

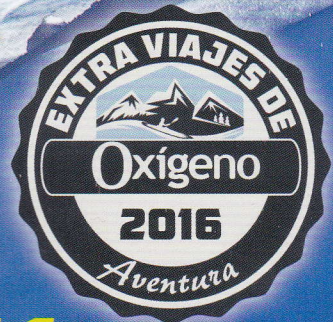
→ 10 RUTAS CON RAQUETAS DE NIEVE



3,95 €  
Núm. 83  
ENERO-FEBRERO 2016

# Oxígeno

revistaoxigeno.es



**PIRINEO**  
*ASCENSIONES INVERNALES EN EL*  
**ARAGONÉS**

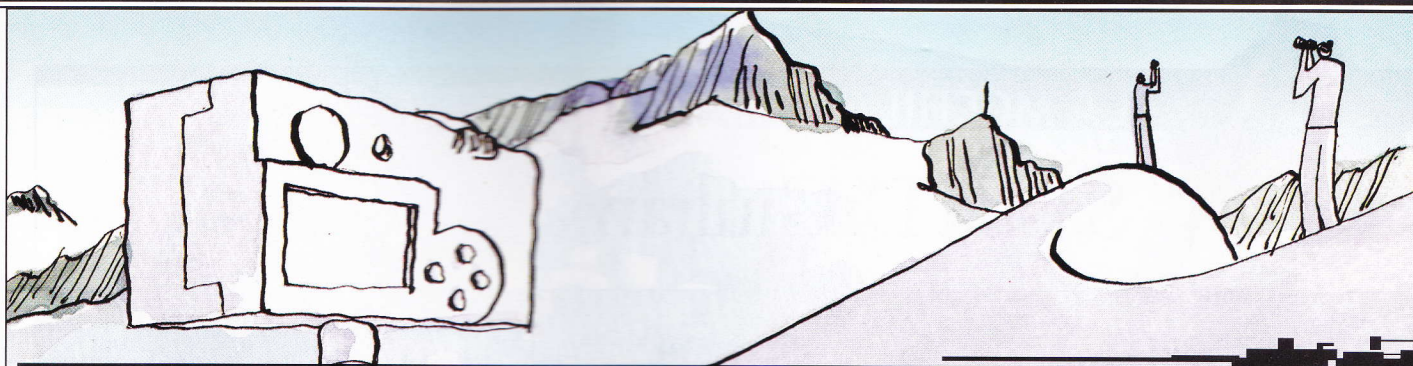
LOS **11** MEJORES  
DESTINOS DEL  
**+**  
**5** DESAFÍOS EN ESPAÑA  
**MUNDO**

**HACIA AGUAS  
SALVAJES**  
*Patagonia en packraft*

**Apocalipsis**  
*¿Sobrevivirás cuando llegue?*

**Meteorología**  
*QUÉ HAY DETRÁS DE UNA PREVISIÓN*

TEST  
**“BAJO CERO”**  
*CÓMO ACTUAR CUANDO  
TE ATACA EL FRÍO*



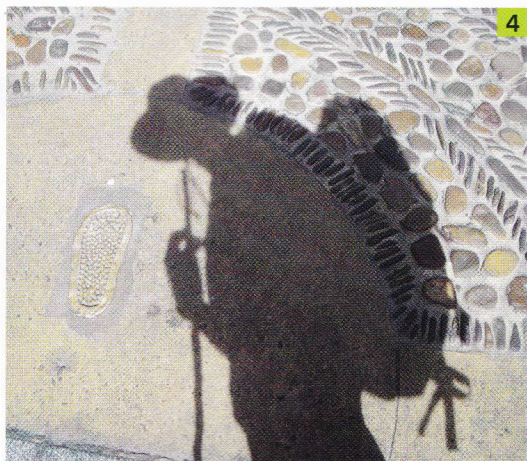
Cuéntanos tu última aventura y envíanos una foto a: [oxigeno@mpib.es](mailto:oxigeno@mpib.es)

#### 4. Donde hay un sueño, hay un camino

¡Hola caminantes! Hace ya 4 años empezamos un grupo de amigos a realizar nuestro sueño de realizar el Camino de Santiago en 5 tramos y así cada año realizábamos las etapas que correspondieran. La gran experiencia de revivir caminos que otros han andado, disfrutar de la soledad para reencontrarte, valorar el esfuerzo, convivir con otros peregrinos, participar de la historia y la cultura y descubrir la parte esotérica, hacen que merezca la pena hacerlo.

¡Buen camino peregrino!

**Joaquín Alcaide**



#### 5. ¡Bravo a los campeones!

Bonjour Oxígeno. Los alumnos del Liceo francés de Bilbao han corrido un Mini trail de 5 km por un parque del anillo verde de la ciudad. Un precioso momento de deporte en la naturaleza. ¡Bravo a los campeones!

**Caroline Maurin**



#### 6. Ferratas astures

Hola amigos de Oxígeno, aquí os mando una foto del día 7 de noviembre, fuimos a hacer unas ferratas a Asturias. Un día perfecto: sol, amigos y buenas emociones... de esos días que recordarás siempre con una sonrisa en la cara.

**Rafa, Marisa y José Ángel.**

#### 7. Siente, Sueña, Supera

Hola amigos de Oxígeno: aquí me tenéis, en la cima del Pedraforca, emblemática montaña de la Sierra del Cadí. La hice en solitario desde Gósol, ruta más larga y más solitaria para subir a sus 2.506 metros, con un desnivel de 1.240 metros y bajando por la "terrible" tartera. Pero como dice un lema de mi colla castellera Els Nens del Vendrell: Sent, Sumia, Supera... Siente, Sueña, Supera. ¡Hasta la próxima aventura!

**Salvador Solé**

