

Contents

Foreword	5
Tourist tips	8
Spanish – English vocabulary for mountain walkers	15
Walking in the central Pyrenees	16
Adventure sports in the central Pyrenees	20
Information and addresses	22
Contextualising map	24
Valle de Tena	
1 Ibón de Anayet, 2225m	26
2 To the Embalse de Escarra and through the gorge of the Barranco de Escarrilla	28
3 Punta del Pacino, 1970m	32
4 Ibones de Arriel, 2260m	34
5 Refugio de Respomuso (Circo de Piedrafita), 2200m	38
6 Ibones Azules, 2410m	40
7 Puerto de Marcadau, 2545m, and Pico de la Muga, 2675m	42
8 On the Camino de Brazato	44
9 Lake walk in the Valle Sabocos	46
Valle de Bujaruelo	
10 Through the Valle del Río Ara	50
11 Valle de Otal	54
12 Ibón and Puerto de Bernatuara, 2335m	56
13 Puertos de Bujaruelo	58
Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido	
14 Camino de Turieto	60
15 Through the Valle de Ordesa	62
16 Punta Cuta, 2240m	66
17 Faja de Pelay, 2000m	68
18 Faja de las Flores, 2450m	70
19 Monte Perdido, 3335m	74
20 Cañón de Añisclo	78
21 Valley and mountain walk around the Cañón de Añisclo	82
22 Pico Mondoto, 1960m	86
23 Sestrales Bajo, 2075m	88
24 Sestrales Alto, 2100m	92
25 Castillo Mayor, 2015m	94
26 To the spring and through the gorge of Río Yaga	96

27 Along the Camino de los Miradores	100
28 Circo de Gurrundué, 1980m	102
29 A round walk from Tella	104
30 Faja de la Tormosa, 1960m	106
31 Llanos y Cascadas de la Larri, 1620m	110
32 Balcón de Pineta, 2500m, and Lago de Marboré, 2595m	112
33 Lagos de La Munia, 2510m	114
34 Over the Puerto de Barrosa, 2535m, to the Lacs de Barroude, 2355m	116

Valle de Gistáin

35 Valle de Chistau	118
36 Ibón de Plan (Basa de la Mora), 1910m	120
37 Walk round the Peña de la Una, 2550m	122
38 Ibón de Ordizeto, 2370m	126
39 Puerto de la Madera, 2525m	128
40 Ibón de Millars, 2350m, and Ibón de Leners, 2520m	132

Parque Posets-Maladeta

41 Through Valle de Estós	134
42 Ibón Gran de Batisielles, 2200m	136
43 Valle de Remuñe, 2220m	138
44 Puerto de la Glera, 2360m	140
45 Forau and Plan de Aiguallut, 2020m	142
46 Puerto de la Picada, 2480m, and Tuc dera Escaleta, 2465m	146
47 Coll de Toro and Ibón de Toro, 2235m	148
48 Pico de Paderna, 2620m	150
49 Ibones de Vallibierna, 2480m	152
50 Lake walk in the south-eastern part of the Posets Maladeta nature reserve	154

Index	156
--------------------	-----