

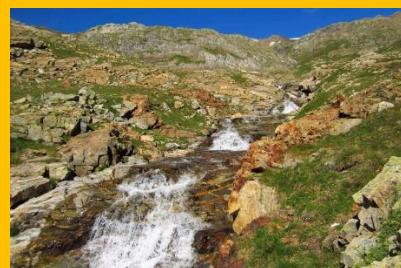


**WANDELWEEK**  
**SPAANSE PYRENEËN:**  
**LA RUTA DE**  
**LOS 3 REFUGIOS**  
**Wat een tocht! Een**  
**geweldige uitdaging,**  
**georganiseerd door**  
**Guesthouse RECOVER**

De prachtige Noord-Spaanse regio met de tot de verbeelding sprekende naam ARAGÓN, is de bakermat van het huidige Spanje. Op 10 maart 1452 werd, in het nabijgelegen Sos, Ferdinand II van Aragón geboren, die in 1469 met Isabella van Castilië huwde. Door dit huwelijk zijn na zijn dood de twee koninkrijken Aragón en Castilië definitief verenigd en dit geheel ging men España noemen.

Ferdinand II was de schoonvader van Filips de Schone en de grootvader van Karel V, die in 1515 -15 jaar jong- heer der Nederlanden werd. Toen Ferdinand in 1516 stierf werd onze Karel ook Koning van Spanje.

Naast deze unieke historische waarden kent Aragón een geweldige natuur. Ingeklemd tussen de nationale parken de Ordesa en de Aigüestortes ligt het prachtige Parque Natural Posets-Maladeta. Hier zal zich deze wandelreis voor het grootste deel afspelen. En dat is genieten en "recoveren" met zoveel overweldigend moois om je heen.. Lees verder als je interesse gewekt is..



Wanneer : 12-19 september 2020  
Voor wie : liefhebbers van bergwandelen, rustzoekers en zij die houden van een flinke uitdaging

### PROGRAMMA:

Zaterdag 12: aankomst bij Guesthouse Recover in de middag of avond  
Zondag 13: verblijf bij Recover, het is i.v.m. het voorkomen van hoogteziekte beslist noodzakelijk om aan de hoogte te wennen voor “het echte werk” begint. Een lichte wandeling van 3 uur om er in te komen  
Maandag 14: Vertrek met auto’s eind van de ochtend naar het startpunt van de huttentocht. We lopen naar de eerste hut, Refugio Estós. Looptijd ongeveer 4 uur, 9 km, hoogteverschil 600 m  
Dinsdag 15: Van Refugio Estós lopen we naar Refugio Biadós. De tocht duurt ongeveer 7 uur, 11,5 km, totaal +750 m (klimmen) en -850m (dalen)  
Woensdag 16: Vandaag een pittige dag! Van Refugio Biadós lopen we naar Refugio Angel Orús. De tocht duurt ongeveer 8 uur, 9,6 km, totaal +1125m en -800m  
Donderdag 17: Vandaag lopen we weer naar de eerste hut, Refugio Estós. De tocht duurt 8,5 uur, 10,5 km, totaal +650m en -850m  
Vrijdag 18: Na het ontbijt lopen we terug naar de parkeerplaats waar de auto’s staan. ’s Middags eten we in het leuke plaatsje Benasque en daarna gaan we naar de thuisbasis in Neril terug  
Zaterdag 19: Super getraind op naar Nederland of België!

NB 1: aangegeven tijden zijn de looptijden exclusief de pauzes

NB 2: Afhankelijk van de weersomstandigheden en hoe het gaat kan gekozen worden voor een aangepaste etappe via de top van de Posets (Punta Llardana op 3375m).

### DEELNAME EIS:

Fit zijn en beschikken over een goede conditie. Voor mensen met astma is deze tocht alleen geschikt als het astma onder controle is en bij een zeer goede conditie. Bij twijfel, overleg met Christien (Christina@Guesthouse-Recover.com).

### PRAKTISCHE INFO:

De reis gaat door bij minimaal 6 en maximaal 10 deelnemers.

Begeleiding door Christien van den Berg en Martin de Jong

### UITRUSTING:

Bij inschrijving krijg je precieze informatie over wat mee te nemen. In elk geval zijn van belang:

- Een goede rugzak (ongeveer 45 liter) waarin je je spullen voor deze dagen mee kunt nemen, dus ook met ruimte voor voldoende water en eten per dag!
- Bergschoenen minimaal categorie B, goed in gelopen en zonder afgesleten profiel
- Goede wandelsokken van bijv Falke (meerdere paren)
- Een sneldrogende loop-broek
- Meerdere dunnere shirts en truitjes
- Een wind- en waterdicht jasje

### ACCOMODATIES:

- Guesthouse Recover: 3 nachten totaal (za, zo, vr), verblijf in het Guesthouse of in nabijgelegen hostel. Lakens en handdoeken aanwezig. Gedeelde badkamer. Eten etc vindt plaats bij Recover
- Berghutten: 4 nachten totaal (ma, di, wo, do), verblijf op slaapzalen. Lakens en handdoek zelf meenemen. Ontbijt en diner in de diverse hutten, lunchpakket mee voor onderweg

### AL MET AL:

Recover organiseert deze wandelweek met daarin een middelzware tot zware huttentocht van totaal 4 dagen met hoogtes tot 2900 of zelfs 3375m. Van hut naar hut en intussen genieten van het prachtige natuurpark Posets Maladeta in de Spaanse Pyreneeën. Om aan de hoogte te wennen start de wandelweek met 1 a 1,5 dag op de thuisbasis in Neril, wat op 1.500m ligt.

### AANMELDING:

Voor extra info of aanmelding: stuur een mail naar [Christina@guesthouse-recover.com](mailto:Christina@guesthouse-recover.com). Iedereen is welkom en de week kost o.b.v. all-in verblijf € 750,- p.p. (excl: reis Nederland-Spanje en vice versa en drankjes in de berghutten). Leden van de Ned. Kon. Bergsport Ver. krijgen € 40,- korting. Een goede en voor dit doel geschikte eigen reisverzekering is verplicht. Inschrijven kan tot 15-08-2020. Minimaal 6 en maximaal 10 deelnemers. Wees erbij!!

