

Lecciones de mochilear

Season 8, episode 16

Me gusta mucho pasar tiempo en las montañas. Me gustan los paseos largos y difíciles. En el pasado, yo creía que no valía la pena pasar la noche en un lugar que yo podría visitar en una excursión de día. Pues, por fin decidí hacer mi primera excursión de mochilear. Fui al lago Capital que está al pie del pico Capital. Solo pasé una noche allá, pero aprendí mucho y voy a compartir mi experiencia y lecciones con ustedes.

I really like spending time in the mountains. I like long and difficult hikes. In the past, I believed that it wasn't worth it to spend the night in a place that I could visit in a day hike. Well, I finally decided to go on my first backpacking trip. I went to Capitol Lake, which is at the base of Capitol Peak. I only spent one night there, but I learned a lot and I am going to share my experience and lessons with you.

La primera cosa que aprendí fue ir con alguien que ha mochileado antes. Fui con mi amiga Lindsay. Ella tiene mucha experiencia y sabe lo que hace. Otro beneficio de ir con alguien experimentado es que él o ella tendrá todo el equipaje necesario. Lindsay tenía la tienda, la estufa, cosas para cocinar, el filtro de agua y las mochilas. Yo solo tenía que llevar ropa, un saco de dormir, agua y comida .

The first thing that I learned was to go with someone who has backpacked before. I went with my friend Lindsay. She has a lot of experience and knows what she's doing. Another benefit of going with someone experienced is that he or she will have all the necessary equipment. Lindsay had the tent, stove, stuff for cooking, a water filter, and the backpacks. I only had to bring clothes, a sleeping bag, water, and food.

Además de tener todo el equipaje, otro beneficio de ir con Lindsay fue que ella conocía el área. Había subido el pico Capital y pasado la noche al lado del lago. Conocía la ruta y por su experiencia tuvimos el sitio de acampar más hermoso del área.

In addition to having all the equipment, another benefit of going with Lindsay was that she knew the area. She had climbed Capitol Peak and spent the night at the lake. She knew the route and because of her experience we had the most beautiful campsite in the area.

La segunda cosa que aprendí en ese viaje fue planear bien tu excursión. Puedes caminar más rápido e ir más lejos cuando no tienes un extra treinta y cinco libras (35lbs) o 16 kilogramos (16 kg) en tu espalda. Vas a caminar más lentamente, entonces una distancia más corta es preferible.

The second thing I learned on that trip was to plan your trip well. You can walk faster and go further when you don't have an extra 35 pounds (16 kg) on your back. You are going to walk more slowly so a shorter distance is preferable.

También hay que considerar la altitud. El cuerpo se cansa cuando no tiene suficiente oxígeno. Además, hay que expender energía cuando estás subiendo .

You also need to consider the altitude. The body gets tired when it doesn't have enough oxygen. Also, you need to expend energy when you are climbing.

Llegar al lago Capital es una excursión de seis punto cinco millas (6.5 mi), o diez punto cuatro kilómetros (10.4 km), y el sendero sube dos mil cuatrocientos pies (2,400 ft) o setecientos treinta metros (730 m). No es un sendero necesariamente fácil. Descansamos dos veces en el viaje y los dos descansos eran muy necesitados .

Getting to Capitol Lake is an excursion of 6.5 miles (10.4 km) and the trail rises 2,400 feet (730 m) [in elevation]. It is not necessarily an easy trail. We rested twice on the trip and both rests were very needed.

Es una buena idea leer sitios de senderos para checar el estado del sendero que vas a usar. Muchas veces estos sitios tienen fotos de las condiciones .

It is a good idea to read trail sites to check the state of the trail you are going to hike. Many times these sites have pictures of the conditions.

Cuando llegamos al sendero, estaba muy emocionada. Puedes ver el pico Capital por la mayoría del paseo y es divertido tener un objetivo visible cuando estás caminando. Por los primeros dos millas, yo pensé que mochilear fue fácil, pero entonces llegamos al arroyo. Tuve que cruzar once (11) arroyos. Por cruzar los arroyos yo aprendí otra lección: llevar una mochila grande y pesada cambia el centro de gravedad. Me sentía desequilibrada. Fue más difícil mover de roca a roca porque estaba tratando de balancear todo el peso adicional. El agua estaba muy fría y tenía miedo de caerme.

When we arrived at the trail, I was very excited. You can see Capitol Peak for the majority of the hike and it is fun to have a visible goal when you are walking. For the first two miles, I thought that backpacking was easy, but then we arrived at the stream. I had to cross 11 streams. By crossing the streams I learned another lesson: carrying a big, heavy backpack changes your center of gravity. I felt unbalanced. It was harder to move from rock to rock because I was trying to balance all the additional weight. The water was cold and I was afraid of falling.

Cruzar el agua fue difícil, especialmente porque los arroyos estaban llenos de nieve recién derretida. Entrar al agua fue como entrar a un baño de hielo. Cruzamos unos arroyos en troncos de árboles. Cruzamos otros arroyos por brincar de roca a roca. Pero tuvimos que cruzar un arroyo en el agua. Nos quitamos las botas y calcetines. Las rocas eran duras y el agua frígida. Después, descansamos en un campo de flores para calentarnos y secarnos.

Crossing the water was difficult, especially because the streams were full of recently melted snow. Getting in the water was like getting in an ice bath. We crossed some streams on tree trunks. We crossed other streams by jumping from rock to rock. But we had to cross on stream in the water. We took off our boots and socks. The rocks were hard and the water was frigid. Afterwards we rested in a field of flowers to warm up and dry off.

La lección más difícil fue que las montañas a veces todavía tienen nieve en julio. Habíamos caminado más o menos cuatro (4) millas cuando perdimos el sendero debido a la nieve. Sin embargo, seguimos adelante. Buscamos señales del sendero y Lindsay conocía el área entonces no nos perdimos por completo.

The most difficult lesson was that mountains sometimes still have snow in July. We had walked about 4 miles when we lost the trail due to the snow. Nevertheless, we kept going. We looked for signs of the trail and Lindsay knew the area so we didn't get completely lost.

La nieve era media derretida. Una vez pisé y me hundí hasta el muslo. De vez en cuando vimos agua corriendo por debajo de la nieve. Fue un recuerdo del peligro de viajar en nieve. Avanzamos con mucho cuidado.

The snow was slushy (half melted). Once I stepped and I sank to my thigh. Sometimes we saw water running underneath the snow. It was a reminder of the danger of traveling on snow. We advanced very carefully.

Después de cruzar varios arroyos y mucha nieve, llegamos al lago y preparamos el sitio de acampar. En el sitio, aprendí otra lección: ¡ten cuidado con los animales! En las montañas de Colorado, hay un roedor grande que se llama la marmota. Hay muchas marmotas y mientras son lindas, son traviesas. He visto y oído de marmotas que comen ropa, mochilas, platos y chanclas. Es importante guardar tu comida y tus pertenencias.

After crossing various streams and a lot of snow, we arrived at the lake and we prepared our campsite. At the campsite, I learned another lesson: be careful with the animals! In the mountains of Colorado there is a big rodent called a marmot. there are a lot of marmots and while they are cute, they are devious. I have seen and heard of marmots eating clothing, backpacks, plates and sandals. It is important to store your food and belongings.

Hablando de comida, aprendí que hay muchas posibilidades de comida en una excursión de mochilear. La lección más importante de comida es que no puedes dejar nada de comida en tu sitio de acampar. Todo lo que llevas tiene que salir contigo. Además, estábamos en un área con osos, entonces tomamos la precaución de poner toda la comida en un recipiente especial.

Speaking of food, I learned that there are a lot of food possibilities on a backpacking trip. The most important food lesson is that you can't leave any food in your campsite. Everything that you bring has to leave with you. Furthermore, we were in a bear area, so we took the precaution of putting all the food in a special container.

En la excursión, bebimos mucha agua. Como caminábamos al lado de agua, no llevamos todo el agua para la excursión. Lindsay tenía un filtro de agua. Cuando necesitábamos más agua, paramos al lado de un arroyo y descansamos mientras pasamos el agua por el filtro. En la mañana cuando bajé al lago para conseguir agua, el lago estaba helado. Tuve que romper el hielo para conseguir el agua.

On the trip we drank a lot of water. Since we were walking next to water, we didn't carry all the water for the trip. Lindsay had a water filter. When we needed more water, we stopped next to a stream and rested while we pumped water through the filter. In the morning when I went down to the lake to get water, the lake was frozen. I had to break the ice to get water.

Aprendí mucho en mi primera excursión de mochilear, pero mi lección favorita fue pausar y disfrutar. Yo casi siempre estoy ocupada y haciendo múltiples cosas a la vez. Cuando estoy en las montañas, me desconecto y tengo tiempo para simplemente respirar.

I learned a lot on my first backpacking trip, but my favorite lesson was to pause and enjoy. I am almost always busy and doing multiple things at once. When I am in the mountains, I disconnect and I have time to just breathe.

En la mañana, mi amiga y yo pasamos tiempo junto al lago. Escuchamos la canción de los pájaros y miramos los juegos de las marmotas. Sentimos el calor del sol y el frío de la nieve. Ella pintaba y yo tomaba muchísimas fotos.

In the morning, my friend and I spent time by the lake. We listened to the song of the birds and we watched the marmots playing. We felt the warmth of the sun and the cold of the snow. She painted and I took a lot of pictures.

Me encantó pasar la noche lejos de la civilización. Me gustó el reto de llevar todo lo que necesitas en una mochila grande. Sentí orgullosa de mi perseverancia y fuerza. Y aunque estaba exhausta cuando volví a mi coche, mi primera excursión de mochilear no fue mi última.

I loved spending the night far from civilization. I liked the challenge of carrying everything you need in a big backpack. I felt proud of my perseverance and strength. And even though I was exhausted when I returned to my car, my first backpacking trip was not my last.

Simple Stories in Spanish. Season 8, episode 16: *Lecciones de mochilear*



You can find this and more stories at smalltownspanishteacher.com This story is an original work by Camilla Given. Any resemblance to stories by other authors is purely coincidental, unless otherwise noted.