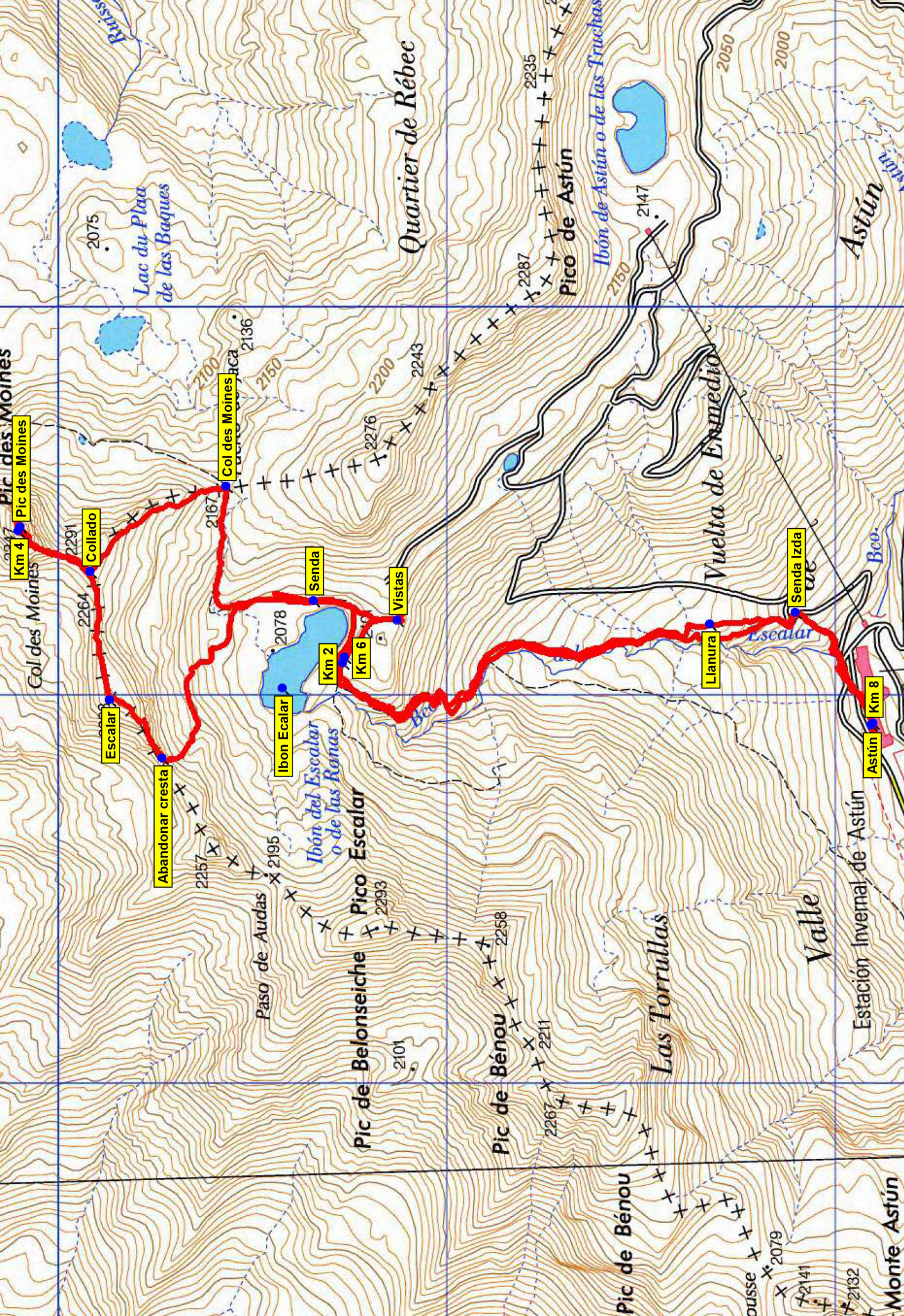
Bordearemos el Ibón por la derecha hasta situarnos en la orilla contraria donde comenzaremos a ganar nuevamente altura en **dirección (E) al Puerto de Jaca o Col des Moines (2.169 m)** donde se enclava la **muga internacional núm. 309**. Aquí giraremos a la izquierda, enfilando la **dirección N** y elevándonos por el sendero que discurre junto a la loma alcanzaremos el **pequeño collado Bénou (2.266 m)** que separa el **Pico de los Monjes y Punta l' Escalar**.

Desde este colladito y faldeando un pequeño promontorio nos situaremos en la base del pico. No tendremos más que ascender por la leve cresta en la que tendremos que colocar en algún momento las manos para alcanzar el **Pic des Moines o Pico de los Monjes (2.349 m)**. Desde este balcón tenemos unas vistas fantásticas sobre el **Midi d' Ossau**.

Retrocederemos hasta el **Col de Bénou**, siguiendo el cordal en dirección **(SW)** alcanzaremos la cima de **Punta l'Escalar (2.283 m)**

Seguidamente, continuaremos unos metros por el cordal hasta estar frente al Ibón a donde nos dirigimos para cerrar el círculo y encontrarnos con el camino de subida.

Móvil: 679699886 - 647458312



Desde la Estación de Eski de Astún: Pic des Moines

Distancia: 8.07 km - Altura máxima: 2296.76 mts - Altura mínima: 1704.93 mts

Desnivel Positivo Acumulado 630.88 mts - Desnivel Negativo Acumulado 624.08 mts

