



■ Ruta Plemenice, desde la cima del Triglav



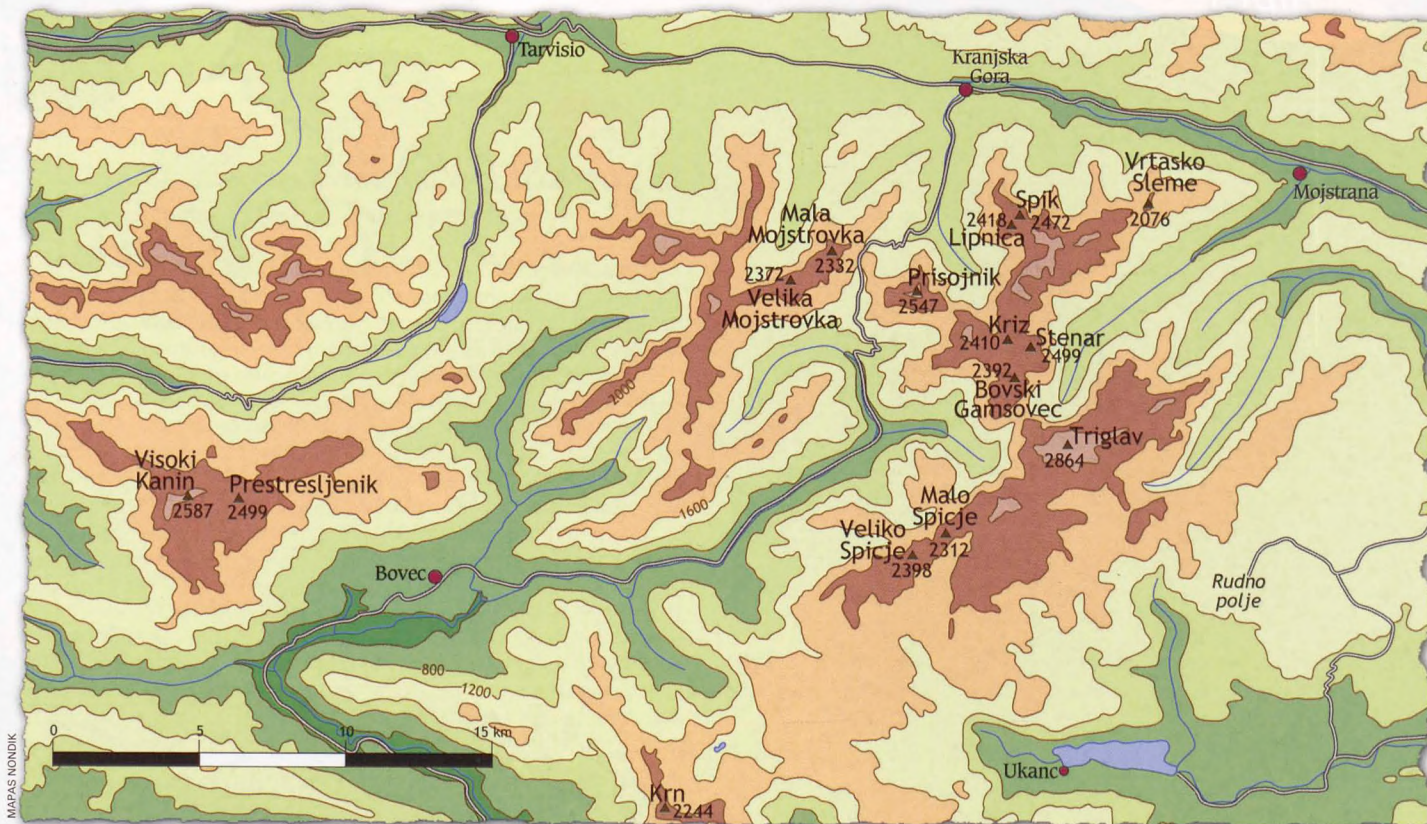
Luisa Alonso Cires

Alpes Julianos de Eslovenia

LA gente de Eslovenia siente una asombrosa devoción por sus montañas. Forman parte esencial de un pequeño territorio al que está profundamente ligada y en el que ha mantenido sus costumbres y su lengua, incluso mientras formaba parte de grandes imperios y estados europeos. De una población de dos millones de personas, más de ochenta mil pertenecen a la federación alpina eslovena. Esta pasión se palpa singularmente en el Triglav, la cumbre más alta del país, donde hombres y mujeres de todas las edades se esfuerzan en trepar su aéreo cresterío para tocar la torreta que corona la cima al menos una vez en la vida.



■ Dlakavi lepa (Adenostyles alliariae)



LOS Alpes Julianos deben su nombre a Julio César, el emperador romano que los incluyó en sus dominios. Se extienden por el noroeste de Eslovenia, invadiendo una pequeña parte del noreste de Italia. Su roca caliza, porosa y extraordinariamente clara, se alía con el agua para formar sistemas cársticos de altura únicos, murallones tallados en vertical, planicies rotas por grietas profundas, sumideros, gargantas, cascadas y profundas cuevas. Los cresteríos no llegan a los tres mil metros de altitud, lo que permite que bosques y prados alpinos (*polje*) se acerquen desde los valles hasta muchas cumbres. Buena parte de los Alpes Julianos de Eslovenia pertenecen al Parque Nacional del Triglav (*Triglavski Narodni Park*), concebido por primera vez en 1908, aunque la extensión actual de 880 km² se estableció en 1981. En el año 2003, el Triglavski Narodni Park y la región que lo rodea fueron declarados *Reserva de la Biosfera*. Este territorio de orografía compleja está cruzado por la Ruta Alpina Eslovena (*Slovenska planinska pot* ó *Transversala*), un sendero marcado que llega hasta las principales cimas y que, junto a otras sendas señalizadas, une dolinas y macizos, apoyada por una amplia red de refugios (*dom* ó *koca*) bien mantenidos.

Todas las rutas que se describen a continuación están señalizadas con marcas de pintura: punto blanco en círculo rojo, una o dos líneas rojas, y un "1" cuando pertenecen a la Ruta Alpina Eslovena. Las desviaciones se indican con carteles rojos en los que figuran los horarios o con pintura en la roca. Los senderos están generosamente marcados y equipados para facilitar la progresión: se han tallado escalones en la roca, hay cables, clavijas y peldaños metálicos en las zonas más expuestas o deslizantes, y en algunos lugares se han colocado troncos para frenar la erosión. La orografía de estas montañas exige un grado estimable de forma física. A pesar de no llegar a los tres mil metros, los desniveles desde los valles son considerables y los senderos se empinan sin compasión por bosques y contrafuertes, especialmente en la vertiente norte. Se puede repartir el es-

fuerzo en más de una jornada recurriendo a los refugios, un apoyo indispensable en el caso de efectuar travesías.

1 Mala Mojstrovka (2332 m) y Velika Mojstrovka (2372 m), pedreras blancas

Inicio: Vrsic (1611 m). **Refugio:** Ticarjev Dom (1620 m). **Desnivel:** 820 m. **Tiempo:** 3.30 h

La carretera que une Kranjska Gora y Trenta, pasando por Vrsic, es una de las más altas de Eslovenia y la única que atraviesa el Parque Nacional del Triglav. Fue construida en los turbulentos años de la primera guerra mundial (1914-1918) por miles de prisioneros rusos a los que el ejército austrohúngaro utilizó en sus planes estratégicos. Muchos de estos presos murieron aplastados por avalanchas, habituales en esta zona; se les recuerda en la Capilla Rusa, próxima a Vrsic. La carretera se eleva hasta 1611 m en curvas numeradas: de la 1 a la 24 por el norte y hasta la 50 por el sur.

Desde el aparcamiento de Vrsic salen varios senderos en dirección a Mojstrovka, elegimos el que asciende bajo los murallones del macizo. Las marcas cogen altura entre pinos y siguen por la cabecera del canchal hasta alcanzar un collado (1917 m, 45 min), en cuyas proximidades hay un cable de apoyo. Se traspone así a la cara sur de la montaña, un inmenso pedregal blanco con una esquina herbosa por la que la senda continúa ascendiendo. Superado un tramo de escaleras de troncos (1986 m) se llega a unos hitos. La ruta señalizada sigue por el canchal, ladeando hacia el Velika, y hay otros caminos alternativos que atraviesan las piedras. Lo más recomendable es olvidarse de la pedrera y coger por la arista, de buena roca, ascendiendo hasta llegar a la cumbre del Mala Mojstrovka (2332 m, 1.40 h). Hacia el oeste aparecen las



■ *Velika Mojstrovka y Mangart desde Mala Mojstrovka*

cimas que sobresalen sobre el valle de Tamar: Jalovec y Mangart. Al este, la mole inconfundible del cercano Prisank, seguido del cresterío del Skrlatica y la pirámide del Spik, destacando en el macizo de Godz Martuljek.

Para ir al Velika Mojstrovka (2372 m) se pierde altura hasta el collado común. Continuando por el pedregal se accede a una brecha y recorriendo una arista corta se llega a la cumbre (2.10 h). Bajamos por la misma ruta de subida (3.30 h).

2 Prisank o Prisojnik (2547 m), el guardián de Kranjska Gora

Inicio: Vrsic (1611 m). **Refugios:** Ticarjev Dom (1120 m), Postarskise Dom (1160 m). **Desnivel:** 1100 m.

Tiempo: 5.30 h

El Prisank y su vecino Razor vigilan la apacible rutina del pueblo de Kranjska Gora. Se puede llegar a su cima por varias vertientes incluida su cara norte, aparentemente inaccesible. Desde Vrsic sale una ruta que pasa por su lado oeste.

Saliendo del aparcamiento de Vrsic se toma la pista que llega al cercano refugio Ticarjev Dom y se continúa diez minutos hasta el Postarskise Dom. El sendero marcado se acerca al punto panorámico de la *Ajdovska Deklica*, "Diosa Pagana", una roca que clarea en la oscura cara norte del Prisank y en la que se puede reconocer la cara de una mujer. Después asciende y desciende la pequeña elevación de Sovna Glava, entre pinos enanos, para acceder a la pedriza que descuelga de los farallones del Prisank. Se cruza el pedregal y, al otro lado, se asciende por una zona boscosa hasta llegar a la bifurcación de Grebenska (55 minutos, 1860 m), señalizada con un cartel rojo. Nos desviamos en fuerte ascenso en dirección NW (Gladki Rob). En 15 min se sale a una pradera por la que se alcanza el contrafuerte de caliza. Pasamos junto a la impresionante Prednje Okno (2222 m, 1.50 h), una ventana abierta en la cara norte de la montaña, por la que pasa una de las rutas más atractivas a esta cima. Se sigue trepando por la roca para llegar al primer tramo protegido por cable. Superando sucesivas zonas de cable y clavijas nos situamos en el cresterío, que se recorre sin dificultad, llegando a la primera antecima (2415 m, 2.30 h). Se desciende ligeramente y cogiendo altura de nuevo pasamos por la segunda antecima (2467 m, 2.45 h). Ya solo queda atravesar diagonalmente la ladera de roca del Prisank y ascender hasta la cima, amplia y muy transitada (2547 m, 3h). Hacia el oeste son visibles el Jalovec, Mala Mojstrovka, Velika Mojstrovka y Mangart. Hacia el este el Triglav sobresale tras el Razor. En dirección norte, en el valle, Kranjska Gora. Hacia el noreste, Spik y Skrlatica.



■ Las cumbres del macizo Skrlatica

■ En la cima del Spik



Para bajar elegimos la ruta Grintovski Graben, que transcurre al este de la de subida. Por debajo de la cima se desciende por fuerte pendiente, protegida inicialmente por un cable. Tras diez minutos (E) se llega a un cruce (2224 m), donde aparece indicada la dirección a Vrsic. Tomamos esa desviación (SW). Bajando por terreno inestable y roca, con el apoyo de las manos, llegamos a un barranco. Destrepamos por varias chimeneas, amplias y protegidas con tramos de cable y clavijas, hasta llegar a un tramo herboso (2070 m, 4.10 h). Continúa el descenso y alcanzamos el sendero que fácilmente recorre la ladera sur del Prisank. Se pasa por las desviaciones a Zvoniki (1948 m) y Razor (1924 m, 4.50 h). Ladeando se llega al cruce con Grebenska, la ruta de subida, y desde allí se repite hacia atrás el recorrido de la mañana (5.30 h). Esta vez nos desviamos para ver la roca en la que se dibujan los ojos, la nariz y los labios de la diosa pagana, *Ajdovska Deklica*.



3 Lipnica (2418 m) y Spik (2472 m), en busca de la pirámide perfecta.

Inicio: Kranjska Gora (810 m), valle Velika Pisanica.

Refugio: Koca v Krnici (1113 m). **Desnivel:** 1640 m.

Tiempo: 7.30 h

La cara norte del Spik, con su audaz forma de pirámide, es una de las estampas más reconocidas de los Alpes Julianos. La ruta señalizada asciende por su vertiente sur.

A 2,5 km de Kranjska Gora comienza la pista que llega hasta el refugio Koca v Krnici, siguiendo el curso del río Pisanica. Avanzando por ella cruzamos el cauce del río, en parte seco, que recorre el valle Kranica hasta llegar al Koca v Krnici (1113 m, 1h). En sus inmediaciones dos piedras indican las direcciones del Spik (NE) y del Kriz (SE). Tomando el sendero del NE llegamos al bosque de Gruntovnica. Se asciende entre pinos, cruzando varias veces las caídas de piedras y acercándonos a la cabecera del valle. Ladeamos (N) una amplia pedrera y ganamos altura entre arbustos cada vez más bajos. El sendero se empina bajo el Gamsova Spica (1931 m), cerca de una hendidura que permite ver los farallones rocosos del Skrlatica, y llega a un contrafuerte con una arista corta provista de unos 20 m de cable. Es la

antecima del Lipnica, a cuya cumbre llegamos en unos minutos (2418 m, 4 h).

Desde el Lipnica es visible (NE) el Spik, separado por un corto cresterío con algunos tramos de cable. Superada la arista, ya solo nos queda trepar la pala que nos separa de la cima (2472 m, 4.40 h). Hay un buzón con libro de firmas y el acostumbrado sello clavado en una roca próxima para documentar el momento. La niebla que nos ha acompañado en la última parte se apiada y nos deja ver las paredes escarpadas del Skrlatica (SE) y abajo, en el valle, las casas de Godz Martuljek.

La bajada se realiza por el Kacji graben, una pedrera extensa que cae en picado desde la base del Spik. Destrepada la pared que lleva a la cima, evitamos volver al cresterío del Lipnica girando al suroeste, pasando al lado de un nevero y dejándonos caer por los senderos apuntados entre los canchales. Se baja en directo, sin compasión para las piernas, deslizándonos a ratos y con algún mínimo zigzag. A unos 1990 m abandonamos el pedregal para avanzar por hierba. Cien metros más abajo el sendero se esconde entre los primeros pinos; en varios tramos hay clavijas, cable y pequeñas escalas que facilitan el duro descenso en el bosque. Finalmente, tras atravesar un cauce seco con grandes bloques, llegamos a la pista que ladea el río Pisanica (7.10 h). Ya solo quedan 20 minutos hasta el punto de inicio de la mañana.



■ Razor y Prisank, desde Gruntovnica

4 Vrtasko Sleme (2076 m), un mirador verde

Inicio: Mojstrana (690 m). **Desnivel:** 1400 m.
Tiempo: 5.30 h

Esta es una montaña aparentemente modesta, cubierta de pinos y hayas casi hasta la cima y rodeada por los vecinos macizos del valle de Vrata y de Godz Martuljev. Pero no hay que dejarse engañar por esta apariencia sencilla: el sendero hasta la cumbre salva desniveles notables que la sombra del bosque no atenúa. Su principal mérito: es un excelente mirador.

La ruta comienza a las afueras del pueblo de Mojstrana, en dirección al valle de Vrata, coincidiendo en su inicio con el sendero al Grancisek (844 m). En dirección norte sale un camino señalizado que entra en el bosque de Pogorisce. Pronto la suave pendiente se torna en una empinada línea que atraviesa los árboles en vertical. En una hora salimos a un mirador (1110 m) desde el que se alcanza a ver Mojstrana. La senda vuelve a la espesura del arbolado para atravesar un portillo (1360 m, 1.5 h) y pasar por un indicador de madera colgado en un pino. Se supera una charca artificial que recoge el agua de lluvia y llegamos al claro que aloja el refugio Vrtaska planina (1430 m, 2 h), con vistas al macizo del Triglav. Girando hacia el norte cruzamos una pradera plagada de flores y volvemos al bosque. Lo atravesamos para llegar a un pastizal con un bebedero de madera, desde donde se accede al collado de Njivice (1800 m, 2.30 h). Hacia el este y en veinte minutos se alcanza la cumbre próxima del Vrtaski vrh (1898 m). Partiendo de Njivice y hacia el oeste, el camino cruza una vaguada para continuar por una suave arista de hierba, desde la que descuelgan los contrafuertes de la cara norte y por la que se llega a la cima (2076 m, 3.30 h). Enfrente aparece el Kukova Spica (2427 m), la más oriental de las montañas que custodian los prados de Godz Martuljek. En dirección sureste las nubes abrazan las primeras crestas de la cadena del Triglav.

La bajada la realizamos por la misma ruta, mientras una lluvia refrescante cae sobre nuestras cabezas y mochilas.



■ Bosque de Pogorisce, en la subida al Vrtasko Sleme

5 Stenar (2499 m), Kriz (2410 m) y Bovski Gamsovec (2392 m), plantando cara al Triglav

Inicio: Aljavez Dom (1016 m, valle de Vrata).
Desnivel: 1940 m. **Tiempo:** 8.30 h

Si no fuera por el vecino Triglav, el Stenar, una mole de paredes escarpadas que superan los 2500 metros, sería la estrella del valle de Vrata. Comparte collados con el Kriz y con el Bovski Gamsovec, otros atractivos miradores.

Empieza el camino en el aparcamiento próximo al refugio Aljavez Dom, al que se llega desde Mojstrana, y continúa por un sendero que se adentra en un arbolado frondoso. Toma-

mos la segunda desviación a la derecha, señalizada hacia el Stenar (1055 m, 25 min) y remontamos la ladera del bosque de Bukovje, hasta situarnos en el valle de Sovatna, rodeado de los farallones que descuelgan del Stenar y del Bovski Gamsovec. Concluido el tramo herboso se llega a una pedrera de grandes bloques (1600 m, 1.45 h). Las marcas trepan por un contrafuerte acondicionado con varios tramos de cables y remontan un canchal en pendiente, bajo las paredes del Stenar, llegando a una cubeta amplia en la que aún se mantiene un nevero (2150 m, 3h). Bordeándola alcanzamos el collado Doska vrata (2180 m, 3.30 h). Hacia el sureste es visible el refugio Pogacnikov Dom, en el llano de Kriski, por encima del semioculto valle de Trenta. Hacia el norte aparecen las moles del Kriz y del Stenar, compartiendo el collado Stenarska vrata (2295 m), donde un grupo de ibex exhiben su poderosa cornamenta.

Nos dirigimos hacia el collado Stenarska vrata y, permaneciendo por debajo de él, nos situamos en el cruce Kriz-Stenar. Girando hacia el este, por un cómodo canchal, ascendemos hasta un contrafuerte. Tras una trepada corta se zigzaguea en amplias lazadas hasta llegar a la cumbre del Stenar (2501 m, 4 h).

Retrocedemos hasta la bifurcación Kriz-Stenar y esta vez seguimos al oeste. Nos elevamos para acercarnos a la muralla y llegar hasta una horcada, desde la que es visible el cable previo a la cumbre del Kriz (2410 m, 4.50 h).

De vuelta al collado Dovska vrata, remontamos la senda que recorre la arista de hierba y roca del Bovski Gamsovec hasta que el cresterío se afila. Entonces el sendero ladea a media altura (2300 m), por la expuesta pared este, asegurada con varias hileras de cable que serpentean montaña arriba. Se superan un par de chimeneas por las que trepamos con la ayuda de clavijas y escalones metálicos. Así se sale de nuevo al filo de la arista, desde donde llegamos con el apoyo de manos a la cumbre del Bovski Gamsovec (2392 m, 5.50 h).

Se puede regresar al valle de Vrata bajando en dirección SW, por el cresterío oeste del Bovski Gamsovec (equipado) hasta el collado de Luknja. Sin embargo, la amenaza de tormenta, que finalmente descarga sobre las cimas, nos aconseja volver por el más protegido valle de Sotvana, la ruta de subida (8.30 h).

■ La cara norte del Triglav, sobre el Aljazeu Dom

Estas tres cimas son accesibles también desde el refugio Pogacnikov Dom (2050 m), situado a los pies del Razor, al que se llega desde el valle de Trenta.

6 Veliko Spicje (2398 m) y Malo Spicje (2312 m), el mirador de los lagos del Triglav

Inicio: Dom Savica (653 m). **Refugio:** Koca pri Triglavski jezerih (1685 m). **Desnivel:** 1950 m. **Tiempo:** 10.45 h

El valle de los lagos del Triglav es uno de los más hermosos de los Alpes Julianos y una de las rutas al Triglav, razones por las que esta zona recibe muchas visitas. El agua y su acción sobre la roca han creado un área de enorme interés botánico y geológico, con prados alpinos bañados por sucesivos lagos (*jezero*: lago) que se ocultan en el carst. A nuestro objetivo, el Veliko Spicje (*veliko*: grande), se le llama también Lepa Spica (*lepa*: hermoso). Por el valle de Bohinj muestra su cara amable, mientras sus contrafuertes más espectaculares caen sobre el valle de Trenta.

La ruta se inicia en el Dom Savica, a 4 km de Ukanc, en las proximidades del lago Bohinj. Cruzando el puente sobre el río Savica se camina por pista durante unos minutos, para girar en dirección hacia al bosque. Inicialmente se asciende por un camino ancho, a la sombra de pinos y hayas. Es solo un pequeño respiro, pronto la senda se estrecha y empina, acercándose al murallón rocoso de Komarca, donde aparecen las primeras ayudas: clavijas y cable para facilitar la progresión. Se sube bruscamente, trepando a ratos, agarrando y pisando metal, hasta 1270 m (1.15 h). Entonces la pendiente se suaviza para acercarnos al oscuro Crno jezero (Lago Negro, 1294 m), escondido entre los árboles. El camino atraviesa una mancha de abetos trazando grandes lazadas y vuelve a empinarse. A 1650 m (2.45 h) hay un cruce señalando la dirección de Stara Fuzina y del Koca pri Triglavski jezerih. Siguiendo esta última (NW), llegamos a las proximidades del Dvojno jezero (Doble lago) y al refugio (1685 m, 3h).



Estamos en pleno valle alpino, plagado de arbustos y flores rodeando a los dos lagos, con el Veliko Spicje y su cresterío a espaldas del refugio. Saliendo de éste en dirección norte, pronto encontramos la desviación (NW) al Veliko (1775 m, 3.15 h). Seguimos una senda que se pierde entre flores y plantas, subiendo y bajando hasta llegar a terreno cárstico desnudo. En las proximidades de la pared trepamos por una mancha herbosa que antecede a una canal provista de un cable, con alguna clavija suelta. Finalmente, progresando en zigzag, llegamos a la cima del Veliko Spicje (2398 m, 5.15 h). Hay un hito con el tronco de un pino, un buzón con libro de firmas y un sello incrustado en una roca. Hacia el este destaca la muralla aislada del Kopicica y del Zelnarica, todo roca, bajo la que se esconden el Ledvika jezero (Lago Riñón) y el Zeleno jezero (Lago Verde); hacia el NE el Kanjavec y detrás el Triglav.

Continuamos por el cresterío en dirección NE, perdiendo altura. El sendero marcado avanza a ratos por el borde del macizo, a ratos a media altura, recorriendo las dos vertientes de la montaña. Se sobrepasan dos cotas de 2355 m y 2320 m, con tramos de clavijas en las zonas más expuestas. Antes de afrontar la última cumbre descendemos hasta 2200 m, desde allí alcanzamos por hierba y roca la cima del Malo Spicje (2312 m, 6.40 h), señalada con un hito. Hacia el norte es visible el refugio Zasavska koca.

Descendemos en esa dirección, atravesando un extenso lapiaz de superficies redondeadas y blancas, rotas por grietas. Antes de llegar al refugio se alcanza el cruce (2074 m, 7.10 h) que nos llevará hacia el sendero que sube al Kanjavec y Triglav, y baja al Koca pri Triglavski jezerih. Bajamos por él y, pasando por los lagos que vimos desde la cumbre, llegamos de vuelta al refugio (8.40 h). Por la ruta de subida volvemos al Dom Savica (10.45 h).

■ *Subiendo el cresterío del Triglav*

7 Prestresljenik-Monte Forato (2499 m) y Visoki Kanin-Monte Canin (2587 m), montañas fronterizas

Inicio: Bovec, estación superior del telecabinas (2202 m).
Desnivel: 750 m. **Tiempo:** 5 h

Los montes cercanos a Bovec que hacen frontera con Italia tienen doble nombre esloveno-italiano y forman parte del área de esquí que se sitúa fuera del Parque Nacional del Triglav. Terminada la segunda guerra mundial, en 1947, parte de esta zona quedó bajo control anglo-americano. Fueron los militares americanos los que organizaron las primeras competiciones de esquí. Este deporte en invierno y las actividades de aventura en las aguas turquesas del río Soca en verano atraen a miles de turistas. Se puede acceder a las cimas desde el valle, salvando el fuerte desnivel por los senderos que atraviesan la masa boscosa y las pistas de esquí. Lo más cómodo es utilizar las cabinas que llegan hasta los 2200 m y recorrer los cresteríos, lejos de las infraestructuras que cosen la montaña con torretas y cables.

Desde la explanada de piedras blancas de la estación superior se accede al Prestresljenik siguiendo las marcas que a ratos se ocultan en la pedrera. Se asciende hacia el NE, hasta llegar a un collado (2292 m). Después, girando hacia el W, nos acercamos a la pared, por la que se trepa con ayuda de clavijas, para llegar a su cima, coronada por una réplica en miniatura de la torreta del Triglav (2499 m, 45 minutos). La niebla deja ver la estación de esquí italiana, al norte, y al oeste el cordal que llega hasta el Kanin.





■ Camino del Triglav por la cara sur

Retrocedemos por la ruta de subida hasta la explanada del telecabina (1.15 h), donde nos unimos a la hilera de visitantes que salen disparados de las cabinas en dirección a la ventana del Prestreljnik, un agujero que la leyenda atribuye al diablo. La senda sale en dirección NW, asciende por la pedrera y, en la desviación al Visoki Kanin, gira hacia el NE, por debajo del cresterío del Prestreljnik, alcanzando la ventana (1.45 h).

Volviendo a la desviación de Visoki Kanin, seguimos hacia el NW, hasta superar un contrafuerte rocoso, por el que se trepa con ayuda de clavijas, alcanzando una brecha ancha (2330 m). Entramos en uno de los principales tesoros de esta montaña, el lapiaz del Kaninski podi, de gran valor geológico. El sendero continúa por debajo del cresterío. Trepando, con alguna ayuda metálica, se alcanza la cima (2587 m, 3.30 h). El regreso se realiza por la misma ruta (5 h).

8

Krn (2244 m), territorio de guerra

Inicio: Dom Dr Klementa Juga (680 m). **Refugio:** Planinski Dom Pri Krnski (1385 m). **Desnivel:** 1625 m. **Tiempo:** 7.15 h

A pesar de su modesta altitud el Krn o el Monte Nero, como lo llama la gente italiana, es una de las montañas más destacadas de los Alpes Julianos, por su cima solitaria visible desde tantas cumbres, sus espléndidas vistas y su protagonismo en la historia del país. Junto al resto de montañas del valle del río Soca fue un escenario destacado en la primera guerra mundial. Italia, que se unió a los aliados un año después de empezada la guerra, ocupó esta parte de Eslovenia sin problemas, hasta que el ejército alemán contraatacó en apoyo de los austrohúngaros. Durante dos años y medio en estos macizos se vivieron las que se consideran batallas de montaña más importantes de la historia. Ernest Hemingway,

voluntario en el ejército italiano, se encargó de inmortalizar estos lugares en su novela "Adiós a las armas". Todavía hoy las lomas del Krn y los contrafuertes del Bogdanica conservan cuevas, muros de defensa, restos de alambradas, obuses y piezas de cañón.

Al final del valle de Lepena, a unos 20 km de Bovec, se encuentra el refugio Dom Dr Klementa Juga (680 m). De él sale una pista ancha que asciende (SW) en lazadas por el bosque que se extiende a la cabecera del valle. Superado un primer tramo de pedrera, se avanza por terreno cómodo de hojarasca. Mientras el camino serpentea entre pinos y hayas se pasa por debajo del cable que transporta las provisiones al refugio superior. Hay un tramo equipado con cable a 1080 m, innecesario con buen tiempo. A 1415 m (1.45 h) la senda sale del bosque y pasa por el final del cable de aprovisionamiento, una caseta de cemento con tejado de uralita. Se acaba el zigzag y, llaneando, se llega a una torreta que señala la altura de la nieve de los meses de abril de los últimos años (la máxima: 3.5 m en el 2009). Pasada la desviación al Belika Baba, se descienden unos 50 m, entrando en la vaguada próxima al refugio Planinski Dom Pri Krnski (1385 m, 2 h).

La senda llanea (SE) ladeando una granja, Lovska koca, en cuyos alrededores (Planina Duplije), pastan unas vacas y un rebaño de ovejas. En cinco minutos rodeamos el Krnsko jezero, el lago de altura más grande de Eslovenia. Al fondo vemos por primera vez la cima del Krn. Bajo las pedreras del Veliki Smohor ascendemos fuertemente (SE), hasta una amplia explanada herbosa (Planina Na polju). Pronto entramos en el caos de bloques que descienden del Mali Smohor y del Krn. A 1850 m, las rocas dan paso a una pradera sembrada de flores. Serpenteamos la mancha de colores hasta el collado Krnska skrbina (2058 m, 3.50 h). Hay un par de cuevas excavadas en la roca, con un obús anclado en la entrada y la base de lo que alguna vez fue un cañón, junto a carteles en los que se advierte que son ruinas protegidas por una norma municipal de Tolmin. Ya solo queda subir por la empinada arista



■ Koca na Triglavski jezerih, bajo el Veliko Spicje

herbosa, donde unas ovejas pastan inocentemente al lado de restos de alambradas oxidadas, para llegar a la cima (2244 m, 4.15 h). Desde este balcón se ve el Prisanc, Razor, Gamsovec y Triglav. Bajamos por la misma ruta (7.15 h).

9 Triglav (2864 m), la estrella de los Alpes Julianos

Su nombre significa "tres cabezas" y es algo más que la montaña más alta de los Alpes Julianos y de Eslovenia, es un símbolo nacional al que la gente eslovena venera y de cuya belleza se siente orgullosa. Se puede llegar a su cima en una jornada o haciendo un descanso en alguno de los refugios situados de camino a su cumbre: Triglavski Dom o Kredarica (2515 m), Dom Planika (2401 m), Dom Valentina Stanica (2322 m), Koca Pri Triglavskih Jezerih (1685 m), Trzaska Koca Na Dolicu (2151 m). Las rutas más accesibles y de menor desnivel están en la vertiente sur, aunque mucha gente elige las vías de la majestuosa cara norte, vertical y árida casi desde su arranque.

Desde el valle de Vrata salen tres rutas señalizadas por la cara norte: Tomínsek, Prag y Plemenice. Las dos primeras coinciden bajo los murallones del Begunjski vrh, para dirigirse al Triglavski Dom y, en dirección NW, afrontar el cresterío del Mali Triglav (*mali*: pequeño) que antecede al Triglav. La ruta Plemenice o Bamberg pasa por el collado de Luknja, después ladea el Sfinga y recorre el cresterío NE del Triglav.

Por el sur se puede empezar en el valle de Pokljuka (menor desnivel y sin dificultades hasta pasados los 2400 metros), en el lago Bohinj (siguiendo la ruta de los lagos de Triglav, por un sendero que requiere algunas trepadas), en el valle de Krma o en el de Kot (accesibles pero con mayor desnivel). Salvo en el último caso, se llega al collado Konjsko desde donde se accede a los refugios Triglavski Dom y Dom Planika, para encarar el cresterío del Mali Triglav y Triglav. Desde el valle de Kot se alcanza el Dom Valentina Stanica, de camino al Triglavski Dom.

● Por el valle de Vrata (ruta Prag)

Inicio: Aljazeera Dom (1015 m). **Refugio:** Triglavski Dom (2515 m). **Desnivel:** 1900 m. **Tiempo:** 9 h

La ruta Prag arranca en el aparcamiento próximo al emblemático Aljazeera Dom, al que se llega por carretera desde Mojstrana. Por la pista que sale de él y que cruza el bosque, superamos las desviaciones hacia las cumbres que se enfrentan al Triglav. Vamos paralelos al torrente Bistrica, que surge por debajo del collado Luknja, en un lugar llamado Izvir Bistrice. Pasamos por el monumento erigido a los partisanos que lucharon en estas montañas, un gran mosquetón y, dejando a la izquierda la salida de la ruta Tomínsek, cruzamos el río (1100 m, 45 minutos). El camino asciende entre la vegetación hasta encarar el primer contrafuerte rocoso (1190 m), equipado con clavijas. Después, girando en zigzag (NE), continúa subiendo por la pedrera, frenada en algunos tramos por troncos que luchan contra la erosión. Se afronta una pared vertical en la que se han tallado algunos escalones y equipado con clavijas, cable y peldaños metálicos. Superado este tramo, viene un segundo menos inclinado, con las mismas ayudas artificiales. Ahora el camino gira hacia el este y vuelve a zigzaguear en la pedrera. De esta manera se van alternando hasta cuatro tramos de roca equipada y canchal, recorriendo de este a oeste y siempre ascendiendo fuertemente, la parte más accesible de la cara norte del Triglav. Superado el último tramo de ferrata (1940 m, 2.30 h) queda a la vista la salida del corredor. A 2050 m hay un cartel señalando la conexión con la ruta Tomínsek. La senda bordea el contrafuerte del Begunjski vrh durante un corto tramo, después recorre el tramo de pedrera que nos deja a 2200 m, con nuevos carteles que señalan las direcciones de los refugios próximos (Dom Valentina Stanica y Triglavski Dom).

Se entra en el plateau del Triglav, un terreno cárstico cuajado de grietas por el que las señales de pintura avanzan subiendo y bajando, atravesando algún nevero y acercándose al último contrafuerte equipado, antes de alcanzar el refugio más visitado del parque nacional, el Triglavski Dom, o Kredarica Dom (2495 m, 4h). Su tamaño impresiona tanto



FOTOS DE LA AUTORA

■ Visoka Ponca, sobre los tejados de Podkoren

como el par de aerogeneradores gigantes y la capilla que hay en sus proximidades. Desde aquí es visible la fila de hormigas humanas que ascienden los cresteríos del Mali Triglav y del Triglav. La señal al pie de la arista indica una hora a la cima, pero el tiempo a emplear depende del atasco. La ruta, prácticamente cosida con metal en todo su recorrido, es expuesta aunque segura y, en algunos tramos, apenas hay espacio para que la gente que sube y baja se cruce ordenadamente, así que toca esperar de vez en cuando. Se accede al Mali Triglav (2725 m) y, tras descender a la horcada y volver a crestear, se llega al Triglav (2864 m, 5 h). La cumbre está coronada por una torrêta de más de dos metros, protagonista de la mayoría de las fotos, y hay un sello y un libro de firmas, como es habitual. La bajada la hacemos por la misma ruta (9 h).

● Por el valle de Krma

Inicio: Final de la pista de Krma (980 m).
Refugios: Vodnikov Dom (1817 m), Triglavski Dom (2515 m), Dom Planika (2401 m). **Desnivel:** 1900 m.
Tiempo: 9 h

Una de las aproximaciones al Triglav por su cara sur, suave y verde, se inicia al final de la pista del valle de Krma (980 m), a donde se llega desde Mojstrana, superado el refugio Kovinarska koca. El sendero cruza el bosque y va ascendiendo regularmente, protegido por los pinos, hasta acceder a una extensa pradera, Medvejek polje (1540 m, 1,5 h), situada bajo el Vernar. Continuando hacia el NW, el camino se empina por pasto y piedras, pasando un pequeño torrente que nos deja en un refugio privado. Ascendiendo en fuerte pendiente se pasa por un prado y se llega al desértico collado Konjsko sedlo (2020 m, 2,5 h).

También se puede llegar a este punto desde el Medvejek polje tomando la dirección SW. Se alcanza el collado Bohinjka vrata (1979 m, 2,5 h), por el que se baja al refugio Vodnikov Dom (1817 m, 2,45 h). Desde allí se enlaza con el Konjsko sedlo (2020 m, 3,15 h).

De cualquiera de las dos formas, una vez en el Konjsko sedlo se continua al Triglavski Dom (1,5 h desde el collado Konjsko), para ascender al cresterío del Mali Triglav y del Triglav (ver ruta anterior). Otra alternativa es llegar al menos transitado Dom Planika (2401 m, 1h desde el collado Konjsko), un refugio bajo el mismísimo cresterío principal desde el que parte una ruta equipada que alcanza el Mali Triglav a medio cresterío.

● Por el valle de Pokljuka

Inicio: Rudno polje, pista (1410 m). **Refugios:** Vodnikov Dom (1817 m), Triglavski Dom (2515 m), Dom Planika (2401 m). **Desnivel:** 1500 m.
Tiempo: 9 h

Esta es la ruta más accesible y más utilizada para llegar al Triglav. Transcurre por la vertiente sur y parte del Rudno polje, al que se llega desde Bled (21 km). Hay un amplio aparcamiento, junto a un más amplio cuartel del ejército. Puede continuarse en coche por la pista señalizada "Triglav", que sale junto al cuartel (3 km, 1410 m).

Se empieza a caminar a la sombra del bosque por un camino ascendente, en el que los troncos marcan peldaños y detienen la erosión. Cuando los pinos clarean se ven las praderas de Knjsica, en el fondo del valle. Por encima de estos pastos se ladea ampliamente, con algún descenso y ascenso suave. Se pasa por sucesivos cruces (1685 m y 1720 m) con indicadores, en los que tomamos la dirección de Vodnikov Dom (NW). Llegamos a un prado que se empina hasta el collado Studorski Preval (1892 m, 1,30 h), al pie de la mole de Ablanca (2004 m, se puede subir y bajar en 25 minutos). Desde allí, el sendero pierde altura y bordea por encima el hermoso valle alpino de Bohinj. Después, a la vuelta de una esquina, aparece el Miselj vrh (2200 m) sobre las praderas del Velo polje, una extensa mancha verde en la que pastan algunas vacas.

Según vamos girando hacia el este descubrimos las cumbres del macizo del Triglav y el Vodnikov Dom (1827 m, 2,30 h). La gente que sube y que baja de la cima más alta del país inunda los alrededores del refugio. Desde él, con el Triglav siempre a la vista, la senda se empina y rodea el macizo de Vernar. Hay un par de tramos con escalones tallados y un cable de apoyo. Así se llega al Konjsko sedlo (2020 m, 3h). Aquí se puede elegir subir al Dom Planika (2401 m, 4 h) o al Triglavski Dom (2515 m, 4,30 h). Desde cualquiera de ellos se encara el cresterío final del Triglav. □

■ Navadna preobjeda (*Aconitum lycoctonum*)



DATOS DE INTERÉS

Actividades realizadas por Carlos Ginart Zubizarreta y Luisa Alonso Cires, del 1 al 16 de agosto de 2011.

Centros: Kranjska Gora, Mojstrana, Bled, Bovec.

Cartografía:

Julijske Alpe. 1:50.000. Ed. Sidarta

Kranjska Gora. 1:30.000. Geodetski institut Slovenije

Bovec. 1:40.000. Geodetski institut Slovenije

Triglav. 1:25.000. Planinska zveva Slovenije

Bibliografía:

Milelic, Tine. *Mountaineering in Slovenia. The Julian Alps. The Kamnik-Savinja Alps. The Karavanke*. Sidarta Guides. 2007. www.sidarta.si

Carey, Just; Clark, Roy. *The Julian Alps of Slovenia. Mountain, Walks and Short Treks*. Cicerone Guides. 2005. www.cicerone.co.uk

Web

Información general sobre Eslovenia: <http://www.slovenia.info/>

Alpes Julianos: <http://www.julijske-alpe.com/english/>

<http://www.summitpost.org/julian-alps/152184>

Parque Nacional del Triglav: <http://www.tnp.si/>

Asociación alpina eslovena: <http://www.pzs.si/>