



## Ascensión al Torreón de Los Galayos (Galayar - Gredos)

### ¿Has pensado en hollar la cumbre de éste emblemático monolito del alpinismo español?

Los Galayos son un majestuoso valle de la vertiente sur de la Sierra de Gredos; están formados por numerosas agujas de granito de alta montaña de gran calidad. Son sin ninguna duda una de las zonas más representativas de la escalada clásica española. Al observar el galayar, probablemente fijemos nuestra mirada e ilusiones en el Torreón de los Galayos.

### ¿Qué opciones tengo?

De entre todas las vías que encontraremos, podemos destacar:

- Teógenes (ruta que sirvió para alcanzar por primera vez la cumbre)
- Sur clásica
- Combinación Murma-Malagón
- Norte
- Lucas



### ¿Qué necesito?

- Vestimenta y calzado (adecuados para la actividad y acorde con la estación del año). No olvides ropa de abrigo, gorro y guantes térmicos e impermeables
- Mochila de 30 litros de capacidad (aproximadamente)
- Gorra, gafas de sol, crema protectora y botiquín mínimo personal
- Agua y comida
- Saco ligero, esterilla y útiles de aseo para el refugio
- Pies de gato

(\* En caso que no dispongas del siguiente material técnico, podré prestártelo durante los días que dure el programa. Así como asesorarte para su compra, en caso que lo desees

- Casco de escalada y arnés de escalada

- Cabo de anclaje (preferiblemente tipo daisy-chain) con mosquetón de seguridad tipo D
- Freno (tipo "reverso"® o similar) con mosquetón de seguridad HMS
- 3 mosquetones de seguro extra, tipo HMS
- 1 aro de cinta cosida de 240cm

#### **¿Cuánto tiempo necesito?**

Mínimo 2 días (para dedicar el primero a la aproximación al refugio donde pernoctaremos, mientras que el segundo día lo dedicaremos a escalar). Sin embargo, en caso de personas no experimentadas, es conveniente realizar alguna jornada previa para conocer y familiarizarse con las técnicas necesarias.

#### **¿Cuál es la exigencia de esta actividad?**

Poseer un nivel físico aceptable, es recomendable tener experiencia en recorridos no-técnicos de montaña y en escalada en roca.

#### **¿Cuántos participantes admite esta actividad?**

Por lo general, el ratio guía:participante será de 1:2 (en algunos casos puede ser conveniente 1:1)

#### **¿En qué fechas puedo realizarlo?**

Durante todo el año. Sin embargo, es imprescindible consultar previamente con el guía las condiciones de la montaña (sobre todo durante el invierno y la primavera).

#### **¿Cuál es el coste de esta actividad?**

Para calcular la tarifa de ésta actividad, por favor contacta con nosotros; de ésta forma podremos: 1) Diseñar la actividad a tu gusto, 2) Definir la tarifa

#### **¿Qué incluye?**

- Los servicios exclusivos de un guía de montaña
- Asesoramiento previo y posterior a la actividad (dudas sobre material, etc)
- Reportaje fotográfico
- Material técnico individual y colectivo necesario
- Seguro obligatorio de RC
- Seguro de accidentes

#### **¿Qué no incluye?**

- Gastos de alojamiento y comidas de participantes y guía (en caso de ser necesario)
- Transporte de los participantes
- Gastos imprevistos
- Todo lo no recogido en el apartado "¿Qué incluye?"