



Unió Europea  
 Fons europeu de desenvolupament regional  
 Generalitat de Catalunya  
 Departament de la Presidència  
 Diputació de Lleida  
 Consell Comarcal PALLARS JUSSÀ  
 Desenvolupament local i turisme  
 JUSSÀ  
 vall fosca

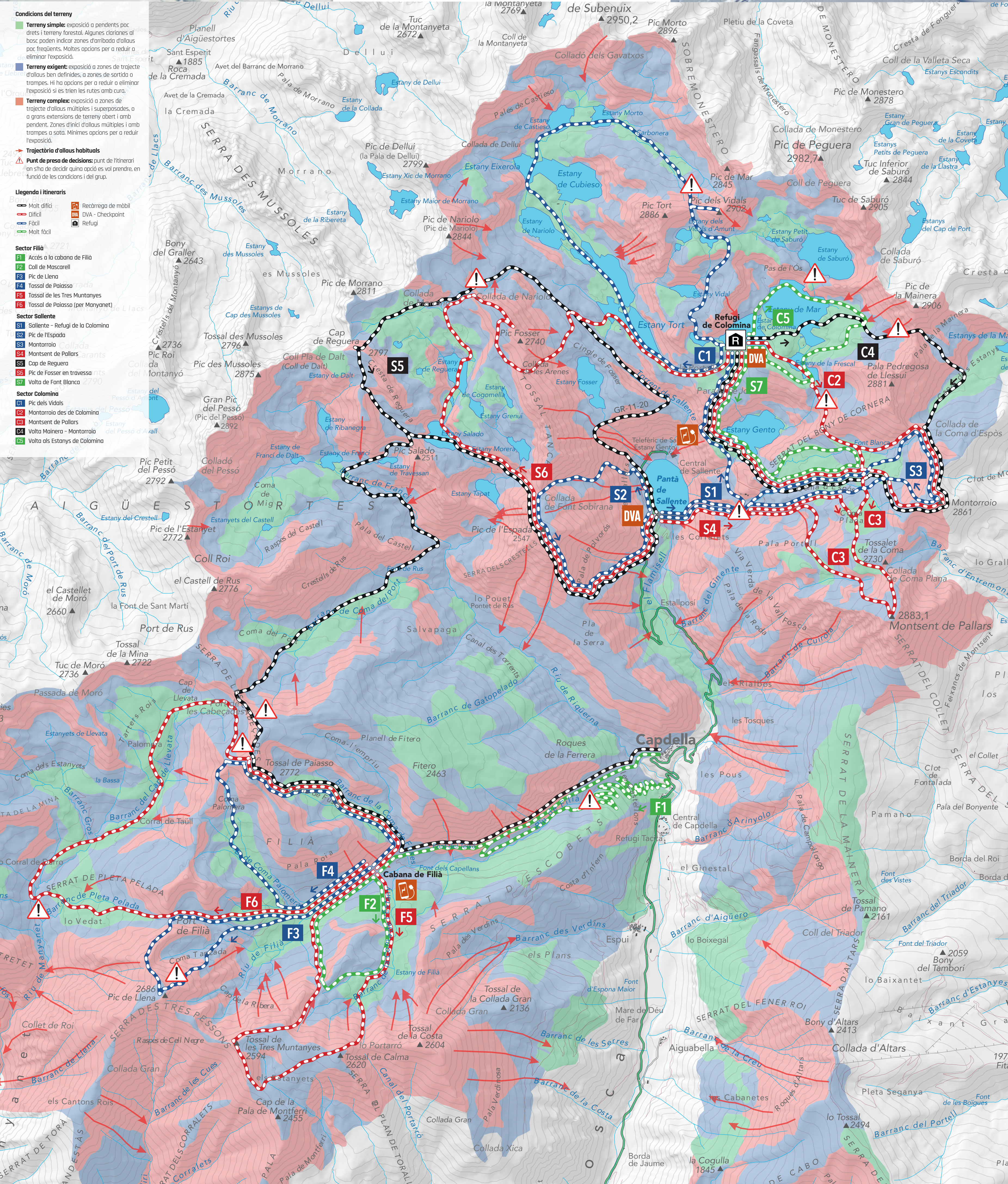
112 emergències



# Àrea d'esquí de muntanya i raquetes de neu

vall fosca 2983-1310

JUSSÀ  
FES EL PAS



**Condicions del terreny**

- Terreny simple:** exposició a pendents poc drets i terreny forestal. Algunes clarianes al bosc poden indicar zones d'arribada d'allaus poc freqüents. Moltes opcions per a reduir o eliminar l'exposició.
- Terreny exigent:** exposició a zones de projecció d'allaus ben definides, a zones de sortida o trompes. Hi ha opcions per a reduir o eliminar l'exposició si es trien les rutes amb cura.
- Terreny complex:** exposició a zones de projecció d'allaus múltiples i superposades, o a grans extensions de terreny obert i amb pendents. Zones d'inici d'allaus múltiples i amb trompes a sota. Mínimes opcions per a reduir l'exposició.

**→ Trajectòria d'allaus habituals**

**⚠️ Punt de presa de decisions:** punt de l'itinerari on s'ha de decidir quina opció es vol prendre, en funció de les condicions i del grup.

- Llegenda i itineraris**
- Molt difícil
  - Difícil
  - Fàcil
  - Molt fàcil
  - Recàrrega de mòbil
  - DVA - Checkpoint
  - Refugi
- Sector Filia**
- F1 Accés a la cabana de Filia
  - F2 Coll de Mascarell
  - F3 Pic de Llana
  - F4 Tossal de Paiasso
  - F5 Tossal de les Tres Muntanyes
  - F6 Tossal de Paiasso (per Manyanet)
- Sector Saliente**
- S1 Saliente - Refugi de la Colomina
  - S2 Pic de l'Espada
  - S3 Montorriol
  - S4 Montsent de Pallars
  - S5 Cap de Reguera
  - S6 Pic de Fossier en travessants
  - S7 Volta de Font Blanca
- Sector Colomina**
- C1 Pic dels Vidals
  - C2 Montorriol des de Colomina
  - C3 Montsent de Pallars
  - C4 Volta Mainera - Montorriol
  - C5 Volta als Estanys de Colomina

# Itineraris d'esquí de muntanya i raquetes de neu

## Pallars Jussà: una comarca de contrastos

El Pallars Jussà, situat al cor dels Pirineus, ofereix experiències úniques a les persones que el visiten. Amb paisatges diversos, que van des de les imponents muntanyes de la Vall Fosca, al Parc Nacional, fins a les verdes valls i els camps de conreu a les conques, aquesta comarca és un paradís per als amants de la natura.

A l'hivern, la neu cobreix els cims més alts, una imatge que crea un paisatge de postal. La Vall Fosca, amb pics que superen els 2.000 metres, es converteix en un paradís per a l'esquí de muntanya i les raquetes de neu. Però no tot el Pallars Jussà està cobert de neu. A menor altitud, els paisatges són més suaus, amb boscos frondosos, camps llaurats i pobles pintorescos, rius i embassaments.

A banda de la seva bellesa natural, el Pallars Jussà també destaca per una cultura i una història riques. La comarca forma part del Geoparc Orígens, un espai natural únic on s'observen formacions geològiques de milions d'anys.

Vine a descobrir el Pallars Jussà i deixa't seduir pels seus contrastos. Aquí trobaràs paisatges únics i una cultura vibrant per a viure una experiència inoblidable.

## La Vall Fosca, l'alta muntanya del Pallars Jussà

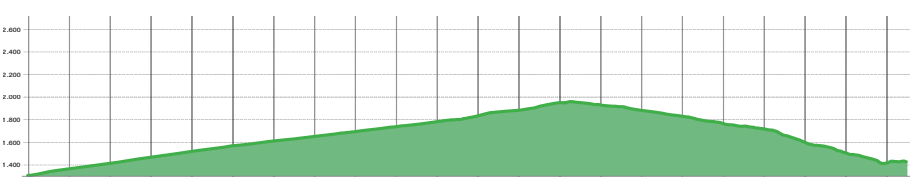
La majoria de pobles de la Vall Fosca estan situats per sobre els 1.000 metres i estan connectats per antics camins de ferradura, que actualment formen part de la xarxa senyalitzada de camins de la Vall.

Després de l'últim poble a més altitud, Capdella (1.420 m), ja es veuen tot un seguit de cims com el Montsent de Pallars o el Montarroio, la majoria propers als 3.000 m, i la majoria situats dins del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Des de Capdella surten rutes d'esquí de muntanya i raquetes de neu en què descobriràs paisatges hivernals espectaculars.



### F1 Accés a la Cabana de Filià

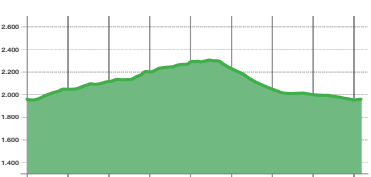
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Inici Pista de Filià	10,8 km	+710 m / -590 m	1.310 m / 1.960 m	Fàcil	4 h	Circular	N-S	Simple



**Senyalització:** Hi ha cartells verticals a la zona de la Cabana de Filià.

### F2 Coll de Mascarell

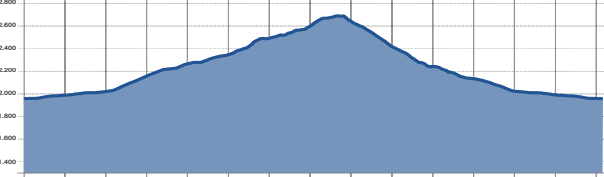
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Cabana de Filià	4,1 km	+400 m	1.960 m / 2.300 m	Fàcil	1 h 30'	Circular	N	Simple



Si bé la major part de la pujada es fa per terreny simple, cal vigilar tant en els primers pendents després de la cabana, com, especialment, en el descens des del coll de Mascarell.

### F3 Pic de Llana

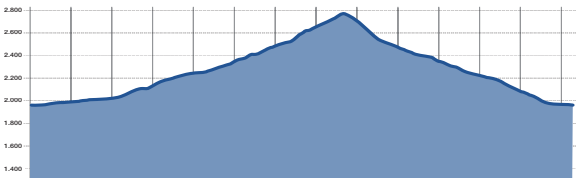
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Cabana de Filià	7,3 km	+720 m	1.990 m / 2.680 m	Mitjana	3 h	Circular	N-S	Exigent / Complex



La dificultat més gran de l'itinerari és a partir del coll de Filià i el primer tram de la baixada, on el terreny és complex i cal avaluar bé les condicions d'estabilitat de la neu.

### F4 Tossal de Paiasso

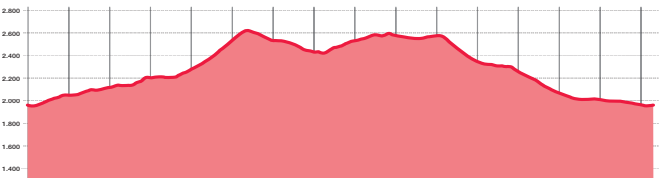
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Cabana de Filià	6,9 km	+815 m	1.960 m / 2.772 m	Mitjana	3-4 h	Circular	NE - S	Simple / Exigent



L'itinerari transcorre majoritàriament per terreny simple i exigent. Ton sols per sobre dels 2.500 m, tant a la pujada com en el descens, hi ha franges de terreny complex que cal avaluar i evitar en condicions d'instabilitat.

### F5 Tossal de les Tres Muntanyes

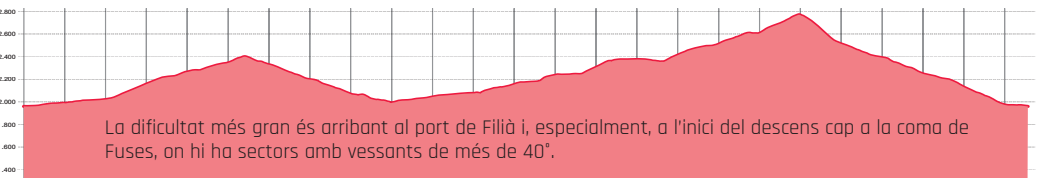
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Cabana de Filià	7,7 km	+930 m	1.960 m / 2.596 m	Difícil	3-4 h	Circular	N-S-W	Exigent / Complex



El terreny complex és a l'ascens, a partir de la cota 2.300, a la coma de l'Estany, on cal confirmar si hi ha prou establiment per a ascendir a Portarrà i al tossal de Calma.

### F6 Tossal de Paiasso (per Manyanet)

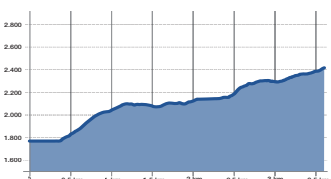
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Cabana de Filià	12 km	+1.215 m	1.960 m / 2.772 m	Difícil	5 h	Circular	Totes	Simple / Exigent



La dificultat més gran és arribant al port de Filià i, especialment, a l'inici del descens cap a la coma de Fuses, on hi ha sectors amb vessants de més de 40°.

### S1 Sallente - Refugi de Colomina

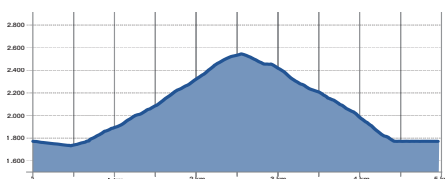
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	3,6 km	+650 m	1.770 m / 2.420 m	Mitjana	2 h 30'	Lineal	NW-S	Complex



Atenció a l'estat de la Canal de Pigola i al ressalt rocós que cal superar a la presa de l'estany Gento, on hi poden haver plaques inestables.

### S2 Pic de l'Espada

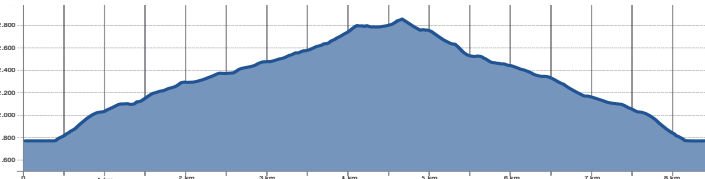
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	5,3 km	+820 m	1.770 m / 2.549 m	Mitjana	3 h	Circular	N-E-S	Exigent



Es necessita una bona estabilitat de la neu per a afrontar la pujada, ja que, en situacions de fortes nevades hivernals i també de neu humida, la pala de Portarrà (vessant sud-oest del pic) pot estar afectada per la caiguda d'aïaus de grans dimensions.

### S3 Montarroio

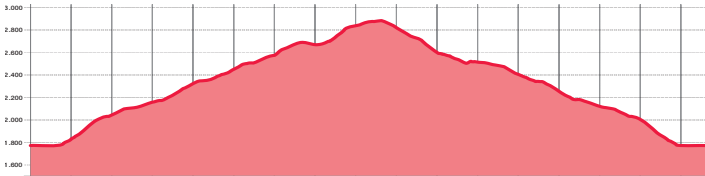
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	8,9 km	+1.150 m	1.770 m / 2.862 m	Mitjana	3 h	Circular	S-W	Simple / Exigent



Els punts crítics de l'itinerari són la canal de Pigola, on hi poden haver plaques inestables, i la vessant oest del Montarroio, amb pendents que superen els 35°. A partir de la collada de la Coma d'Espòs hi sol haver poca neu per l'exposició al vent.

### S4 Montsent de Pallars

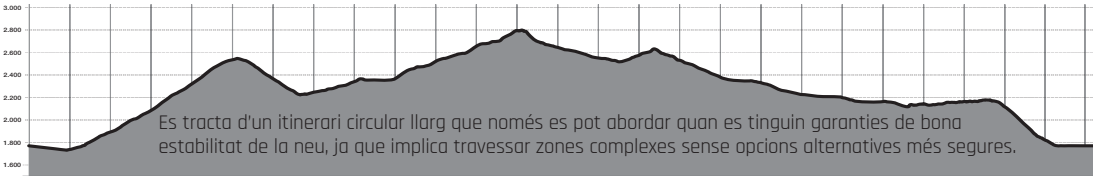
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	8,4 km	+1.115 m	1.770 m / 2.883 m	Difícil	4 h	Circular	Totes	Exigent



A la canal de Pigola hi poden haver plaques inestables. Entre la collada de Coma Plana i les passes de Montsent, el terreny és complex, i per això cal extreure les precaucions i prestar molta atenció al traçat de l'itinerari.

### S5 Cap de Reguera

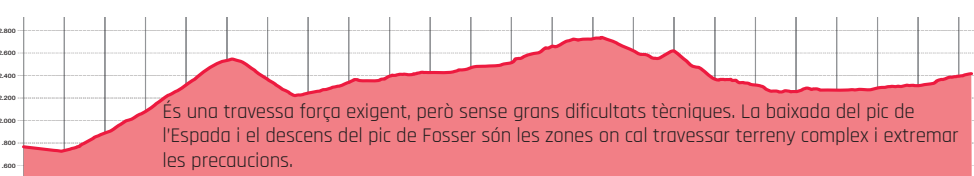
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	13,5 km	+1.620 m	1.770 m / 2.797 m	Molt difícil	6-7 h	Circular	S-W	Exigent / Complex



Es tracta d'un itinerari circular llarg que només es pot abordar quan es tinguin garanties de bona estabilitat de la neu, ja que implica travessar zones complexes sense opcions alternatives més segures.

### S6 Pic de Fossier en travessa

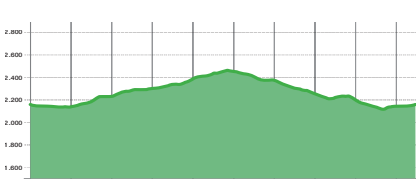
INICI	FINAL	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Presa de Sallente	Refugi de Colomina	12,1 km	+1.620 m / -960 m	1.770 m / 2.741 m	Difícil	6-7 h	Travessa	Totes	Exigent / Complex



Es una travessa força exigent, però sense grans dificultats tècniques. La baixada del pic de l'Espada i el descens del pic de Fossier són les zones on cal travessar terreny complex i extreure les precaucions.

### S7 Volta de Font Blanca

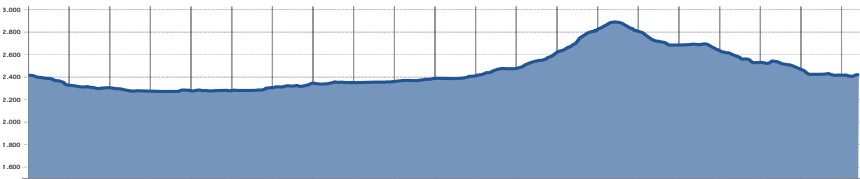
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Estany Gento	4,7 km	+485 m	2.150 m / 2.455 m	Fàcil	2 h	Circular	S-W	Simple



Tot i la baixa dificultat de l'itinerari, cal tenir en compte que tant en l'accés al primer collet com a l'estany de Font Blanca hi ha pendents que puntualment se situen entre els 30° i els 35°.

### C1 Pic dels Vidals

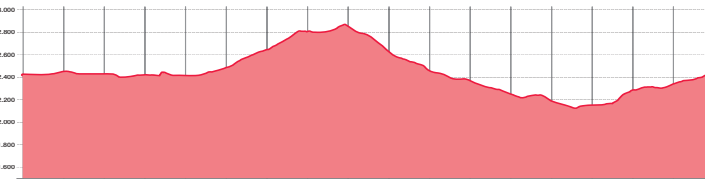
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Refugi de Colomina	10,2 km	+720 m	2.340 m / 2.904 m	Mitjana	4-5 h	Circular	N-S	Exigent / Complex



La major part de l'ascens transcorre per grans vessants amb poc pendent (terreny simple). El punt crític de l'itinerari és l'accés a la collada de Carboneres.

### C2 Montarroio des de Colomina

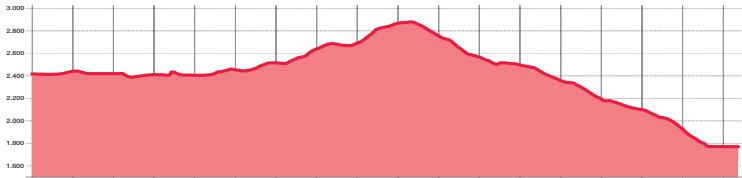
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Refugi de Colomina (2.420 m)	8,7 km	+920 m	2.120 m / 2.868 m	Difícil	4-5 h	Circular	E-S-W	Exigent / Complex



Els punts crítics de l'itinerari són el pas de l'ós i el descens del Montarroio, on sovintegen condicions d'instabilitat de la neu.

### C3 Montsent de Pallars

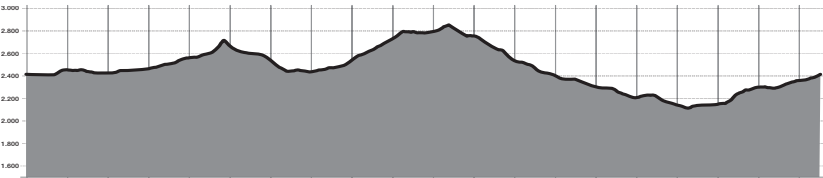
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Refugi de Colomina (2.420 m)	9 km	+650 m / -1.300 m	1.770 m / 2.858 m	Difícil	5 h	Travessa	Totes	Exigent



Els punts crítics de l'itinerari són el pas de l'ós, on sovintegen condicions d'instabilitat de la neu, i la part baixa del descens de la pala nord del Montsent, pels afloraments rocassos.

### C4 Volta Mainera - Montarroio

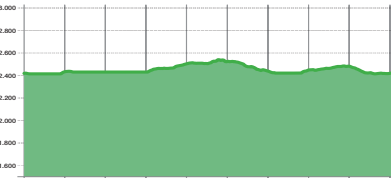
INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Refugi de Colomina	9,8 km	+1.150 m	2.420 m / 2.862 m	Molt difícil (si s'accedeix al pic de Mainera)	6-7 h	Circular	Totes	Exigent / Complex



Els punts crítics de l'itinerari se situen al sector del coll i del pic de Mainera, on el terreny és complex i té força pendent.

### C5 Volta als Estanys de Colomina

INICI	DISTÀNCIA	DESNIVELL	COTA MÀX./MÍN.	DIFICULTAT	TEMPS	TIPUS	ORIENTACIÓ	TERRENY
Refugi de Colomina	4,5 km	+240 m	2.420 m / 2.550 m	Fàcil	2 h	Circular	S-E	Simple



Cal tenir en compte les condicions del terreny i l'estat de la neu a l'hora d'accedir al punt d'inici d'aquest itinerari.

## MUNTANYA SEGURA

- Planifica la sortida: utilitza mapes, ATEs i consulta el BPA de l'ICGC.
- Consulta la previsió meteorològica.
- Porta l'equip bàsic de seguretat en allaus (DVA, pala i sonda) i assegura't que el saps utilitzar.
- Porta el material adequat: equip de progressió i roba adequada.
- Forma't en seguretat en terreny d'allaus (consulta el web de l'ACNA).



+INFO



112 emergències



## CHECKPOINT )))

Comproveu si el vostre DVA EMET SENYAL en el **Checkpoint**  
 Comprobad si vuestro DVA EMITE SEÑAL en el **Checkpoint**  
 Check your avalanche transceiver TRANSMIT MODE at the **CHECKPOINT**  
 Contrôlez L'ÉMISSION de votre DVA sur le **Checkpoint**

Només un DVA, una pala i una sonda **us poden salvar la vida i la de les persones que us acompanyen!**

!Solo un DVA, una pala y una sonda **os pueden salvar la vida y la de las personas que os acompañan!**

!Seule l'association d'un DVA, d'une pelle et d'une sonde **peut sauver votre vie et celles de vos partenairst!**

Only a working avalanche transceiver, a shovel and a probe **will save your friends and your life!**  
 Seule l'association d'un DVA, d'une pelle et d'une sonde **peut sauver votre vie et celles de vos partenairst!**

Deixeu una **distància de 5 metres** entre cada persona  
 Dejad una **distancia de 5 metros** entre cada persona  
**5 meter intervals** between each other  
 Laisser **5 mètres** entre les skieurs



El **Checkpoint** comprova el bon funcionament del vostre DVA en mode d'emissió només en aquest lloc i moment concrets.

El **Checkpoint** comprueba el buen funcionamiento de vuestro DVA en modo de emisión solo en este punto y momento concretos.

The **Checkpoint** checks the transmission of your avalanche transceiver at this place and moment only.

Le **Checkpoint** contrôle le bon fonctionnement de votre DVA en mode émission en ce lieu et à cet instant.