> **Cuanto más alto llegue, más durará la bajada**
>
> The highest we arrive, the longest will be the descent

Esquí en altitud

Nunca me había preguntado por qué escalar hasta lo más alto de una montaña. Pero últimamente lo tengo muy claro: para bajarla esquiando. Puede parecer obsesivo pero es el motivo que a muchos de nosotros nos impulsa a entrenar, a escalar y a viajar en busca de las mejores bajadas, de los descensos más largos y de las pendientes más empinadas. Cuanto más alto llegue, más durará la bajada.

I had never asked myself the reason of climbing just to the top of a mountain. Now, I clearly know it: to go down skiing. It may seem an obsession, but for many of us, this is why we train, climb and travel, looking for the best descents, the longest ones, and the steepest slopes. The highest we arrive, the longest will be the descent.

Esquí

Texto y Fotos : **Luis Pantoja**

La temporada no tiene por qué acabar cuando las nieves desaparecen de nuestras montañas. Es el momento de ir a buscarla a cordilleras más altas y, desgraciadamente, más lejanas. Los Alpes mantienen las buenas condiciones de nieve durante gran parte del año y es un terreno de juego muy técnico y exigente. Con cimas que sobrepasan ampliamente los 4000 m y casi rozan los 5000 m, allí podemos probar el material más adecuado y probarnos a nosotros mismos y nuestra capacidad de aclimatación a la altitud. Y si podemos ir un poco más lejos, en el Cáucaso, con varias montañas de más de 5000 m, podremos disfrutar de la nieve durante todo el año.

The snow season does not necessary finish when the snow disappears from our mountains. It's time to go away to look for it in other higher and further mountains. The Alps keep good conditions the most part of the year, and is a technical and exigent field. With summits that overpass the 4000m, almost 5000m many of them, we can test the most appropriate material and our own capacity to acclimate to altitude. And, if we can go further, the Caucasian mountains, more than 5000m some of them, we can enjoy the snow the whole year.

Pero cuando pensamos en afrontar ascensiones más altas, por encima de los 5000 m, conviene, además de tener el entrenamiento y la capacidad técnica suficiente, planificar muy bien la actividad. De ello depende buena parte del éxito. El primer gran problema que surge es cómo llevar hasta allí esa cantidad de material, sobre todo el voluminoso paquete de esquís. Casi todas las compañías aéreas nos cobrarán por exceso de equipaje y debemos tenerlo previsto. En ocasiones hemos tenido que calzarnos las botas de esquí, pantalones y chaquetas de gore y embarcar con ello para evitar el sobrepeso. Una solución asfixiante en verano, pero eficaz. Os aconsejamos que juntéis varios pares de esquís en el mismo paquete e incluyáis en él los bastones y piolets. Proteged los cantos para que no corten la bolsa. Y rezad para que todo llegue en buen estado y a tiempo.

When we have on mind to face higher ascents, above 5000m high, it is important, not only to be trained and have the technique required, but also to have the activity very well planned, as this is part of the success. The first great problem is how manage to transport such amount of material, above all the big package of skis. Almost all the airlines will charge an extra amount for excess baggage, we have to preview this. In some occasions we have wore the ski boots, jacket and trousers, for getting on board in order to avoid the overweight. An effective and suffocating solution in summer. I recommend to pack several skis in the same package, together with the poles and piolets. Protect the edges so that they cannot cut the sac. And pray for recover them in good conditions and on time.

en altitud

Esquí

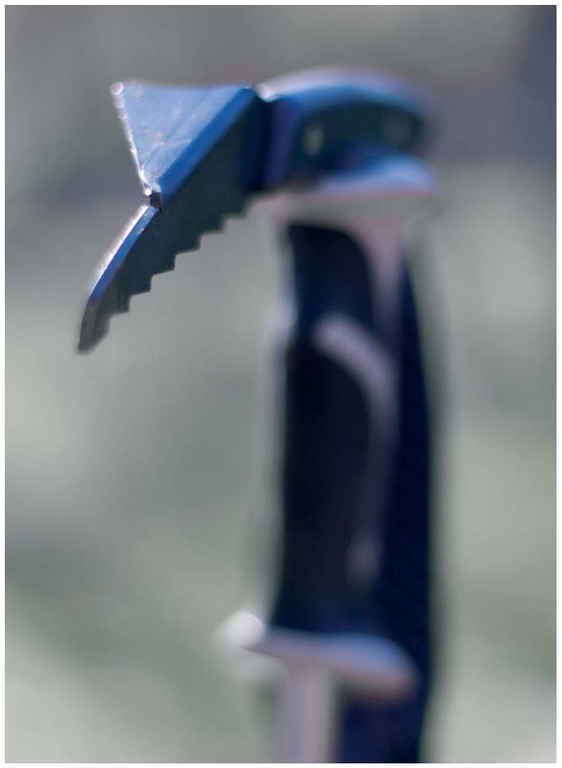
La elección del material más apropiado tiene dos imperativos: ligereza y fiabilidad. Nosotros no renunciamos a llevar esquís con los que nos sentimos seguros, aunque sean más pesados. Concretamente llevamos patines anchos (80 ó 90 mm) y rocker. Las fijaciones ligeras Dynafit nos han resultado eficaces pero con las pegas de colocación que pueden surgir a muchos grados bajo cero. Muy aconsejable es llevar una herramienta multiusos que nos permita rascar y limpiar el hielo que se puede formar en la fijación ya que en alguna ocasión cierran en falso y pueden saltar en el peor momento, y ser la causa de un accidente.

To choose the appropriate material has two main objectives: lightness and reliability. We don't renounce to wear the skis in which we trust, despite they are heavier. Our skis are rocker and their underboot is of 80-90 cm. The light Dynafit bindings have always been very reliable for us, with the inconvenience of placing the boots when the temperature is below zero. It is very useful to have a multipurpose tool, in order to clean the ice that could cover them. If not, the boots may be not well fixed and the binding may open in the worst moment, and be the cause of an accident.

Las botas deben ser calientes, ligeras pero con la rigidez suficiente que nos permitan esquiar con seguridad. Pensad que con la fatiga de la altitud, una bota muy blanda nos hará trabajar de piernas mucho más. El frío en los pies es un asunto al que le debéis prestar mucha atención ya que las botas de esquí dificultan el riego en los pies con el consiguiente peligro de congelación. Nosotros lo hemos solucionado con los calcetines más térmicos que hemos encontrado y unas polainas de neopreno tuneadas. Estas polainas no son fáciles de encontrar, nosotros las conseguimos en Internet (40below.com) y recortamos la puntera y talonera para poder colocar la fijación y esquiar con ellas. Realmente calientes y efectivas.

El material más apropiado tiene dos imperativos: ligereza y fiabilidad

The appropriate material has two main objectives: lightness and reliability



The boots have to be warm and light but stiff enough to avoid us skiing safely. In altitude, soft boots make us work harder when we are breathless. Cold feet is something we have to take care of. The Ski boots make difficult the blood flow in the feet, with the consistent risk of frostbite. We have solved this with the most thermic socks we have found and also with gaiters of neoprene. These gaiters are not easy to find. We have found them in Internet (40below.com) we cut the heels and finger part down in order to fix the boot to the binding. Really warm and effective.

Esquí en altitud

Nunca llevamos cuchillas ya que cargamos con crampones y piolet de los hiperligeros. Por supuesto guantes finos y manoplas de plumas además de guantes normales. Gafas de sol y máscaras con la máxima protección solar. Arnés ligero y cordino de randonee. Arva pala y sonda de los más ligeros. Pieles mixtas. Herramienta para "ñapas" y arreglos. Y demás etcéteras como a cualquier expedición. Aconsejamos también el uso de un bastón-piolet por dos razones: con éste y un piolet ligero tenemos dos herramientas de progresión; y además, los imprevistos en este tipo de descenso pueden hacer que necesitemos llevar a mano un anclaje.

We never use CUCHILLAS, as we always take the hipper-light crampons and ice-axes. Of course, light gloves, down mittens and normal gloves. Sunglasses and goggles of highest sun protection. Light weight harnest and randonnée rope. DVA, shovel and probe, the lightest the better. Climbing skins and multifunction tools, just in case. We also recommend the use of a pole-ax for two reasons: with the pole-ax and an ice ax we have two light tools for progression, and also in case any unexpected issue occurs, on this kind of descents we may need an anchorage.

Esquí en altitud

La estrategia de ataque a una montaña alta con esquís es muy compleja. Descender con esquís y una mochila de 20 kg es algo extenuante y peligroso por lo que aconsejamos aclimatar sin ninguna prisa mientras abastecemos los campos de altura y después intentar el ataque desde lo más abajo posible y regreso al base del tirón. Si tengo que desmontar campos, lo haré tranquilamente después, cuando haya descansado. O podemos contratar porteadores de altura que nos recojan el material. Esquiar en altitud con la tienda, los sacos, la comida, hornillo y todo el resto de material es realmente complicado.

The attack strategy when climbing a high mountain on skis is very complex. Descend with skis and a backpack of 20 kg is somewhat strenuous and dangerous so we recommend to acclimate without any hurry, during the altitude camps provision. Then, try the attack from a low position and go back to the base camp directly. From there, after having rested, I will remove the altitude camps, or we can hire altitude porters to recollect the material. Skiing in altitude with the tent, sleeping-bag, food and so on, is really complicated.

Aquí en altitud

El descenso puede ser fácil o difícil técnicamente, pero lo que es seguro, es que nos vamos a encontrar con todo tipo de condiciones. Los desniveles son grandes y la nieve puede cambiar enormemente de un día a otro, sobre todo en las cordilleras de latitudes bajas, en donde al sol te cueces y con nubes te hielas. Es fácil encontrarnos con zonas de hielo vivo donde no hay cantos que agarren; o paquetones de nieve polvo que en dos días se han convertido en nieve "papa"; también son habituales los "sastruguis" debido a los fuertes vientos que en ocasiones hacen imposible la progresión con los esquís puestos; o la formación de penitentes de hielo que no hay quien atraviese. Resumiendo, nos vamos a encontrar todo tipo de condiciones por lo que estad preparados para cualquier cosa.

Está claro que esquiar en altitud es complicado, requiere una gran planificación y nos vamos a encontrar con toda clase de condiciones. Y además, vamos ha emplear un montón de días para uno o dos descensos en el mejor de los casos. PERO QUÉ DESCENSOS…

The descent may be technically easy or difficult, but it is certain that we will find conditions of any kind. The slopes are great and snow can change dramatically from one day to another, especially in low-latitude mountain ranges, where sunny days are really hot and cloudy days are really cold. It is easy to find zones with pure ice where the skis edges do not work, and then powder that becomes wet in a couple of days. Also the strong winds form the usual "sastruguis" that in many occasions make impossible the progression with the skis; or the "penitents" of ice, impossible to progress. Summing up: we will find any kind of conditions, so be prepared!

It is clear that altitude skiing is complicated, requires a lot of planning and we are going to find all kind of conditions. And besides, we have invested a lot of days only for one or two descents in the best case, BUT WHAT DESCENTS…!