

Iztaccíhuatl Pecho



PONCEDELEÓN

Iztaccíhuatl 5,220 msnm.



PONCEDELEÓN

Iztaccíhuatl Pecho

5,220 mts. / Desnivel 1,300 mts.

El Iztaccíhuatl o mujer dormida es la tercera cumbre más alta de México.

Cuenta con varias cimas, siendo “El Pecho” la de mayor de altura.

Nuestra salida tiene como objetivo alcanzar la cumbre y pasar una noche en la montaña en tiendas de campaña para adquirir la experiencia de dormir en un campo alto.

El ascenso comienza en el punto conocido como La Joya a 3,900 metros. De aquí, descenderemos unos 100 metros a la base de la cañada de Alcalica para comenzar a ascender al sitio del campamento alto conocido como Cruz de Rosas, a 4,400 metros. Esto nos tomará unas 3 horas y se realiza por una pendiente de arenales que en algunos tramos son muy sueltos.

En Cruz de Rosas nos esperaran las tiendas que han cargado los porteadores además de comida y equipo común. **Cada participante es responsable de cargar su propio equipo individual: colchoneta, saco de dormir y ropa extra.**

Después de instalarnos en las tiendas comenzaremos a hidratarnos y tendremos una cena temprana para despertarnos de madrugada al día siguiente.

Iztaccíhuatl Pecho

Desayunaremos algo ligero para empezar a caminar a las 4 de la mañana. Las primeras 2 horas de ascenso discurren por terreno suelto y algo empinado en algunas partes. A los 4,750 metros nos unimos a la ruta “normal” en el lugar conocido como “zona de refugios”.

De este punto seguiremos por la arista que culmina en las rodillas a 5,000 mts. Este tramo incluye pedrera muy inestable y algo de trepada en roca.

De las rodillas a la cumbre principal recorreremos kilómetro y medio pasando por varias cimas y atravesaremos el glaciar de la “panza”. Este recorrido nos llevara aproximadamente una hora y media.

Para el descenso tomaremos la misma ruta pasando una vez más por el campamento alto a tomar el equipo que dejamos ahí y continuar de regreso a La Joya, unas 5 horas más tarde.

Levantado el campamento descenderemos a La Joya esperando estar de regreso a las 4 de la tarde.

Itinerario

Día 1 (llevar lunch de caminata para el día 1)

6:55- Punto de reunión en: Parque Delta (<https://goo.gl/maps/eXs4TcGqJau>).

7:00 - Salida del punto de reunión: Parque Delta. Siguiendo a los guías hacia la montaña.

9:00 - Arribo a La Joya (3,900msnm) y revisión de equipo.

10:00 - Comienzo del ascenso a Cruz de Rosas (4,400 msnm).

13:00 - Arribo a Cruz de Rosas o “campo alto” **Comida en montaña**

17:00 - Montar campamento. **Cena**

Día 2

3:00 - **Desayuno ligero**

4:00 - Comienzo del ascenso a la cumbre del Iztaccíhuatl. **Lunch caminata**

10:00 - Llegada a la cumbre – comienzo del descenso.

13:00 - Regreso al campamento alto.

15:00 - Llegada a La Joya y a los autos.

17:00 - Arribo a Ciudad de México: Parque Delta.

***Comida en montaña incluida.**

¿Qué necesito llevar?

- Equipo personal de montaña detallado en la lista a continuación.
- Lunch personal de caminata para el día 1:
 - Barras de granola o energéticas, nueces, sandwich de crema de cacahuete, sandiwch de jamón y queso, fruta.
- 2 litros de agua y/o gatorade.

Equipo personal de montaña para Iztaccíhuatl

Equipo de montaña:

- ✓ Botas de trekking
- ✓ Botas de alta montaña indispensables
- ✓ 1 Mochila con 45 litros de capacidad
- ✓ Sleeping Bag de -10 grados centígrados en confort (recomendamos plumón 750gms)
- ✓ Colchoneta para dormir.



Equipo personal de montaña para Iztaccíhuatl

Parte superior:

- ✓ 2 playeras dry-fit manga larga.
- ✓ Sweater de polar tech.
- ✓ Chamarra de fleece o forro polar.
- ✓ Chamarra rompe vientos (goretex o similar)
- ✓ Guantes ligeros de fleece, polipropileno o capilene
- ✓ Guantes impermeables tipo ski.
- ✓ Chamarra de pluma o primaloft.



Cabeza:

- ✓ Gorro de lana o sintético
- ✓ Buff
- ✓ Gorra para el sol.



Equipo personal de montaña para Iztaccíhuatl

Parte inferior:

- ✓ Malla dry-fit.
- ✓ Malla polartec o fleece.
- ✓ Pantalón de treking.
- ✓ Pantalón rompe vientos/goretex.
- ✓ Calcetas de treking.
- ✓ Calcetas de montaña.



Misceláneos:

- ✓ Dos Botellas de agua de 1 litro de capacidad.
- ✓ Filtro/Protector Solar
- ✓ Lentes para el sol
- ✓ Botiquín Personal
- ✓ Carmex o protector de boca.
- ✓ Lámpara frontal & baterías extras



Costo de la expedición

Iztaccíhuatl Cumbre: El costo puede variar según el número de personas.

Incluye:

- Guías con experiencia internacional y certificación WFR (certificación en primeros auxilios en zonas remotas).
- Toda la comida en montaña. [Azul](#)
- Entradas al parque Izta-Popo.
- Equipo técnico individual: cascos, arnés, bastones y crampones.
- Equipo común: cuerdas, botiquín, radios, tiendas, estufas, tanque de oxígeno, etc...
- Porteadores para equipo común y equipo técnico (tiendas, comida, cuerdas, arnés crampones).
- Asesoría en entrenamiento y equipo personal necesario.

No incluye:

- Lista de equipo personal de montaña presentado en la lista anterior.
- Lunch de caminata el día 1 del itinerario.
- Transporte de CDMX a la montaña.

Costo de la expedición

Iztaccíhuatl Cumbre: El costo puede variar según el número de personas.

Número de cuenta

Favor de enviar comprobante del depósito una vez realizado.

NÚMERO DE CUENTA

BANAMEX
HECTOR MARIO PONCE DE
LEÓN GÓMEZ
CLABE: 002180032162762635
CUENTA: 6276263
SUCURSAL: 321
CTA CHEQUES: 3216276263

PONCE DE LEÓN



PONCEDELEÓN

Políticas de Ponce de León Expediciones

- El costo de la expedición debe estar cubierto 5 días previos a la salida.
- La disminución del equipo (número de personas), puede ocasionar un cambio en el costo por participante en la expedición.

Cancelaciones:

- 3 días previos – 50% devolución
- 2 y 1 día previos y No se presentó – No hay devoluciones.
- El pago puede ser transferibles si encuentra a una persona que cumpla con los requisitos de la expedición.
- Todos los expedicionarios tendrán que llenar y firmar una solicitud con información médica.
- La falta de algún artículo de equipo personal de montaña, puede impedirte el ascenso.
- Ponce de León se reserva el derecho a retirar de la expedición a cualquier participante si a juicio de un Guía de Ponce de León Expediciones esto es en el mejor interés del participante.

Políticas de Ponce de León Expediciones

No existen devoluciones en caso de:

- Causas externas a Ponce de León Expediciones por las cuales no se pudiera realizar o terminar la expedición (clima, cierre de parques, etc..).
- Al momento de la expedición el participante no cuente con el equipo necesario, se enferme, se lesione o por alguna circunstancia externa a nosotros no pueda seguir.
- En el caso de la cancelación sea por parte de Ponce de León Expediciones, el participante podrá optar por el reembolso del 100% de su anticipo o por tomar el viaje en otra fecha.

Gracias, haremos todo lo posible para que esta sea el comienzo de una gran experiencia a través de la aventura.

