

CATÁLOGO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS QUE SE REALIZAN EN EL MEDIO NATURAL

GRUPO 4 DEL OBSERVATORIO DE LA MONTAÑA DE ARAGÓN



OBSERVATORIO
de la Montaña de Aragón

Este documento ha sido elaborado en el marco del grupo 4 del Observatorio de la Montaña de Aragón en 2022.

Zaragoza, marzo de 2022.

CATÁLOGO DE ACTIVIDADES

El número de actividades deportivas que se practican en el medio natural en general y en la montaña en particular está en constante crecimiento. Todas estas actividades son o pueden llegar a ser importantes para el desarrollo socioeconómico del territorio.

El listado de actividades que componen el Catálogo, así como sus definiciones, constituye un documento base que facilita las funciones del Observatorio de la Montaña de Aragón y sus grupos de trabajo. Es un documento en constante proceso de revisión y actualización, para asegurar su utilidad y funcionalidad.

El Catálogo de actividades define más de 70 actividades, agrupadas en 11 familias.

Familia	Número de actividades
Montaña y escalada	21
En nieve	12
Acuáticas	11
Aéreas	10
Otras	7
Ciclismo	5
Vehículos de motor	4
Ecuestre y similares	2
Caza y pesca	2
Subterránea	1
Subacuáticas	1

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
1	ME-01	Montaña y escalada	Senderismo	Actividad de desplazamiento en espacios naturales, realizada caminando, cuyo objetivo es el recorrido de senderos y caminos señalizados o no.
2	ME-02	Montaña y escalada	Montañismo	Actividad de desplazamiento en montaña, realizada caminando, cuyo objetivo es el ascenso a montañas pudiendo emplear, en su caso, las técnicas y materiales de escalada, alpinismo o esquí.
3	ME-03	Montaña y escalada	Alta montaña/alpinismo	Actividad de desplazamiento en montaña por terreno escarpado o abrupto sin camino definido. Puede ser necesario el uso de material técnico para una progresión segura (riesgo de caídas en altura y a distinto nivel). Progresión por pendientes de nieve y/o hielo en las que el uso del piolet sea necesario como elemento de seguridad para la auto detención o como elemento de tracción.
4	ME-04	Montaña y escalada	Travesía o trekking	Recorrido excursionista de varias jornadas de duración a través de zonas montañosas o rurales, con diferentes puntos de pernoctación.
5	ME-05	Montaña y escalada	Micología	Actividad de desplazamiento en espacios naturales, realizada caminando, cuyo objetivo es la recolección de setas y hongos.
6	ME-06	Montaña y escalada	Actividad de orientación	Adaptación recreativa de la carrera de orientación para uso turístico.
7	ME-07	Montaña y escalada	Marcha nórdica	Práctica de caminar con unos bastones especialmente diseñados para el desarrollo de esta actividad física, con el objetivo de optimizar el esfuerzo físico realizado en el movimiento bio-mecánico del cuerpo al andar.
8	ME-08	Montaña y escalada	Observación de fauna/flora/gea	Actividad de desplazamiento en espacios naturales, realizada caminando, cuyo objetivo es la contemplación y el estudio de animales, plantas o formaciones geológicas.
9	ME-09	Montaña y escalada	Talleres de supervivencia	Actividades que buscan dar a conocer el medio natural de una forma diferente, aprender qué se puede obtener de él, cómo orientarse, cómo fabricar herramientas con recursos naturales, cómo reconocer plantas comestibles o cómo construir un refugio para pasar la noche.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
10	ME-10	Montaña y escalada	Carrera por montaña o trail running	Carreras por baja, media y alta montaña, ya sea estival o invernal, realizándose el itinerario a pie y en el menor tiempo posible.
11	ME-11	Montaña y escalada	Canicross	Actividad de correr con un perro atado a la cintura con un cinturón y una línea de tiro que va hasta el arnés del perro. Se realiza por baja, media y alta montaña, ya sea estival o invernal, a pie y en el menor tiempo posible.
12	ME-12	Montaña y escalada	Escalada clásica	Actividad de progresión por paredes de roca, laderas escarpadas u otros relieves naturales caracterizados por su verticalidad, empleando mayoritariamente medios de aseguramiento recuperables.
13	ME-13	Montaña y escalada	Escalada deportiva	Actividad de progresión por paredes de roca provistas de vías equipadas con seguros fijos colocados en la pared para garantizar la seguridad del escalador. La escalada se realiza utilizando únicamente el relieve natural de la roca para progresar.
14	ME-14	Montaña y escalada	Escalada en bloque	Actividad consistente en escalar bloques naturales o artificiales de alturas reducidas, sin la utilización de cuerdas ni medios intrusivos para su protección.
15	ME-15	Montaña y escalada	Escalada en alta montaña y crestas	Escalada que se realiza en vías y crestas por terreno de alta montaña y en las que es necesario el uso de material y técnicas de escalada para una progresión segura.
16	ME-16	Montaña y escalada	Escalada mixta	Actividad que combina técnicas de escalada en hielo y escalada en roca, utilizando elementos de progresión para la escalada en hielo y técnicas de protección, anclajes y aseguramiento de la escalada en roca.
17	ME-17	Montaña y escalada	Dry tooling	Modalidad de escalada mixta que se realiza en ausencia de tramos de hielo, progresando solo por roca pero utilizando técnicas, elementos y material de escalada en hielo y escalada en roca.
18	ME-18	Montaña y escalada	Vías ferratas	Las vías ferratas son itinerarios horizontales o verticales equipados con diversos materiales: clavos, grapas, presas, pasamanos, cadenas, puentes colgantes y tirolinas que permiten el ascenso con seguridad a zonas de difícil acceso.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
19	ME-19	Montaña y escalada	Puenting	Salto al vacío desde un puente, en el que el practicante va sujeto con un arnés y una cuerda dinámica o una goma elástica y al caer describe un péndulo.
20	ME-20	Montaña y escalada	Barranquismo	Práctica que consiste en el ascenso o descenso de barrancos, con o sin agua, utilizando técnicas de descenso empleadas en montañismo, escalada y espeleología.
21	ME-21	Montaña y escalada	Otras actividades de montaña y escalada	Otras actividades deportivas practicadas en medio de montaña y escalada sin definición propia. Actividades deportivas de montaña y escalada de nueva creación.
22	NI-01	En nieve	Esquí alpino	Aquel que se practica dentro de una estación de esquí para el cual se utilizan remontes mecánicos, englobando distintas modalidades como tradicional, el telemark, el snowboard o surf de nieve y otros.
23	NI-02	En nieve	Esquí fuera de pistas	Aquel que se puede realizar utilizando los remontes de las estaciones de esquí, pero descendiendo siempre por pistas no balizadas o preparadas.
24	NI-03	En nieve	Esquí de fondo	Aquel que se practica en circuito marcado y preparado con máquinas.
25	NI-04	En nieve	Esquí de fondo de paseo	Recorridos con esquís de fondo fuera de los circuitos marcados y preparados con máquinas.
26	NI-05	En nieve	Esquí de montaña	Actividad de progresión en terrenos nevados, de ascenso y descenso fuera del dominio esquiable de una estación de esquí, empleando técnicas y materiales característicos del esquí de montaña.
27	NI-06	En nieve	Snowboard de montaña	Actividad de progresión en terrenos nevados, de ascenso y descenso fuera del dominio esquiable de una estación de esquí, empleando técnicas y materiales característicos tanto del montañismo como del snowboard.
28	NI-07	En nieve	Excursiones con raquetas de nieve	Actividad de progresión en terrenos nevados, empleando raquetas de nieve, sin utilizar técnicas ni materiales de esquí o alpinismo.
29	NI-08	En nieve	Escalada en hielo	Actividad de progresión en montañas con paredes de roca, nieve o hielo empleando técnicas y materiales característicos de la escalada en hielo.
30	NI-09	En nieve	Mushing	Tiro de trineos o triciclo con perros en nieve o en pista.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
31	NI-10	En nieve	Heliesquí	Vuelo en helicóptero hasta una cumbre para después protagonizar un descenso portando esquís.
32	NI-11	En nieve	Motos de nieve	Actividad que se realiza en circuitos cerrados o itinerarios permitidos en moto de nieve.
33	NI-12	En nieve	Otras actividades en nieve	Otras actividades deportivas practicadas en nieve sin definición propia.
34	AC-01	Acuáticas	Piragüismo aguas tranquilas	Actividad basada en la progresión en láminas de aguas tranquilas (lagos y embalses). Se utilizan piraguas, kayak o canoas. Se emplean las técnicas y materiales específicas de estas especialidades.
35	AC-02	Acuáticas	Piragüismo aguas bravas	Actividad basada en la progresión en cauces de ríos de aguas bravas. Se utilizan piraguas, kayak o canoas. Se emplean las técnicas y materiales específicos de estas especialidades.
36	AC-03	Acuáticas	Ráfting	Actividad basada en el descenso de cauces de ríos utilizando embarcaciones neumáticas y empleando las técnicas y materiales propios de la actividad.
37	AC-04	Acuáticas	Hidrospeed	Actividad basada en el descenso de cauces de ríos usando como medio de desplazamiento un trineo acuático que actúa como flotador utilizando técnicas y materiales propios de la actividad.
38	AC-05	Acuáticas	Surf de remo o paddel surf	Deslizamiento en la que el navegante utiliza una pala para desplazarse por el agua mientras permanece de pie en una tabla de surf. Stand Up Paddle (SUP) en su modalidad de río o de aguas tranquilas (lagos y embalses).
39	AC-06	Acuáticas	Vela ligera	Actividad basada en el desplazamiento sobre la superficie del agua (embalses y aguas interiores), empleando embarcaciones dotadas de velas y siendo el viento la fuente principal de propulsión. Se emplean embarcaciones de vela ligera de distintas clases (tamaño y forma del casco y de la vela, distinto número de tripulantes, distintos aparejos, etc.) así como las técnicas y materiales específicos de cada clase de embarcación.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
40	AC-07	Acuáticas	Tabla de desplazamiento a vela o windsurf	Actividad basada en el desplazamiento en la superficie de agua, empleando tablas de desplazamiento a vela y siendo el viento la única fuente de propulsión. Se emplean embarcaciones de distintas clases con técnicas y materiales específicos de cada clase de embarcación.
41	AC-08	Acuáticas	Flyboard	Tabla aerodeslizadora que está unida a una moto acuática, lo que permite conducir el flyboard a través del aire o el agua.
42	AC-09	Acuáticas	Kitsurf	Desplazamiento en una tabla sobre el agua en el que el viento propulsa una cometa de tracción (kite, en inglés) unida a tu cuerpo mediante un arnés.
43	AC-10	Acuáticas	Esquí náutico	Práctica que consiste en esquiar sobre una superficie de agua arrastrado por una embarcación a motor.
44	AC-11	Acuáticas	Otras actividades acuáticas	Otras actividades deportivas practicadas en medio acuático sin definición propia.
45	AE-01	Aéreas	Parapente	Actividad de desplazamiento aéreo que emplea un paracaídas de características determinadas; utiliza las laderas de las montañas para el despegue. Emplea las técnicas y los materiales característicos de esta modalidad.
46	AE-02	Aéreas	Paramotor	Actividad de desplazamiento aéreo que emplea un paracaídas de características determinadas y con motor; utiliza las laderas de las montañas para el despegue. Emplea las técnicas y los materiales característicos de esta modalidad.
47	AE-03	Aéreas	Vuelo con ultraligero o motovolero	Actividad de progresión aérea que utiliza una aeronave de características determinadas, dotada de motor. Emplea las técnicas y los materiales característicos de esta modalidad.
48	AE-04	Aéreas	Ala delta	Actividad de desplazamiento aéreo que emplea un ala de características definidas (ala delta); utiliza las laderas de las montañas para el despegue. El ala tiene que poder ser transportado e impulsado de forma autónoma por el piloto. Emplea las técnicas y los materiales característicos de esta modalidad.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
49	AE-05	Aéreas	Vuelo a vela	Actividad de progresión aérea que utiliza una aeronave (velero) de características determinadas, sin motor, utiliza medios mecánicos para producir el despegue. Emplea las técnicas y los materiales característicos de esta modalidad.
50	AE-06	Aéreas	Paracaidismo	Actividad de descenso aéreo desde una aeronave utilizando un paracaídas para amortiguar la velocidad del descenso.
51	AE-07	Aéreas	Salto base	Actividad de descenso aéreo desde un objeto fijo y de altitud limitada utilizando un equipo especializado para estabilizar la posición y amortiguar la velocidad de descenso.
52	AE-08	Aéreas	Vuelo en globo	Actividad de progresión aérea que utiliza una aeronave (globo aerostático) que se sostiene en el aire en virtud de su fuerza ascensional, no propulsada por motor.
53	AE-09	Aéreas	Vuelo en avioneta	Actividad que consiste en realizar recorridos turísticos en avioneta.
54	AE-10	Aéreas	Otras actividades aéreas	Otras actividades deportivas practicadas en medio aéreo sin definición propia.
55	CI-01	Ciclismo	MTB XC	Especialidad de ciclismo de progresión en espacios naturales, empleando las técnicas y maquinaria características del ciclismo de montaña.
56	CI-02	Ciclismo	MTB Enduro	Especialidad de ciclismo de montaña que mezcla tramos de ascenso y descenso y que combina la exigencia técnica del ciclismo de descenso y la resistencia del trail. Las bicicletas empleadas son una mezcla entre las empleadas en el trail y el cross country (XC).
57	CI-03	Ciclismo	Ciclismo de paseo o por carretera (Cicloturismo)	Desplazamiento de un lugar a otro en bicicleta para estudio, recreo o diversión.
58	CI-04	Ciclismo	Helibike	Vuelo en helicóptero hasta una cumbre para después protagonizar un descenso en bicicleta de montaña.
59	CI-05	Ciclismo	Otras actividades de ciclismo	Otras actividades deportivas practicadas en ciclismo sin definición propia.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
60	CP-01	Caza y pesca	Actividad de caza deportiva	Actividad recreativa relacionada con el ámbito de la caza.
61	CP-02	Caza y pesca	Actividad de pesca deportiva	Actividad recreativa relacionada con el ámbito de la pesca deportiva.
62	EC-01	Ecuestre y similares	Hípica (Paseos ecuestres)	Excursiones y paseos a caballo siguiendo un recorrido previamente definido.
63	EC-02	Ecuestre y similares	Paseos en otros animales	Excursiones y paseos en otros animales siguiendo un recorrido previamente definido.
64	ST-01	Subterránea	Espeleología	Actividad de exploración y progresión en cavidades de suelo, simas, ríos subterráneos, grutas y cavernas, empleando técnicas y materiales característicos de la espeleología.
65	SA-01	Subacuáticas	Escafandrista	Actividad de desplazamiento subacuático en la que se utiliza un equipo individual (escafandra autónoma) que permite el desplazamiento debajo del agua con entera independencia y sin enlace con la superficie. Se respira aire comprimido y se emplean las técnicas y los materiales propios de la actividad (botellas, reguladores, etcétera).
66	VM-01	Vehículos de motor	Todoterreno con motor (Ruta 4x4)	Actividad que consiste en realizar recorridos en vehículo todoterreno en circuito cerrado o itinerarios permitidos siguiendo un itinerario previamente establecido.
67	VM-02	Vehículos de motor	Quads	Actividad que se realiza en circuitos cerrados o itinerarios permitidos siguiendo un itinerario previamente establecido en vehículos especiales: todoterreno de cuatro ruedas y máximo de dos plazas, variante de la motocicleta.
68	VM-03	Vehículos de motor	Moto enduro	Especialidad de motociclismo que mezcla tramos de ascenso y descenso por terrenos técnicos de montaña y que requiere de técnica, habilidad y resistencia.
69	VM-04	Vehículos de motor	Otras actividades con vehículos de motor	Otras actividades deportivas practicadas con vehículos a motor sin definición propia.
70	OT-01	Otras	Circuito multiactividad	Recorridos que combinan la práctica de actividades de puentes colgantes, tirolinas, pasamanos, puentes tibetanos, entre otros.

ID	ID2	Familia	Actividad	Definición
71	OT-02	Otras	Arborismo	Actividad que implica el desplazamiento entre los árboles. Se realiza por medio de puentes colgantes y troncos suspendidos entre la copa de los árboles, a varios metros de suelo.
72	OT-03	Otras	Tirolina	Actividad realizada en una estructura formada por una polea suspendida por cables montados en un declive o inclinación.
73	OT-04	Otras	Paintball y similares	Actividad practicada al aire libre en la que se libra una batalla de bolas de pintura entre dos equipos por la posesión de un objetivo.
74	OT-05	Otras	Tiro con arco	Actividad basada en el tiro con flechas con la ayuda de un arco, con el objeto de acertar en un punto o lugar fijo desarrollado en un espacio natural.
75	OT-06	Otras	Zorbing o esferismo	Práctica recreacional en la que personas ruedan dentro de una esfera sobre una superficie acuática o sobre la nieve.
76	OT-07	Otras	Otras actividades deportivas no definidas	Otras actividades deportivas practicadas en el medio natural sin definición propia y de categoría general.