

Al término de esta presentación, os ofreceremos algunos **descuentos** en alojamientos alternativos dentro de las instalaciones, con enlaces a fotos; y un calendario de **programas especiales**

Centro de vacaciones Pirineos Cien Lagos

Es con seguridad una de las experiencias más **singulares** que existen en la península, tanto por el **entorno natural** donde se encuentra, como por la organización de los distintos **programas** de actividades que se ofertan, por la diversidad y distribución de los **niveles** a los que cada participante puede optar, por la cercanía con los **guías** que las realizan ya que se alojan y conviven en la propia instalación, y por las imaginativas propuestas que cada **tarde/ noche** se pueden disfrutar...

Son programas con rutas y deportes de montaña pensados para **adultos**; pero si se viene con los **hijos**, éstos simultáneamente, con sus monitores, realizan otras actividades alternativas según su edad; luego, durante las comidas o antes de acostarse contarán sus aventuras...

El entorno natural

Las instalaciones se encuentran en **Esterri d'Aneu**, en los remotos y sorprendentes Valles d'Aneu, a caballo entre dos Espacios Naturales espectaculares: el Parque Nacional de **Aigües Tortes y Lago San Mauricio**, y el Parque Natural de l'**Alt Pirineu**, y junto a uno de los mejores ríos de Europa para la práctica de los descensos de aguas bravas -el **rafting**-

Se pueden observar los grandes paisajes en la siguiente url:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.10150179751846566.301035.348068916565>

Varias opciones de programas

Existen **seis** combinados de actividades que se pueden elegir en función de las expectativas y del nivel de esfuerzo que se pretenda; en caso de duda, se puede decidir por un programa **básico** -el más sencillo y económico- y una vez allí, tras la presentación de las actividades, contratar opcionalmente aquéllas que apetezcan. Pero si se tiene decido realizar el rafting, un barranco de iniciación, una ruta en bici no complicada, un rápel volado... el más recomendable es el **combinado medio (3)**, si apetece realizar travesías de alta montaña hay un **medio/alto (4)**, o si el interés es experimentar la mayor parte de los deportes de montaña o deslizarse por los mejores y excitantes barrancos lo ideal son el **multiaventura (5)** o el especial **paredes y barrancos (6)**. Las travesías de alta montaña pernoctando en refugios, es quizá una de las experiencias más mágicas y que mejor se recuerdan después, aunque requiere un mediano nivel de forma...

Una aproximación a los fascinantes deportes de aventura en la siguiente url:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.10150179738266566.301027.348068916565>

Variedad de alojamientos

Para cuatro/ cinco personas tenemos **bungalows** de dos habitaciones, y para seis/ siete hay también de tres; para dos personas, contamos tanto con **habitaciones con baño** en la Base, como en un **hostal (**)** nuevo, muy cómodo, o las de un **hotel (**)** con buena relación calidad/ precio, a escasos trescientos metros del Centro de actividades.

Pero tenemos otros formatos de alojamientos tan interesantes y atractivos que, de plantearse, pueden resultar unas vacaciones agradables a la vez que suponer un importante ahorro económico. Disponemos en el interior de una zona arbolada, con abundante hierba y un espacio común desahogado, de unas **tiendas canadienses** de lona de algodón, con doble techo, cubeta plástica hermética cerrada con cremalleras, dos o tres colchonetas, una estantería en el ábside, etc.; son grandes, con algo más de **siete** metros cuadrados, y pueden dormir cómodamente dos, incluso tres personas. A nosotros nos sugiere una mayor cercanía con la naturaleza y los sonidos de la noche...

Con algo más de aislamiento, tenemos también unas cuantas **caravanas** con capacidad entre tres y cinco personas, según el modelo; es poco más de presupuesto, pero son algo más cómodas, y están situadas frente a los módulos principales de servicios y duchas.

Se pueden valorar las características de cada alojamiento en la siguiente url:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.10150179724521566.301023.348068916565>

Aspectos técnicos a tener en cuenta

Las instalaciones están situadas en el pueblo de Esterrí d'Àneu, a **950 m.** de altitud; la mayor parte de las actividades e itinerarios discurren por territorios de alta montaña, que pueden situarse por encima de los **2.500 m.** Esta característica, a la vez que le otorga de unos paisajes espectaculares, implica unas condiciones **organizativas** especiales, que hemos ido incorporando durante los treinta años de experiencia que llevamos en este lugar del Pirineo.

Tanto si se elige nuestra oferta, como si se opta por otra similar, sobre todo si está situada en montaña, es muy conveniente valorar una serie de **parámetros de calidad.**

El **menú diario** lo componen dos platos de primero y dos de segundo a elegir; y los postres, variados; los desayunos son **abundantes**, y como las comidas, por autoservicio -café con leche, zumo, pan o tostadas (hay un tostador giratorio), bollería, fiambres, cereales, mantequilla, mermelada o aceite, fruta, y algún extra variado en función del día-; para las salidas de alta montaña, preparamos dos buenos bocatas -uno de ellos cocinado- y tupperes con alimentos preparados para cuando se duerme en refugios. Nuestros **cocineros** son personas con muchos años elaborando comidas para grupos

Todos los **guías** de actividades, deportes de montaña y senderismo, son **titulados** en las diferentes especialidades formativas para “técnicos deportivos”; tienen gran experiencia en barrancos, rutas en bici, y sobre todo, durante las excursiones de senderismo y travesías de alta montaña, cuidan tanto de la progresión en los ascensos, como de la interpretación del medio; el **ratio** de guías por cliente es superior a 1x10. Disponemos de **materiales propios** para actividades como neoprenos, cuerdas, arneses y herrajes para escalada y barrancos, bicicletas todoterreno, cascos de seguridad, taller, etc.

Los **niveles de seguridad** son importantes. Todos los vehículos de la empresa, en los que se trasladan guías, llevan **emisoras** conectadas con la Base; ellos también disponen en las travesías de emisoras, tipo **walkies**, y obligatoriamente botiquín. En caso de cualquier imprevisto, existe en la zona una extraordinaria cobertura de helicópteros de Protección Civil y vehículos de bomberos. La instalación tiene contratada una póliza de seguro de **Responsabilidad Civil y Accidentes**. Como es zona de alta montaña, cada tarde se revisan las **previsiones** meteorológicas y se definen, en caso de riesgo evaluable de lluvias, las alternativas para el día siguiente. Por si hay olvidos, alquilamos por un precio simbólico, bastones de montaña, mochilas, sacos...

La instalación dispone de **recepción y bar**, junto a una terraza enlosada de pizarra con cuatro grandes “jaimas”. Hay conexión **wifi** y un ordenador de uso gratuito. El parking, para todos los coches, se encuentra frente a la instalación; y está iluminado por la noche. Todo el recinto está íntegramente **arbolado**, con más de cuarenta especies autóctonas. La sonorización alcanza todos los espacios. La Base se encuentra a trescientos metros del pueblo de Esterri d’Àneu, donde hay una piscina pública.

Algunas imágenes de las instalaciones en la siguiente url:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.10150179721591566.301022.348068916565>

Al terminar el día

Cada tarde, al regreso y antes de la cena, ofrecemos un taller de relajación, estiramientos y técnicas de **masaje**. Por las noches, después de cenar, se puede participar en talleres de **baile, fiestas**, una barbacoa, un carnaval veraniego, música en vivo, noche de interpretación de estrellas y otras alternativas.

Y si vienes con tus hijos...

A partir de los **ocho años**, I@s niñ@s tienen un programa de iniciación a los **deportes y técnicas de montaña**, cuyo propósito es aficionarles y comunicarles el “duende” por esta práctica; hay dos niveles según la edad y desarrollo físico. Los menores de ocho años tienen mañana y tarde **juegos** dinámicos, de expresividad, de relación con la naturaleza, gymkhanas, canoas, talleres de artesanía, danzas del mundo...; en la zona central de la Base hay un panel con todas sus actividades distribuidas para cada día de la semana; y los más pequeñines, evidentemente participan de lo anterior sólo parcialmente; pero disponen de un “tipi” indio, columpios y un espacio abierto dentro del Centro con una terraza cubierta de fácil control.

Cada noche, después de cenar, mientras los adultos participan en **talleres**, propuestas o un rato de tertulia, los niños tienen actividades hasta las **00:00**. Al menos **tres noches** durante la semana, ellos pueden tener actividad de grupo (toda la noche) siempre que lo acepten los padres: “sacódromo” -duermen todos juntos en el salón social-; “la aventura del pueblo deshabitado”, actividad en la que duermen en una ermita, o en una casa abierta...; o la “noche de las estrellas” en un mirador sobre el pueblo de Esterri, realizando al final de la velada un “vivac”; lógicamente, esas noches los padres se encuentran más libres... Y aquellos padres, por cuyo programa elegido, puedan optar a una **travesía** de alta montaña pernoctando en refugios, pueden confiar durante esa noche el cuidado de los peques a los monitores -ésta coincide con la noche de sacódromo-.

Todos los **monitores** de niños disponen de titulaciones desde “educador infantil” a “monitor de tiempo libre”.

Información gráfica de las actividades de los niños, en la siguiente dirección url:

<http://www.facebook.com/media/set/?set=a.121913991222462.30282.119737811440080>

Definitivamente, es una experiencia singular que es bueno disfrutar con un talante activo, cooperador, y un ánimo dispuesto a descubrir.

Esperamos haber aportado algunos criterios más para una posible participación en las actividades del Centro y Base de actividades Pirineos Cien Lagos, en una comarca muy especial de circos glaciares, bosques naturales de gran interés, más de doscientos estanys o lagos de origen glaciar, cumbres... y con uno de los más singulares deportes de aventura, accesible para casi todo el mundo como el rafting, en uno de los mejores ríos de Europa para esta especialidad deportiva; y otras muchas sorpresas y paisajes que podéis descubrir.

Oferta especial para alojamiento en tienda de campaña y caravana

Este año contemplamos para estos dos alojamientos algunos **descuentos**; para tres personas, un **seis** por ciento; y a partir de cuatro, un **diez**.

Así por ejemplo, para **tres participantes** en el programa básico, el presupuesto puede situarse para siete días, en pensión completa y con actividades incluidas, en algo menos de **cuatrocientos cincuenta euros** -por persona- en temporada baja; y apenas llega a cincuenta euros más en Agosto. Y si se incorpora una persona más, oscilaría, según la temporada, en torno a veinte euros menos por cada una

La opción de la tienda puede resultar muy atractiva para los “peques”. Por ejemplo, para dos adultos y dos niños, podemos asignar **dos contiguas**, que otorga una relativa intimidad, y puede suponer para ellos una auténtica “aventura”. Y el presupuesto para un **adulto con dos niños** entre seis y diez años, puede situarse para siete días, en pensión completa y con actividades diferenciadas para los tres, alrededor de **mil cien euros** en temporada baja y unos ochenta euros de incremento en Agosto. Y con un adulto más, oscilaría, según la temporada, en torno a los **cuatrocientos** euros.

Exceptuando el alojamiento, el resto de servicios y actividades son comunes para cualquier participante. Os animamos a participar en unas vacaciones tan especiales.

Sólo en fechas concretas

*Durante todo el verano puedes inscribirte en cualquiera de los combinados que ofertamos en las fichas técnicas; pero algunas semanas, además, dispones de algunos **programas especiales...***

Del 30 de Julio al 6 de Agosto

En el espectacular y mágico escenario de los Pirineos...

taller de iniciación a **técnicas y energías alternativas** para el **desarrollo personal**, mientras se disfruta de rutas y actividades:

Se aprovecharán principalmente las **mañanas** para realizar las salidas de naturaleza del programa **Pirineos básico**, que permitirá tener las tardes dedicadas a las sesiones prácticas del taller.

Primer día: **Risoterapia**, técnica orientada a redescubrir motivos para la alegría mediante el juego, a recuperar la creatividad...

Segundo día: **Biodanza**, técnica que utiliza el movimiento, la música y las emociones para un trabajo en grupo...

Tercer día: **Yoga-antiestrés**, una disciplina completa que ayuda a superar los momentos de tensión...

Cuarto día: **Improvisación teatral**, una técnica lúdica que desde otra perspectiva vuelve a estimular la creatividad, los reflejos...

Quinto día: **Teatro de los Sentidos**, una experiencia sensorial, que se alcanza estimulando el tacto, el olfato, el gusto...

Sexto día: **Aproximación al Tantra**, conjunto de dinámicas para desinhibir, estimular la sensibilidad y sensualidad...

(más información en <http://www.genteviajera.com/progpdf.php?ban=1>)

o solicitar ficha técnica específica

Del 6 al 13 de Agosto

En los espectaculares escenarios de los Pirineos...

taller de **iniciación a la fotografía digital**, mientras se disfruta de rutas y actividades:

Se aprovecharán principalmente las **mañanas** para realizar las salidas de naturaleza del programa **Pirineos básico**, que permitirá tener las tardes dedicadas a las sesiones prácticas del taller.

En una aproximación previa a la **fotografía digital**, se repasará las distintas partes de una cámara, los controles, la sensibilidad...

Avanzando en la **fotografía digital -segunda parte-**, los temas profundizarán en los modos de enfoque, mediciones, compensación de la exposición...

Se tratará después sobre el **retrato** y los **posados**, características, fondos, primeros planos, medios, tres cuartos y americano...

Y por último, los conceptos en la **fotografía nocturna**, o con deficiencia de luz, recorriendo desde la puesta del Sol hasta el amanecer...

(más información en <http://www.genteviajera.com/progpdf.php?ban=1>)

o solicitar ficha técnica específica

Del 13 al 20 de Agosto

*Una experiencia de turismo de montaña con otro **Ritmo**...*

encuentros de **BAILE DE SALÓN para aficionados** con rutas de montaña y fiestas originales en PLAZAS DEL PIRINEO

Para aficionados a los **bailes latinos** o de **salón**, para los que practican habitualmente, o aprenden en las escuelas, o sencillamente para cuantos sienten curiosidad por conocer los múltiples ritmos -salsa, bachata, swing, fox, chachachá, merengue, bolero, rock and roll...-; combinamos dos grandes pasiones: disfrutar la **montaña** por el día y participar en la noche del **baile** y la fiesta al aire libre...

Por las **mañanas**, actividades de naturaleza, senderismo, rafting, rutas en bici, itinerarios etnográficos, descenso de cañones...;

Por las **tardes/ noches**, talleres de baile impartidos por los profesores asistentes, para aprender y practicar con gente de otros lugares...;

Y **después de cenar**, fiestas originales en un marco especial, cada noche en una plaza distinta, suelos de pizarra, casas de piedra, luces junto a los árboles, la música desde una disco-móvil, y la buena compañía...;

Unas vacaciones con **swing**...

(más información en <http://www.genteviajera.com/progpdf.php?ban=1>)

o solicitar ficha técnica específica

Del 20 al 27 de Agosto

*Los Pirineos a ritmo de **salsa***

SALSAVENTURA, semanas de bailes LATINOS y vacaciones de AVENTURA;

Por las **mañanas**, actividades de naturaleza, senderismo, rafting, rutas en bici, itinerarios etnográficos, descenso de cañones...;

Por las **tardes/ noches**, talleres donde se trabajarán preferentemente los ritmos latinos habituales: salsa, merengue, chachachá, bachata, cumbia... siempre en función de la especialidad de cada profesor y de los intereses de los asistentes.

Y **después de cenar**, cada una de las noches se pondrá luz y música "a la fresca"; bien con fiestas latinas organizadas en las plazas de los pueblos, bien bajo las "jaimas" de la terraza del Centro/ Base, o también en alguna sala/ discoteca; se participará alguna noche en las fiestas mayores, donde siempre habrá baile con orquesta...

(más información en <http://www.genteviajera.com/progpdf.php?ban=1>)

o solicitar ficha técnica específica

esto y muchas cosas más...

en nuestra Web:

www.genteviajera.com

e mail: info@genteviajera.com
tfno. 91 4780111 fax. 91 4785835

Te recordamos nuestras páginas temáticas...

viajes y propuestas activas
para personas independientes

www.aventurasparasolteros.com

e mail: info@aventurasparasolteros.com

viajes para los más peques
acompañados por vosotr@s

www.papasconpeques.com

e mail: info@papasconpeques.com

iniciativas de turismo con noches de fiesta
para aficionados al baile

www.gentequebaila.com

e mail: info@gentequebaila.com

ideas de ocio
para jóvenes veinteañeros

www.genteviajera.com

e mail: info@de20a30.com