



GANERANTZ MT
club@ganerantz.com | 605 770 741

DESDE EL REFUGIO DE ESTÓS: CLARABIDES (3.019M) (F.)

Distantzia/Distancia: 8,7 km - Denbora/Tiempo: 5,5h - Desnivel: +-1.120 m

Zailtasun teknikoa/Dificultad técnica: Moderado Zailtasunaren indizea/Índice de dificultad: 140



Separados de Gourgs Blancs (3.129 m) y el puerto de Gias (2.934 m), forma un cresterío con varias cotas que superan ligeramente los 3.000 metros.

Preparación física				Para mí será:
Baja	Media	Alta	Muy alta	
0-13	0-25	0-50	0-100	Muy Fácil
14-25	25-50	51-100	101-200	Fácil
26-38	21-75	101-150	201-300	Media
39-50	76-100	151-200	301-400	Dura
>50	>100	>200	>400	Muy Dura

Descripción de la ruta: Iniciamos el camino desde el Refugio de Estós hacia el norte. Salvamos pendiente caminando 500 metros hacia el este y después giramos hacia el oeste. Iremos progresando en z paralelamente al Barranco de forau de O. En el km 2,7, llegaremos a los ibones de Gias u O. Visualizaremos al Oeste nuestro objetivo. Seguimos ascendiendo hacia el noroeste, para encarar el puerto de Guías o Puxebres (km 3,7). Una vez ahí, afrontamos la arista cimera y alcanzamos las 3 cimas que componen los Clarabides y disfrutamos las vistas que nos ofrecen: macizo de Bachimala, Perdiguero-Literola, Posets y el Valle de Louron en la vertiente francesa. Descendemos por el mismo camino.

