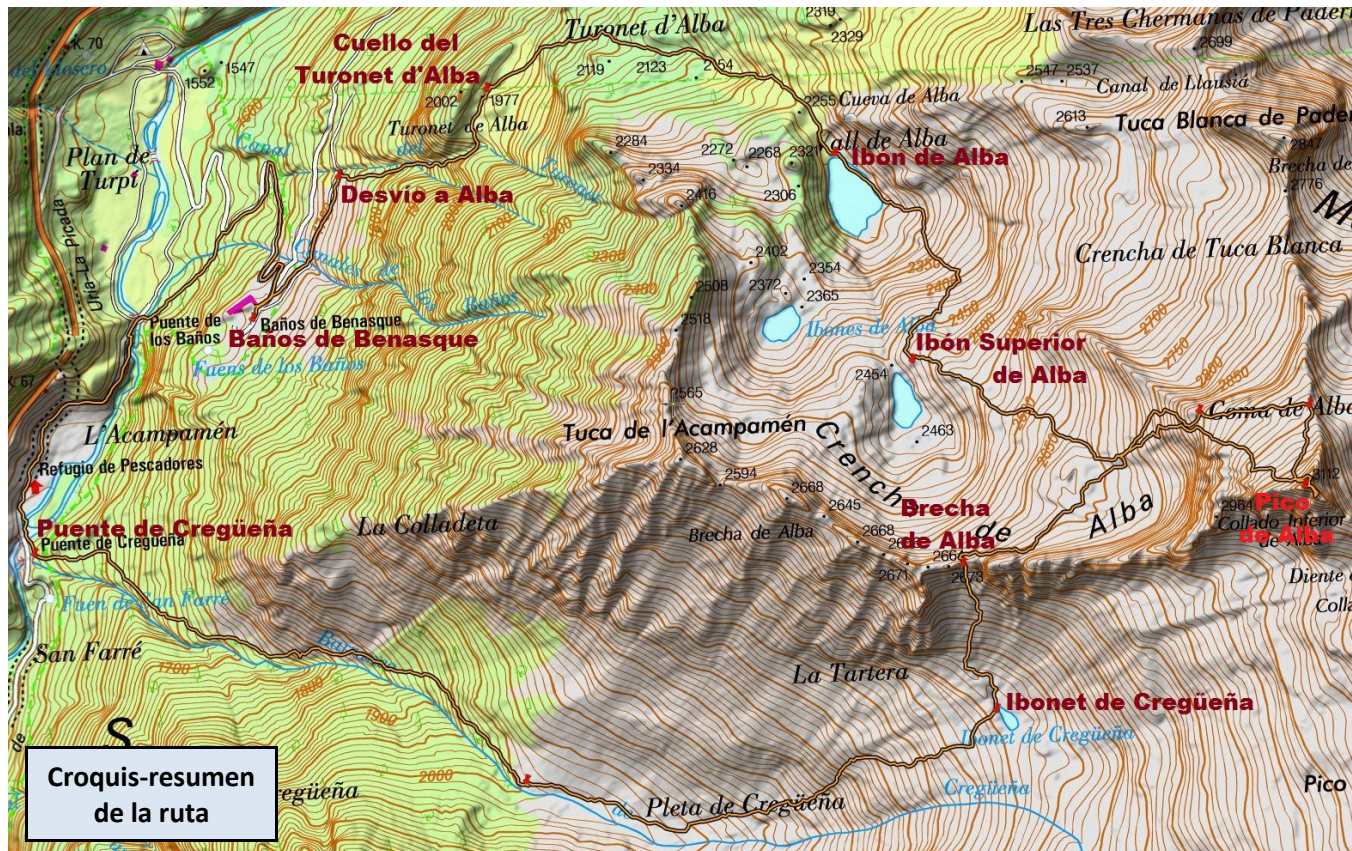


# Pico de Alba desde Baños de Benasque, descenso por Cregüena



Croquis-resumen de la ruta

Completísima ruta circular que asciende al solitario y espectacular Pico de Alba, con vistas de privilegio al Macizo de la Maladeta. Empezaremos remontando con sendas grimpadas el Canal del Turonet, para visitar los Ibones de Alba después. Volveremos por el Valle de Cregüena, que alcanzaremos a través de la Brecha de Alba.

- Acceso:** Baños de Benasque. Desde Benasque seguimos la A-139 en dirección a los Baños de Benasque, remontando el valle. En pocos kilómetros encontramos el desvío indicado a la derecha a Baños de Benasque, pasando por delante del camping Valero.
- Dificultad:** Alta. Muy importante orientarse adecuadamente.
- Época ideal:** Verano y principios de otoño.
- Cartografía recomendada:** Valle de Benasque (Editorial Alpina 1:30.000) Serie Alpina 3000
- Distancia:** 13 km. aproximadamente
- Desnivel acumulado:** +1.850m/-1.850m
- Duración:** 8:30 horas (sin paradas)



Perfil de la ruta

Pico de Alba

# Descripción de la ruta

xiruca.com

## 0:00 horas - Baños de Benasque (1.685 m)

Desde delante del balneario sale la pista asfaltada que desciende al Camping Valero y una estrecha senda que tomamos y por la que ganamos altura para dirigirnos a un pedregal, que atravesamos flanqueándolo hasta encontrar el desvío indicado a la derecha, a Alba. Por este nuevo sendero ganamos altura de manera rápida, remontando el Canal de Turonet de Alba. Para hacerlo seguimos marcas de pintura e hitos, teniendo que usar las manos en diversas ocasiones para superar fáciles pasos de grimpada. Cuando alcanzamos la altura del Turonet d'Alba, cercanos a los 2.000 metros de altura, se suaviza el camino y llegamos a una zona de prados. Por trazada senda ganamos altura progresivamente hasta el Ibón de Alba.

## 1:45 horas – Ibón de Alba (2.330 m)

Primero y más bajo de los tres Ibones de Alba. Continuamos ascendiendo por marcada senda, cada vez más pedregosa y con pendiente más pronunciada. No tardamos a llegar al nivel del Ibón Superior de Alba (2.425 m). Desde aquí, en línea recta desde la cabecera del lago, podemos identificar dos brechas muy marcadas en la accidentada Cresta de Alba, la de la derecha corresponde a la Brecha de Alba. Tomamos dirección SE, ganando altura por terreno cada vez más descompuesto e inclinado hasta salir a la Coma de Alba, donde ya divisamos el ascenso final al Pico de Alba y la Cresta de Tuca Blanca. Podemos ganar la cima buscándola directamente o acercarnos hasta la Cresta de Tuca Blanca si queremos avistar la vertiente que da a la Renclusa. En cualquier caso encontraremos hitos que nos guían para encontrar la traza más cómoda. Los últimos metros de ascenso son verticales y descompuestos, por lo que hay que vigilar para no tirar piedras.



Ibón de Alba



Punta Delmás, Pico Mir, Pico Sayó, Diente de Alba y Maladeta desde Pico de Alba

## 3:45 horas – Pico de Alba (3.105 m)

Puntas gemelas, donde no queda claro si la más alta es la nuestra o la que tenemos a unos metros. Para alcanzar la segunda hay que superar una corta y horizontal cresta, pasando al lado izquierdo de ésta para superar los pasos más complicados. Impresiona desde lejos pero no es dificultosa. Desde la segunda punta tenemos mejores vistas al Diente de Alba, a Cregüeña, a los picos Mir y Sayó y a La Maladeta.

Retornamos en dirección al Ibón Superior de Alba, con mucho cuidado de no tirar piedras pues el terreno se descompone fácilmente. Llegados a la cota 2.700, aproximadamente, dejamos el camino al Ibón de Alba y nos dirigimos a través de sendos pero transitables canchales, sin indicios de sendero ni marcas, hacia la Cresta de Alba o de los Quince Gendarmes. Caminamos bajo ella dejando atrás la primera brecha que encontramos y en la segunda, hallamos unos hitos que nos indican el paso correcto y nos ratifican que es la Brecha de Alba, a la que subimos con algún sencillo y corto paso de grimpada.

## 5:15 horas – Brecha de Alba (2.640 m)

Amplia visión del Ibonet y del Valle de Cregüeña. Hallamos algún hito que nos indica por dónde bajar, atravesando un canchal con grandes rocas, tomando siempre como referencia el Ibonet de Cregüeña (2.500 m), a donde nos dirigimos. Desde este punto iremos a buscar un camino que baja paralelo al Río Cregüeña hasta llegar a la Pleta de Cregüeña, donde el terreno se allana.

## 6:30 horas – Pleta de Cregüeña (2.000 m)

Llanos con bucólicos prados. Al final de ellos, nos internamos en terreno boscoso, en paralelo al río y en fuerte descenso, hasta desembocar al Río Ésera en el Puente de Cregüeña (1.465 m). Tomamos aquí la amplia pista que sigue junto al Río Ésera hacia la derecha, aguas arriba, unos 800 metros hasta el Puente de los Baños. Un cartel y marcas de GR nos guían aquí a la senda que rompe a la derecha para alcanzar los Baños de Benasque en una media hora, llegando finalmente por pista asfaltada.

## 8:30 horas - Baños de Benasque (1.685 m)