

EXPERIENCIA DEPORTIVA

Rafael Noreña Sánchez

2018 Abril-Travesía de volcanes Mexicanos y ascensos 4 cimas en 8 días. Malinche 4,450, Nevado de Toluca 4,680, Iztaccihuatl 5,230, Pico de Orizaba 5,670. Realizadas en Estilo Alpino.

2015 Junio-Travesía por las tierras altas Escocesa, Highlanderway.

2013 Marzo-Travesía y exploración de la sierra norte de Puebla. Región de Zacapoxtla, hacia el estado de Veracruz, por la Zona Nahuatl a la zona Totonaca. (9 días de caminata, 108 km caminados, 3400 m de desnivel positivo, 3100 m de desnivel negativo.)

2012 Marzo-Travesía y exploración de la mixteca poblana sur. Por región de Tehuacán hacia la cañada Cuicateca. (12 días de caminata, 148 km caminados, 5900 m de desnivel positivo, 4100 m de desnivel negativo.)

2012 Enero-Travesía en solitario de la sierra sur de Oaxaca, por la región de Miahuatlan Hacia costa pacifico, (8 días de caminata, 137 km caminados, 5400 m de desnivel positivo. 4800 m de desnivel negativo.)

2011 Febrero-Ascensos a 4 cimas en México en 8 días. Nevado de Toluca 4,680, Malinche 4,450, Iztaccihuatl 5,230, Pico de Orizaba 5,670. Realizadas en estilo alpino.

2010 Enero-Expedición a los Alpes Eslovenos
Ascenso invernal al Triglav; ruta normal, 2,980 m. AD II
Ascenso invernal al Triglav; Ruta Norte, 2,980 m. AD IV+, MIII

2009 Diciembre-Expedición a los Alpes Suizos
Ascenso invernal al EIGER; Ruta West Rige. AD III, 3,970 m.
Ascenso invernal al Piz Bernina, ruta normal, AD II, 4,080 m.

2007-Mayo-Junio- Expedición a los ALPES SUIZOS.
Ascensión a Silverhorn- Oberland 3.720 m. Ruta Normal.
Ascensión al TITLIS. 3,860 m. Ruta sur.
Primer Intento al EIGER. Ruta West-ridge. IV,A1 Hasta 3,800m.
Ascensión al GOTTARN, ruta normal III+ 3,420 m.

2005-2006-Invierno- Expedición a los ALPES FRANCESES.
Ascensión tipo Invernal a "La Meije", Cara Norte, 3,982 m.
Ascensión tipo Invernal a "L'Aiguille du Midi", ruta normal 3,880 m.
Ascensiones en cascada de hielo "Cascade de Glace" en Hautes Alpes
-Cascada Davidoff, 200m, 4+/5
-Cascada Iznogood, 100m, 3+
-Cascada Beating the retreat, 400m, 4+
-Cascada Calins Soléne, 50m, 5
-Cascada Méphisto, 50m, 5
-Cascada La vision de Marco, 120m, 3+
-Cascada Délicados, 200m, 3+/4

2002-Expedición a los ALPES FRANCESES.
Ascensión a la "Barre des écrins" 4,102 m.
Ascensión a "La Meije, Pic occidental" 3,982 m.
Ascensión a "La Pointe Durand" 3,946 m.
Ascensión a "La Meije, Pic Oriental" 3,891 m.
Ascensión a "La Grande Ruine" 3,765 m.
Ascensión a "Les Trois Dents du Pelvoux" 3,754 m.
Ascensión a "La Dent Parrachée" 3,697 m.
Ascensión a "L'Aiguille de Pelet" 3,561 m.
Ascensión a "La Tête de la Gandolière" 3,542 m.
Ascensión a "L'Aiguille de Polset" 3,501 m.
Ascensión a "La Tête du Rouget" 3,418 m.

Ascensión al "Pic nord des Cavales" 3,362 m.
Ascensión a "L'Aiguille Occidental du Soreiller" 3,280 m.
Ascensión a "L'Aiguille Dibona" 3,131 m.
Ascensión al "Grand Pic de Belledonne" 2,977 m.
Ascensión a "La Croix de Belledonne" 2,926 m.
Ascensión a la "Grande Tête de L'Obiou" 2,789 m.
Ascensión al "Grand Ferrand" 2,758 m.
Ascensión al "Mont Aiguille" 2,040 m.

2000- Expedición a los ALPES FRANCESES y ALPES SUIZOS
Ascensión al Monte Blanco "Mont Blanc" 4,810 m. Siendo la Montaña más alta de Europa Occidental.
Ascensión al Mont Maudit" 4,465 m.
Ascensión al "Mont Blanc du Tacul" 4,248 m.
Ascensión a "L'Aiguille D'Argentière" 3,900 m.
Ascensión a "L'Aiguille de Plan" 3,673 m.
Ascensión a "L'Aiguille du Gôûter" 3,863 m.
Ascensión al "Mont Zermatt" 4,478 m.
Ascensión al "Mont Rosa" 4,634 m.

1999- Quinto lugar en la competencia "Deporte extremo" realizada en Jalcomulco, Veracruz, participando con el equipo selvaAzul, Desarrollando las siguientes disciplinas deportivas: Bicicleta de Montaña, Rafting, escalada, y caminata en boque tropical.

1999-Expedición al Monte Logan, 6,050 m. y Rocallosas Canadienses.
Ascensión al "Mont St-Elias" 5,650 m.
Ascensión al "Mont Waddington" 4,042 m.
Ascensión al Monte Robson 3,950 m. Canadá.
Ascensión al Monte Edith Cavell 3,450 m. Canadá.
Ascensión al Monte Andrómeda 3,420 m. Canadá.

1998- Participación en la Competencia de Escalada en Roca, realizada en los "Segundos Juegos Deportivos Municipales" en la Ciudad de Puebla.

1997-2001- Innumerables descensos en Ríos (Rafting) de México.
Río Filobobos, clase II y III con un total de 58 descensos.
Río Pescados, clase III y IV con un total de 49 descensos.
Río Antigua, clase III con un total de 40 descensos.
Río Actopan, clase II y III con un total de 19 descensos.
Río Amacuzac, clase II con un total de 17 descensos.
Todos los descensos fungiendo como guía de Rafting.

1994-2015.- Innumerables ascensiones a las cumbres más altas de México. Contando con el siguiente record:
Pico de Orizaba, 5,700 m. Con un total de 44 ascensiones.
Volcán Popocatepétl, 5,452 m. Con un total de 3 ascensiones.
Volcán Iztaccihuatl, 5,286 m. Con un total de 104 ascensiones.
Nevado de Toluca, 4,590 m. Con un total de 35 ascensiones.
Volcán Malinche, 4,461 m. Con un total de 126 ascensiones.
Nevado de Colima, 4,330 m. Con un total de 3 ascensiones.
Volcán de Fuego, 3,960 m. Con un total de 2 ascensiones.
Todas las ascensiones logradas por las principales rutas.

1994-2009.- Escalada en Roca. Visitando diferentes zonas de escalada en Mexico: Puebla, Hidalgo, Oaxaca, Chihuahua, Nuevo León, Durango, Zacatecas, San Luis Potosí.
Extranjero: Canada (rocallosas), Alpes (Francia, Suiza, Austria, Alemania, Eslovenia), Inglaterra, España (Pirineo), Bélgica.

Países Visitados:

Canada, E.U.A., Guatemala, Honduras, San Salvador, Belice, Costa Rica, Nicaragua, Ecuador, Inglaterra, Escocia, Bélgica, Alemania, Holanda, Francia, España, Republica Checa, Eslovaquia, Eslovenia, Polonia, Lituania, Luxemburgo, Austria