

PYRENAICA

EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA | FEDERACION VASCA DE MONTANA

URKIOLA | PIC DELS TRES ESTANYS | ARABAKO GORDELEKUAK | TREBIÑU | TENERIFE | PICO BASILÉ | JEBEL MUSA | DOLOMITAK | NAMIBIA

URKIOLA

Pic dels Tres Estanys | Arabako mendialdeko gordelekuak | Trebiñuko lurretan | Mendaur desde Aurtitz
Tenerife GR 131 | Menditxiki-Lapurdi | Pico Basilé | Jebel Musa | Dolomitak
Nepalgo zerupean | Nuevas vías al Aneto y al Pico Russell | Pirineismo invernal
Namibian basamortua biziz



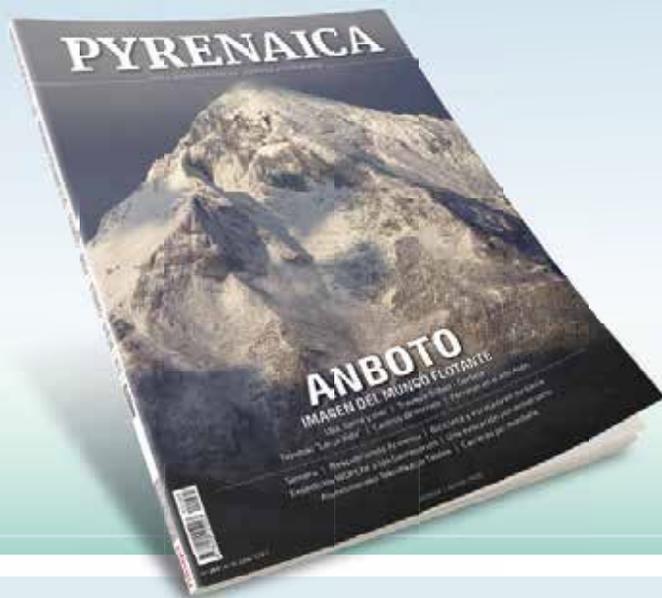
Nº 281 | 4ª DE 2020 | 5,10 €

1926tik | desde 1926

PYRENAICA

Suscríbete a / Harpidetu zaitez

PYRENAICA



Año 2021 (4 números / zenbaki)
Prezioa: 18€

Ingresa el importe en
la c/c ES24 3035-0072-00-0720030006 de Laboral Kutxa
y envía a contacto@pyreñaica.com:
Nombre, domicilio, teléfono y correo electrónico.

Laboral Kutxako ES24 3035-0072-00-0720030006 k/k
dirua sartu eta
contacto@pyreñaica.com helbidera bidali:
Izen deiturak, helbidea, telefonoa eta posta elektronikoa.

LEHIAKETAK · CONCURSOS

XXXVIII CONCURSO DE ARTÍCULOS DE MONTAÑA (2021)

Participan los artículos en euskera o castellano que se publiquen en Pyreñaica durante 2021, seleccionados entre todos los recibidos. Los artículos han de aportar novedades sobre lo publicado en cualquier medio y ajustarse a la normativa de Pyreñaica (ver en www.pyreñaica.com).

Primer premio: 500 €. Segundo premio: 350 €. Tercer premio: 200 €

XXXIX CONCURSO DE FOTOGRAFÍA DE MONTAÑA (2021)

Participan las fotografías que se publiquen en Pyreñaica durante 2021, excepto las que forman parte de artículos. Se enviarán como máximo cuatro fotografías digitales no publicadas en otro medio. Tamaño: 18 cm en su lado más largo. Resolución: a 300 ppp/dpi, espacio de color RGB. Formato de archivo: jpg. No se interpolarán los archivos ni se añadirán máscaras de enfoque.

Primer premio: 350 €. Segundo premio: 250 €. Tercer premio: 150 €

ENVÍO DE ARTÍCULOS Y FOTOGRAFÍAS

INCLUIR: Nombre y Apellidos del autor/a, dirección, email y tfno de contacto.

ENVIAR A: contacto@pyreñaica.com (Asunto: Concurso Pyreñaica) o a: Pyreñaica. Julián Gaiarre, 50-trasera. 48004 Bilbao.

Los trabajos recibidos quedarán en propiedad de Pyreñaica y no podrán publicarse en otro medio hasta su devolución. Los premios se entregarán en la Gala del Montañismo Vasco de 2022. La participación en el concurso implica la aceptación de estas bases; las dudas serán resueltas por el Jurado.

XXXVIII MENDI ARTIKULUEN LEHIAKETA (2021)

2021an zehar Pyreñaican euskaraz nahiz gaztelaniaz idatzi eta argitaratutako artikuluak parte hartuko dute. Artikuluak originalak izatea baloratuko da eta Pyreñaicaren araukin bat etorriko dira (ikus www.pyreñaica.com).

Lehen saria: 500 €. Bigarren saria: 250 €. Hirugarren saria: 150 €

XXXIX MENDI ARGAZKIEN LEHIAKETA (2021)

2021an zehar Pyreñaican argitaratuko diren argazkiek parte hartuko dute, artikuluetan agertzen direnak izan ezik. Gehienez lau argazki bidaliko dira beste komunikabide batean argitaratu gabeak. Tamaina: 18 cm bere alderik luzeenean. Erresoluzioa: 300 dpi-tan, RGB kolore-espazioa. Artxibo-formatua: jpg. Ez dago artxibategiak tartekatzerik ezta en-foke-maskarak gehitzerik ere.

Lehen saria: 350 €. Bigarren saria: 250 €. Hirugarren saria: 150 €

ARTIKULU ETA ARGAZKIEN BIDALKETA

Izen-deiturak, helbidea, e-posta eta harremanetarako telefono zenbakia.

BIDALI: contacto@pyreñaica.com (Gaia: Pyreñaica Lehiaketa) edo: Pyreñaica. Julian Gaiarre, 50 trasera. 48004 Bilbao.

Aurkeztutako lan guztiak Pyreñaica aldizkariaren jabetzapean geratuko dira, beste edozein hedabidetan argitaratzerik egongo ez dela, harik eta itzuliak izan arte. Epaimahaiaren erabakia eta sari banaketa 2022ko Euskal Mendizaleetasunaren Galan egingo da. Lehiaketan parte hartzeak berak, honako oinarri hauek onartzen direla adierazten du. Oinarrien aplikazioan sor litezkeen zalantzak Epaimahaiak ebaztuko ditu.

Alcanza tus objetivos con seguridad

*Protegemos tu vida personal
y profesional*

SEGUROS DE:

SALUD - VIDA - HOGAR - AUTOS - OFICINAS...



ADARTIA

Te informamos sin compromiso

www.adartia.es

946 613 497

adartia@adartia.es

Montañas cercanas y lejanas



Gertuko eta urrutiko mendiak



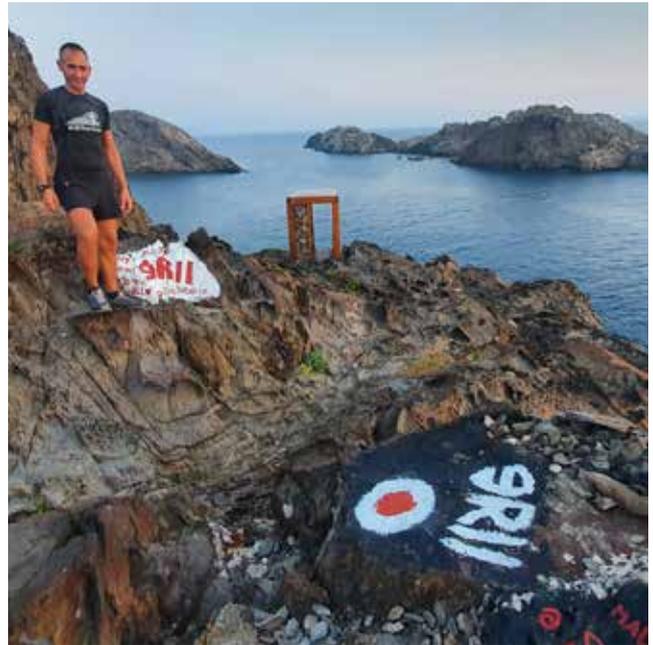
- 5** EDITORIAL
- 6** HURRENGO GELTOKIA: URKIOLA
Paulo Etxeberria Ramírez
- 14** CANALES DE INICIACIÓN EN EL PIC DELS TRES ESTANYS
Carles Giné-Janer
- 20** ARABAKO MENDIALDEKO GORDELEKUAK
Arantza Jausoro Marugan · Iñaki Barona Urbina
- 24** TREBIÑUKO LURRETAN
Aitor Gurrutxaga Zubia
- 28** MENDAUR DESDE AURTITZ
OFF THE TRACK
Javier Benito Etxenike
- 32** TENERIFE GR 131
CAMINO NATURAL ANAGA – CHASNA
Goyo Dorao

- 40** MENDITXIKI-LAPURDI
ABADIAKO DUNBAK
Mikel Arrizabalaga
- 42** FOTOGRAFÍA
Josu Fernández Varona · Nerea Uralde Arrondo
Jesús Gainzarain Gracia
- 44** PICO BASILÉ
EL CENTENARIO MÁS LEJANO DE TODOS LOS TIEMPOS
Arantza Lazurtegi
- 48** JEBEL MUSA
AL OTRO LADO DEL ESTRECHO
Txomin Uriarte
- 52** DOLOMITAK
PARADISUA ALPEEN ITZALEAN
Ane Fernandez Barrado · Iñigo Gurrutxaga Arruti
- 56** NEPALGO ZERUPEAN
MENDEBALDEKO CHULU
Beñat Aizpurua Vázquez

Eskalada eta btt



Actualidad · Berriak



60 NUEVAS VÍAS AL ANETO Y AL PICO RUSSELL

Jonatan García

68 PIRINEISMO INVERNAL

Isa Casado Gallego

76 NAMIBIAN BASAMORTUA BIZIZ

Koldo Zubizarreta Gerendiain

83 MENDI LASTERKETAK

Alberto Mella

88 EMF BERRIAK · NOTICIAS FVM

93 PUBLICACIONES · ARGITALPENAK

PUBLICACIÓN TRIMESTRAL DE EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA

Se publica desde 1926

OCTUBRE-NOVIEMBRE-DICIEMBRE
N.º 281 - 4ª de 2020

Edita: Euskal Mendizale Federazioa
Presidente: Jose Ramón Alonso Rodrigo
Directora: Luisa Alonso Cires

Equipo de Redacción: Begoña Fernández, Ioritz
Gonzalez, Arantza Lazurtegi, Iván Ruiz,
Fernando Tijero

Administración: Gotzone Rodríguez

Redacción, Administración y Publicidad:
Julian Gayarre, 50 - 48004 Bilbao
Teléfono: 944 598 102 Fax: 944 598 194

Horario: De lunes a miércoles
de 16:00 a 19:00 horas.

Mapas, maqueta y preimpresión: SUA EDIZIOAK

Diseño: Amel Mendizabal [Sua Edizioak]

Imprime: Gráficas Leitzaran

Envíos: Gureak

E-mail: contacto@pyrenaica.com

Depósito Legal: BI-858-1979
ISSN: 0212-5676

© PYRENAICA

La propiedad intelectual y el copyright de los textos y fotografías pertenecen a sus autores/as por lo que, salvo acuerdo expreso con ellos/as o con Pyrenaica, queda prohibida toda reproducción total o parcial de los mismos.

Testu eta argazkien jabetza intelektuala eta copyright-a egileenak dira, beraz egile edota Pyrenaicaren baimenik gabe, debekatuta dago artikuluen zati baten edo erreprodukzio osoa egitea.

www.pyrenaica.com

Fotografía de portada: Redes naturales · Argazkia: Fernando Tijero

Deja el coche
y viaja a pie...

*“Por
encima
de las nubes
el cielo
siempre
es azul”.*

(Anónimo)

www.banoa.com

banoa

Ronda de Sant Pere 11, àtic 3^a
08010 BARCELONA
Tel: 93 318 9600
e-mail: ben@banoa.com

Ledesma 10 - bis, 5^a
48001 BILBAO
Tel: 94 435 5119
e-mail: bio@banoa.com

BALTISTAN
KOLABORAZIOA
FUNDAZIOA



BALTISTANGO
NESKAK
ESKOLARATZEKO
KANPAINIA

- Kolaborazio aukerak:
- Kontu korronte honetara (Kutxabank):
ES75 2095 0000 70
9118400112
Izena adieraziz
 - Web orrialdearen bitartez:
www.baltistan.eus
KOLABORAZIOA izeneko
atalaren bitartez



CAMPAÑA DE
ESCOLARIZACIÓN
DE NIÑAS EN
BALTISTAN

- Cómo Colaborar:
- Transferencia bancaria (Kutxabank):
ES75 2095 0000 70
9118400112
Añadiendo el nombre en el asunto
 - A través de la página web:
www.baltistan.eus en la
pestaña de COLABORACIÓN



MENDIA GERTUAGO LASAIAGOA ETA JASANGARRIAGOA

Urkiola da ale honen azaleko protagonista, eta parke naturalean proposaturiko ibilbideek, garraio publikoa erabiliz, mendira gerturatzeko beste modu bat mahai-gaineratu nahi dute, lasaiagoa eta jasangarriagoa. Europako hainbat parketara hurbiltzeko modua gogorarazten digute, eta hainbat mendizale aitzindariaren garaietara garamatza.

Beste aukerarik ez dugula esango duenik ere izango da: gertuko mendiak presarik gabe eta etxetik hurbil dauden hormak. Covid-19aren eraginez sorturiko mugikortasun murrizketek gure helburuengan mugak ezarri dizkigute, eta ondorioz moldatu beharra izan dugu ezinbestean. Halere, guztia ez da kalterako izan.

Adibidez, herri mailako konfinamentuari esker, hurbilen ditugun tontor eta paretetara hurbildu gara, kasu batzuetan lehenengo aldiz. Nahiz eta askotan maila altuko tontorrek izan ez arren, besteak beste, gailurrerako ibilbidearen edertasunaz eta buzoiaren kontzeptuaz ohartzeko aukera eman digute, edota eguzkiak aurpegia berotzen digun bitartean bidez gozatu dugu, hain ezagunak egiten zaizkigun auzoak garaiera ezberdinetatik ikusteko aukera eskainiz.

Honetaz gain, presak alde batetara utzi ditugu, eta ibilbidean zehar dauden baserri eta baratza txukunez, iraganeko guden lekuko diren garai bateko baseliza abandonatuez, ezezagunak egiten zaizkigun zuhaitzez, belarrek estaliriko bidexkez edo iltze zaharrak ezkututzen dituzten hormez ohartu gara, besteak beste.

Mendira joaten garen gehiengoak aspaldiko bidexka, ertz edo eskalada bideak jarraitzen ditugu. Aitzindariak izan ziren mendizaleek zuten jarrerarengandik ikastea egokitu zaigu. Garai batean zituzten aukera, tresneria, mugikortasun eta informazioaz jabetzea hausnarketa on bat izan daiteke. Orduko mendizaleen izaera eta ausardiak hainbat muga eta oztopo gainditzen zituzten, gainera ingurunearekiko begirune handiagoz.

Egun, gure mendiko jardueren trantsizio aro bat bizitzen ari garen honetan, ekaitzaren osteko barealdiaren zain emeki egotea egokitu zaigu, zeru urdinen esperoan egitasmo edo proiektu berriak izan arte. Honetarako ere baditugu proposamenak ale honetan. Bitartean, presarik gabe ibili gaitezen, inguruan ditugun bide berri eta baliabide naturalak jabetuz eta berauek zainduz. Geurea babestu dezagun, ezagutuz eta maitatuz has gaitezen beraz.

DIRECTORA DE
PYRENAICAPYRENAICA
ALDIZKARIAREN
ZUZENDARIA

Luisa Alonso Cires

MONTAÑA MÁS CERCANA, PAUSADA Y SOSTENIBLE

Urkiola protagoniza la portada de este número y las travesías que se proponen dentro del parque natural, gestionando el acercamiento en transporte público, quieren plantear otra manera de ir a la montaña, más pausada y sostenible, que nos recuerda la forma de acercamiento en otros conocidos parques de montaña europeos y nos traslada a la época de los pioneros y pioneras.

Habrà quien diga que no nos queda otra: montañas cercanas y sin prisas, paredes a pocos kilómetros de casa. Las restricciones de movilidad que se han impuesto a causa de la epidemia del covid-19 han introducido limitaciones en nuestros objetivos montañosos, a las que hemos tenido que adaptarnos involuntariamente. Pero también han traído cosas positivas.

Por ejemplo, gracias al confinamiento en el municipio, nos hemos acercado, a veces por primera vez, a las cimas y paredes que tenemos al lado. Y, a pesar de que en algunos casos no pasan de la categoría de tontorra o tachuela, hemos apreciado como nunca la ruta a la cumbre y el descubrimiento del buzón, el avance por la vía mientras nos daba el sol en la cara, y la sorpresa de visualizar los barrios conocidos desde una perspectiva de altura. Y nos hemos olvidado de las prisas, descubriendo caseríos y huertos bien cuidados, ermitas abandonadas, huellas de pasadas guerras, árboles que desconocemos, senderos borrados por las hierbas y paredes que escondían viejas clavijas.

La mayoría de quienes vamos a la montaña lo hacemos siguiendo sendas, cresteríos o vías descubiertos hace mucho tiempo. Y nos toca aprender de aquellas personas y de su espíritu montañoso. Es un buen ejercicio recordar cómo se movían, qué equipos llevaban, cómo se habían acercado hasta el punto de inicio, qué información llevaban. Aquella gente tenía un carácter y una determinación a prueba de obstáculos y limitaciones, y se movían por las montañas de manera más respetuosa con el medioambiente.

Vivimos una etapa transitoria en nuestras actividades montañosas, habrá que aguardar pacientemente a que la tormenta termine, el cielo vuelva a mostrarse azul y podamos emprender proyectos más lejanos. También para eso tenemos propuestas en este número. Mientras tanto, caminemos sin prisa, descubriendo los caminos, las vías y los recursos naturales que tenemos cerca de casa y aprendamos a preservarlos. Nos toca cuidar lo nuestro, empecemos por conocerlo y quererlo.

HURRENGO GELTOKIA: URKIOLA

TRAVESÍAS EN EL PARQUE NATURAL UTILIZANDO TRANSPORTE PÚBLICO

En los tiempos actuales en los que predominan las prisas, un tanto atemperadas, eso sí, por el paréntesis que ha supuesto la pandemia de Covid-19, proponemos una vuelta a los tiempos en los que se iba al monte en transporte público. Así presentamos seis travesías que recorren varios confines del Parque Natural de Urkiola accediendo desde municipios situados en los límites del parque (Durango, Abadiño y Atxondo al norte; Otxandio y Dima al sur) a los que podemos llegar en autobús de línea.

El territorio montañoso que rodea al Santuario de Urkiola fue declarado Parque Natural en 1989, con el objeto de proteger y conservar los recursos naturales, manteniendo su explotación tradicional. El Parque Natural comprende la sierra de Legarmendi-Eskua-gatx, los montes de Durangaldea y la sierra de Arangio, parajes bien conocidos por los montañeros vascos, que los visitan con regularidad.

El Parque Natural, con una superficie total de 7768 ha, muestra un paisaje típico de las montañas cantábricas, con predominio casi absoluto de la caliza y con hayedos y encinares, además de pasto y algunas repoblaciones de coníferas. El parque está situado en un entorno bastante humanizado, lo que lo hace muy accesible por carretera.

Al igual que ocurre en otros entornos protegidos, entre los que se pueden mencionar, como ejemplos, el Parque Nacional Suizo y los Dolomitas, contar con una buena red de transporte público le permite al montañero diseñar sus propias travesías, más allá de los habituales y muy disfrutables, recorridos de ida y vuelta o circulares.

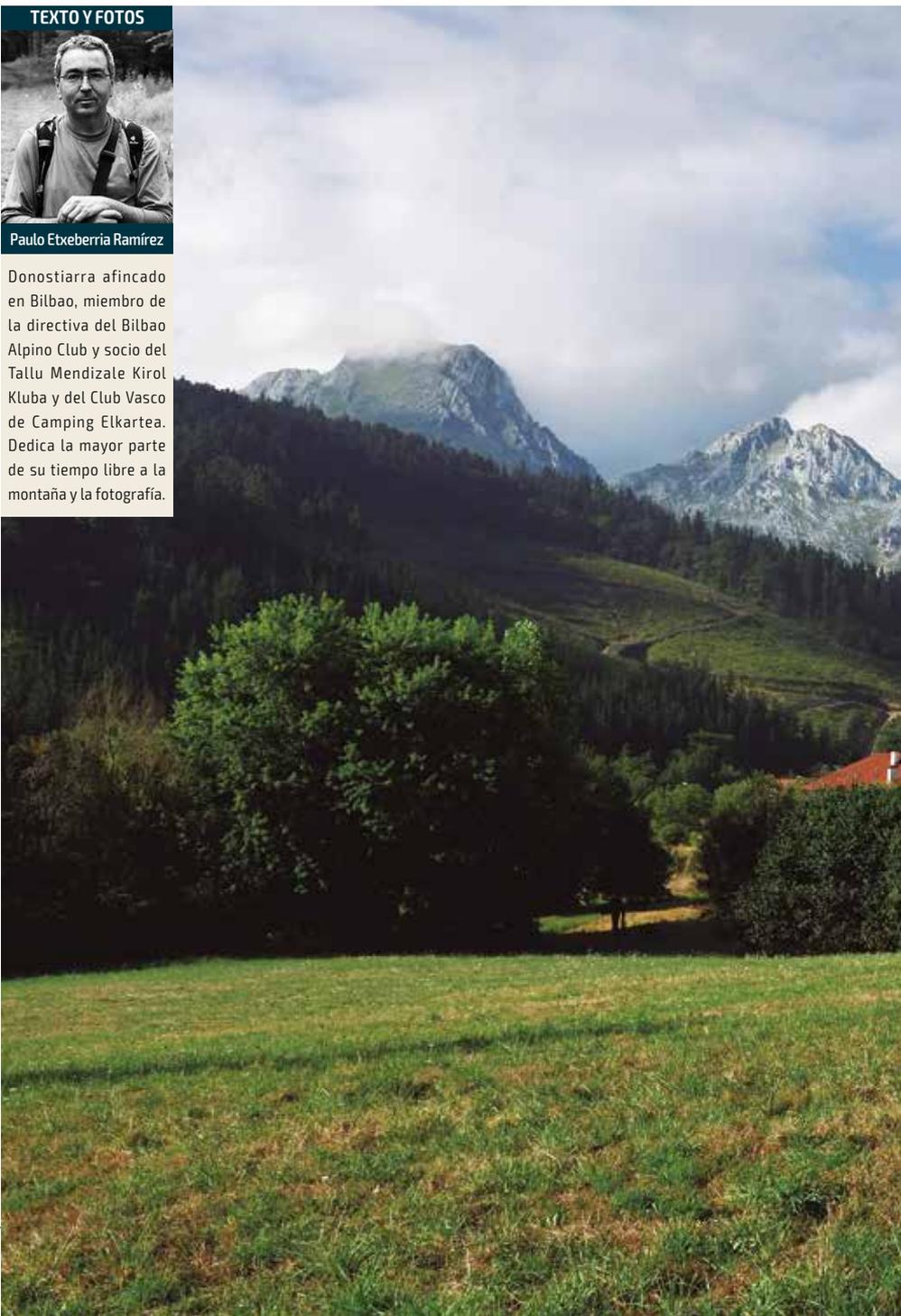
Las excursiones que aquí se proponen requieren del uso de dos líneas de Bizkaibus, el

TEXTO Y FOTOS



Paulo Etxeberria Ramírez

Donostiarra afincado en Bilbao, miembro de la directiva del Bilbao Alpino Club y socio del Tallu Mendizale Kirok Kluba y del Club Vasco de Camping Elkartea. Dedicar la mayor parte de su tiempo libre a la montaña y la fotografía.



servicio de transporte público por autobús del territorio histórico de Bizkaia: la A3923 Bilbao-Durango-Elorrio que comunica Bilbao y varios municipios de Durangaldea y la A3925 Bilbao-Otxandio que conecta Bilbao y Otxandio a través del valle de Arratia.

Las dos líneas confluyen en Bilbao, por lo que el habitante de esa villa tendrá mayores facilidades para hacer los recorridos propuestos. En el caso de desplazarse en un vehículo, la vuelta podrá hacerse con alguna de las dos líneas mencionadas y utilizando como enlace la línea A3911 Bilbao-Lemoa-Durango-Elorrio para, mediante un transbordo en Lemoa, pasar de Arratia a Durangaldea y viceversa.

Contar con una buena red de transporte público le permite al montañero diseñar sus propias travesías

Evidentemente, estas travesías pueden realizarse también con dos vehículos y también resultan muy adecuadas para clubes de montaña que utilicen un servicio de autobús contratado.

Las travesías propuestas son aptas para cualquier montañero con una adecuada condición física, no incluyen dificultades técnicas y per-

miten conocer numerosos lugares y paisajes variados del Parque Natural. Vamos con ellas.

DURANGO – DIMA, POR MUGARRA Y ARTAUNGAN

18,5 km, +/-1000 m

Damos inicio a la excursión en Madalena Plaza en Durango, donde nos ha dejado el *bizkaibus* de la línea Bilbao-Elorrio. Caminamos por calles hacia el suroeste hasta la ermita de San Roke, donde seguimos la carretera que va subiendo al barrio Lazkoiti de Iurreta, siempre con vistas a Mugarra (uno de los objetivos del día) y otros colosos de Durangaldea.

El barrio de Mendilibar escoltado por Alluitz, Astxiki y Untzillatx





Allí atajamos por el caserío Arteaga, detrás del cual tomamos un sendero que asciende por bosque hasta alcanzar la carretera un poco antes del caserío Arrioletxe. Terminado el asfalto continuamos por pista hormigonada, primero entre pinos, después por bosque mixto, cruzándonos con caminantes, corredores y ciclistas habituales en este tramo del recorrido.

Así llegamos al barrio Santa Lutzia de Durango, donde tomamos un camino hitado que asciende, con bastante pendiente y en ocasiones, algo de barro, hasta el área de Landeerra. Desde allí nos queda una ardua, pero breve y muy atractiva, ascensión por el barranco de Kataska, un bonito y poco frecuentado sendero que aprovecha el paso natural entre Mugarra y Pagasarri (el de Legarmendi). Por momentos habrá que alargar la zancada y apoyar las manos para ascender por escalones naturales antes de acceder a unos rellanos herbosos protegidos por bellas hayas.

Allí encaramos la ladera que va buscando el conocido collado de Mugarrekolanda pero, antes de llegar a él, nos encaramamos a la lomada oeste de Mugarra para llegar a su cima bordeando el hayedo que cubre la vertiente norte. Disfrutamos de un picoteo mientras contemplamos el macizo kárstico de Legarmendi, el cuál bordearemos en la segunda mitad de la travesía de hoy.

Descendemos por el mismo camino hasta el collado de Mugarrekolanda, admiramos du-

rante unos minutos uno de los rincones más fotogénicos de todo el Parque Natural y nos acercamos a la agradecida fuente de Katiltxueta, donde tomamos la pista que nos lleva hacia Legarmendi. Nos salimos de la pista en dirección sur y ascendemos por un hayedo, clara muestra de esa naturaleza que trata de protegerse bajo la figura de Parque Natural: hayas retorcidas, hierba alta, hojarasca, pasto montano, todo ello tachonado de afloramientos calizos.

Nos dejamos guiar por las marcas amarillas y blancas de PR que atraviesan este hermoso paraje y las abandonamos (nos llevarían en pocos minutos a la cima de Leungana, que vamos a dejar para otra excursión) para ir descendiendo por ladera de hierba hasta un precioso llano irregular salpicado de espinos y hayas, donde es habitual encontrar caballos pastando, en la vertiente sur de Artaungan (905 m). Ascenderemos hacia su cima siguiendo los hitos que buscan las zonas más cómodas de hierba sorteando el lapiaz calizo.

El entorno cimero puede ser un buen lugar para comer a cubierto del sol o del viento, según sea el caso. Descendemos a lo largo de una lomada herbosa hacia una vaguada donde tomaremos un camino que nos conducirá a una pista que, entre pinos, encinas y alguna majada, ya no abandonaremos hasta llegar al recoleto barrio de Artaun (Dima).

En Artaun podemos comernos unas alubias (imprescindible reservar) o bien conformar-

nos con el agua fresca de la fuente. Desde allí únicamente nos queda seguir la soleada carretera, con vistas a Urragiko atxa y, más atrás, a Gorbeia, que nos llevará en descenso al núcleo de Ugarana (Dima) donde podemos tomarnos algo mientras esperamos al autobús que viene de Otxandio.

2 OTXANDIO – ATXONDO POR ORIOL 18 km, +700 m, -1100 m

Esta es una de esas travesías que puede hacerse una vez al año, sin llegar a cansarse del recorrido. Empezamos a andar en la parada de autobús de Otxandio y nos encaminamos a la zona deportiva, desde donde, por caminos entre casas aisladas y huertas, entramos en el bonito hayedo de Illuntxo. Una antigua calzada lo recorre en dirección a Oleta, barrio de Aramaio, a donde llegaremos en unos minutos.

Tomamos la carretera (N) que va hacia la casa del guarda y a la altura de un grupo de caseríos, tomamos una pista que comienza a ascender por la vertiente oeste del monte Oriol (popularmente Orisol). Abandonamos la pista para subir por un sendero que discurre en paralelo a un arroyo y empezamos a disfrutar de los bellos hayedos de Oriol. Este primero por el que estamos subiendo tiene ejemplares de buen porte; más arriba, en las laderas con el karst más a la vista, predominarán las hayas de menor edad.

Subiendo sin apenas descanso desembocamos en el sendero que viene del puerro de Krutzeta. Lo tomamos hacia el norte y seguimos subiendo entre hayas con ocasionales claros y vistas al valle de Otxandio y a Gorbeialdea. En una bifurcación podemos acercarnos a la cima de Santikurutz o seguir adelante hasta la cima de Oriol (1132 m), desde donde contemplaremos uno de los paisajes de montaña más sobrecogedores de Euskal Herria: el cordal de Anboto emergiendo de un mar de hayas.

Descendemos de la cima en dirección NO y recorreremos uno de los hayedos jóvenes más característicos de nuestro territorio, el que cubre toda la ancha lomada que baja hasta el collado de Lezeaga, entre Oriol e Iruatxeta. En el collado disfrutamos de las vistas hacia el valle de Aramaio y las imponentes peñas calizas de Gantzaga y Allunpe. Tomamos ahora las marcas rojas de GR que nos guiarán por un camino de piedra que flanquea las laderas del cordal que conforman las peñas mencionadas e Iruatxeta. Las vistas sobre la cara sur de An-





Mugarra y el collado de Mugarrekolanda

boto son de quitarse el sombrero... y sacar la cámara de fotos.

Llegamos al conocido collado de Zabalandi, desde el que podríamos subir a Iruatxeta o al propio Anboto. Nosotros decidimos seguir el camino que nos irá bajando por el barranco de Andasto, cubierto por un precioso hayedo. El camino, muy bien balizado con marcas de PR, da unas cuantas revueltas, atraviesa un arroyo y ya en terreno un poco más abierto, nos lleva a través de pinares hasta los primeros caseríos del barrio de Arrazola.

Cargamos la cantimplora con el agua fresca de la fuente que mana en el lateral de una casa y atravesamos el barrio, hasta alcanzar la vía verde que seguimos entre caseríos y prados. Echamos frecuentes miradas atrás para

admirar la silueta de Anboto, hasta Apatamosterio, barrio principal de Atxondo. Allí nos tomamos algo en alguno de sus bares y nos subimos al autobús que viene de Elorrio.

3 DURANGO – ALTO DE DIMA POR URKIOLA Y SAIBI 18,5 km, +1000 m, -600 m

Estamos de nuevo en Durango, pero, en esta ocasión, nos encaminamos en dirección sur, atravesando el casco urbano, hasta el barrio de Artabilla. Allí tomamos el GR 229 "Mikeldi" que recorre toda la comarca de Durangaldea.

Las marcas rojas y blancas nos van llevando por un ancho camino en el que coincidimos con varios durangotarras dando el paseo de todas

las mañanas. El camino pasa bajo el viaducto del Tren de Alta Velocidad y atraviesa bosques de repoblación y algunas frondosas, con ocasionales vistas al valle del Mañaria y al espigado Mugarra. En el barrio Etxano (Izurtza) dejamos momentáneamente el GR, atajamos y bajamos por carreterilla al barrio de Lexartzta, el cuál atravesamos para llegar a la carretera nacional a la altura de los caseríos de Markue, ya en Mañaria.

Tomamos el GR 229 "Mikeldi" que recorre toda la comarca de Durangaldea

En Mañaria echamos la mirada hacia arriba y en 360°, no vemos más que montes: Muga-



hacia arriba, recorreremos una larga lomada cubierta de bosque autóctono, hasta llegar al mirador de las tres cruces de Urkiola primero y al Santuario después.

Cruzamos la carretera en lo alto del puerto y tomamos la pista de grava que asciende suavemente. Más adelante dejamos la pista y seguimos por pinar y pasto hasta la gran cruz que preside la cima de Saibi (954 m). Allí toca disfrutar de las amplias vistas que esta cima, modesta pero estratégicamente situada, nos ofrece de los macizos de Eskuagatz y Anboto. Aprovechamos para comer a la sombra de la cruz.

Descendemos hacia el sur por una lomada de hierba, nos internamos en un pinar y vamos bajando, siguiendo pinturas amarillas y blancas, a través de bosques de frondosas y repoblaciones de coníferas hasta llegar al área recreativa de Zumeltza en el puerto de Dima, donde nos refrescamos en la fuente mientras esperamos al autobús que viene de Otxandio.

4 ABADIÑO – ATXONDO POR ALLUITZ

14 km, +1000 m, -950 m

El autobús Bilbao-Elorrio nos deja en el barrio Zelaieta de Abadiño, desde donde nos encaminamos hacia una fundición, junto a la que comienza un viejo camino que comunica diferentes barrios del municipio. Disfrutamos de varios tramos de calzada empedrada entre robles, hayas y pinos y antes de llegar al barrio de Mendilibar, tomamos una pista hacia la derecha, cuyo trazado ha sido modificado por las obras del TAV. Ascendemos por un camino ancho y con buena pendiente hasta llegar a los caseríos del barrio de Untzilla, donde seguiremos una carreterilla de hormigón.

La carreterilla atraviesa prados y un pinar hasta terminar en el barrio de Larringan, con su antiguo molino de viento, mientras la mole de Untzillatx nos vigila atentamente. Continuamos por un camino entre campos y bosque hasta llegar al barrio de Mendiola. Allí tomamos un camino que nos llevará a las antiguas canteras de Atxarte.

Tras el sube-y-baja de los barrios abadiñotarras, ahora toca subir. Tomamos el camino (PR) que sube hacia Asuntze (y después al collado de Zabalandi), donde empezamos a ver las primeras hayas, con un buen aparato radicular. En algunos claros podemos admirar la silueta de Untzillatx y, tras unos minutos, dejamos el camino por la izquierda para encarar la vaguada que nos llevará al collado de Artola entre los montes Astxiki y Alluitz. A este segundo nos encaminamos subiendo primero

por una ladera de hierba, para después atravesar una pequeña pedriza.

El terreno se va empinando y tenemos que estar muy atentos a los hitos para no salirnos de la difusa senda. Desde aquí hasta la cima pisaremos un poco de hierba alta y un mucho de roca, sin complicaciones técnicas. Ya en la cima podremos contemplar el cresterío de Anboto (con el Paso del Diablo en primer plano) y Untzillatx.

Bebemos y comemos algo y emprendemos la bajada hacia el collado por el mismo camino, con un poco de cuidado, dado lo agreste del terreno. Una vez en el collado, cambiamos de vertiente y descendemos hacia el norte siguiendo un sendero que más adelante se interna en un pinar, donde tomamos una pista. En una bifurcación podemos optar por volver a Abadiño por la carretera de Atxarte. Nosotros tomamos dirección Axpe, barrio de Atxondo al que llegaremos por una pista de firme duro.

En Axpe nos refrescamos en la fuente y seguimos a lo largo de la acera de la carretera que, uniéndose más adelante a la carretera de Arrazola, nos llevará a Apatamonasterio, donde nos acercaremos a la carretera nacional para tomar el autobús que viene de Elorrio.

5 DIMA – AMOREBIETA, POR LEUNGANA Y GANTZORROTZ

20 km, +/-1200 m

Nos hemos bajado del autobús en Ugarana (Dima), donde tomamos la carretera que lleva a los diferentes barrios diseminados en la amplia falda sur del macizo de Legarmendi. Para calentar piernas hoy toca recorrer casi cinco kilómetros de carretera de barrio a barrio y de caserío a caserío, hasta llegar a la ermita de San Juan en el barrio dimatarra de Oba.

Allí tomamos una pista que nos lleva entre pinos, sin descanso, hasta el collado de Inungane, donde tomamos dirección NO siguiendo las marcas blancas y amarillas de la PR BI-83 "Gran travesía de Legarmendi", que viene del Santuario de Urkiola por Saibi y Errialtabaso. Aquí comienza uno de los grandes atractivos de la travesía de hoy: un precioso sendero entre hayas aisladas, tramos de pasto y afloramientos calcáreos que nos lleva hasta la cima de Leungana.

Parada obligada para admirar (NO) el vasto paisaje kárstico de Legarmendi y detrás, el Gran Bilbao y El Abra. Hacia el SE, asomando sobre las copas de las hayas, el macizo de Eskuagatz y el cordal Astxiki-Alluitz-Anboto. Echamos unos tragos a la cantimplora y comemos un poco de fruta.

rra, Leungana, Errialtabaso, Saibi, Untzillatx. Atravesamos el pueblo siguiendo la carretera y nada más salir de él, dejamos ésta por la izquierda para tomar el viejo camino que subía de Mañaria al Santuario de Urkiola. El camino asciende por los caseríos dispersos del barrio de Aldegoiena en busca, sin descanso, de la ermita y la cueva de San Martín, en las faldas de Untzillatx. En la ermita reponemos fuerzas y picoteamos algo.

Continuamos ascendiendo, ahora de manera más suave, a través de encinares y pinares, hasta llegar al caserío Gatzagieta con su característico calero. Echamos una foto hacia Untzillatx y seguimos adelante, tomando una de las curvas de la carretera de Urkiola. En seguida saliéndonos a la izquierda, siempre



Descendemos en dirección al collado de Mugarrekolanda (ver travesía Durango-Dima) hasta llegar a la fuente de Katilitxueta, donde nos aprovisionamos de agua bien fresca. Vamos a recorrer varios kilómetros del karst de Legarmendi y no volveremos a encontrar agua hasta salir de éste en el área de Belatxikieta.

Ahora alternamos sendas y caminos anchos, con predominio de hayas y pinos aislados, hierba alta y espinos. Las marcas de PR nos van llevando por los lugares más accesibles (caminos y rodadas) en un entorno agreste y salvaje. Vamos sorteando diferentes montes desordenados hasta llegar a la base de Gantzorrotz, uno de los clásicos del macizo, que subimos por el E.

El paisaje que vemos alrededor tiene un encanto especial, si consideramos la relativa desolación de los entornos kársticos. Entre la irregular orografía, podemos apreciar retazos de verde (hierba y espino), caballos pastando y algún montañero despistado.

Bajamos por la vertiente oeste en busca de las marcas amarillas y blancas que, atravesando un par de collados, nos llevan al collado de Urtemondo, donde podemos atisbar la Galdara, una amplia depresión caliza muy calurosa en los meses estivales.

Bordeamos la Galdara y llegamos al entorno de Belatxikieta, bastante frecuentado los fines de semana: cima sencilla con buenas vistas, ermita, mesas de picnic y fuente (Mandabietta). Nos acercamos a esta última (comenzando la bajada hacia Amorebieta) para comer el pertinente bocadillo.

Ya sólo queda bajar a Amorebieta siguiendo las marcas blancas y rojas del GR 229 "Mikeldi", que nos llevan por pista (con numerosos atajos) hasta Amorebieta, donde accedemos a la altura de la estación de Euskotren. Desde allí nos acercamos al centro del pueblo para coger el autobús. Si lo preferimos, podemos coger un tren que nos lleve de vuelta a casa.

6 ATXONDO – OTXANDIO POR ANBOTO

17 km, +1250 m, -850 m

El *bizkaibus* nos ha dejado en Apatamonasterio, desde donde recorreremos la vía verde hasta Arrazola. Al fondo, se nos va acercando Anboto, con Anbotoko sakona (la vaguada de la vertiente norte) a la vista, lugar por el que tenemos previsto subir al punto culminante del Parque Natural.

Un trago de agua en la fuente que ya conocemos (travesía Otxandio-Atxondo) y subimos por carretera hasta el caserío Atxekoa,



Unos habituales de la cima de Saibi

donde tomamos un camino que va bordeando la vertiente norte de Frailea. En un momento dado, nos salimos de él y vamos ascendiendo por pinar y más arriba, espinar y helechal, hasta alcanzar la campa de Zabaleta, en la base de la cara norte.

Tomamos un sendero que nos lleva hacia arriba, siempre hacia arriba, entre hierba alta y ocasionales hayas. Nos lo tomamos con mucha calma y aprovechamos los cortos tramos de menos pendiente para recuperar un poco el resuello. El sendero acaba por llevarnos hacia el este para encaramarse a la lomada entre Frailea y Anboto, desde donde llegamos a la cima pisando hierba; aunque sea difícil de creer en un montañón de las características de Anboto.

Desde Apatamonasterio han sido 1200 m de desnivel positivo y apenas hemos comido unos higos y unos frutos secos, por lo que aprovechamos el buen tiempo y las vistas para disfrutar del almuerzo. Vamos a bajar por Zabalandi y conviene no descuidar el paso.

La bajada resulta muy entretenida. En determinados momentos apoyaremos alguna mano o salva sea la parte, y no pisaremos ni una brizna de hierba hasta llegar al collado de Zabalandi. En determinado momento podremos desviarnos unos metros para contemplar el ojo de Ezkillar, un agujero natural tallado en la dura roca caliza.

Podremos desviarnos unos metros para contemplar el ojo de Ezkillar

Ya en el collado, echamos unas fotos a la monumental estampa de Anboto, una vista

que no cansa. Echamos un trago de agua en la socorrida fuente de Zabalandi y tomamos la pista que va hacia Urkiola. En el cruce de Pagozelai nos salimos de la pista por la izquierda, para empezar a bajar por bosques de repoblación, donde debemos estar atentos a las pinturas que nos llevarán hasta la pista que discurre por el fondo del barranco del río Oleta.

Seguimos la pista, pasando junto a la casa del guarda y alcanzamos la carretera que nos llevará a Oleta. A la altura de la iglesia de Andra Mari, tomamos el camino marcado que, atravesando el hayedo de Illuntxo nos conducirá a Otxandio. Allí nos tomamos un refresco en una de las tabernas del pueblo (la excursión ha sido larga e intensa), mientras hacemos tiempo para subir al autobús.

Además de estas seis travesías que proponemos, invitamos al lector a que diseñe sus propios recorridos. Uno podría ser subir a Eskuagatx desde Mañaria (a donde podemos llegar por la GR 229 "Mikeldi" desde Durango), bajando luego a Ugarana por Oba, o a Indusi por el entorno de Baltzola. Otra idea: de Elorrio a Otxandio por Besaide, Tellamendi e Iruatxeta. Una más: de Otxandio a Urkiola por la GR 38 "Ruta del Vino y del Pescado" y bajar por Urkiolagirre y Atxarte a Abadiño. Diferentes posibilidades para disfrutar de los paisajes del Parque Natural de Urkiola sin prisa y de una forma medioambientalmente más sostenible.

INFORMACIÓN

Líneas y horarios de Bizkaibus: web.bizkaia.eus/es/web/bizkaibus

Senderos de la Federación Vizcaína de Montaña: bmfvm.org/

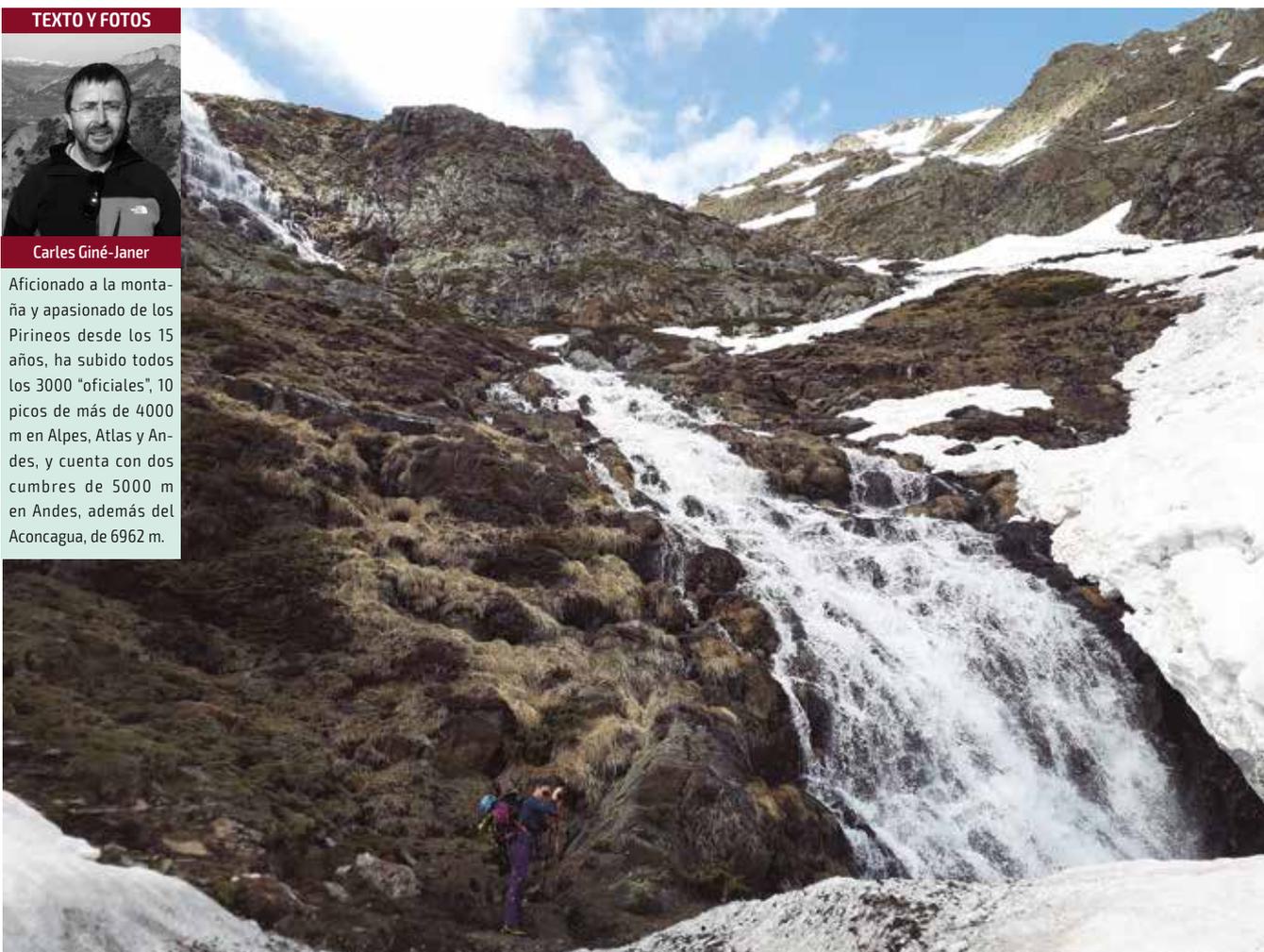
CANALES DE INICIACIÓN EN EL PIC DELS TRES ESTANYS

TEXTO Y FOTOS



Carles Giné-Janer

Aficionado a la montaña y apasionado de los Pirineos desde los 15 años, ha subido todos los 3000 "oficiales", 10 picos de más de 4000 m en Alpes, Atlas y Andes, y cuenta con dos cumbres de 5000 m en Andes, además del Aconcagua, de 6962 m.



Cascada que proviene del desguace del Estany de la Gola

El *Pic dels Tres Estanys* (lagos en catalán occidental) es un poco conocido pico de la comarca catalana del *Pallars Sobirà*. Sí que son más conocidos el *Pic de la Coma del Forn*, al sur y, especialmente, el *Pic de Ventolau*, al norte. Pero difícilmente no se podrá reconocer la belleza de su cara este, bien visible en la ascensión por la ruta normal al pico *Ventolau* (2849 metros), y en parte de la ascensión al pico de *Coma del Forn* (2682 metros).

Desde que observé el pico subiendo al *Ventolau* en octubre de 2014, me cautivó su belleza y me propuse subirlo. Así pues, este pico de 2758 metros de altura, centró algunos de mis esfuerzos montañosos entre los inviernos y primaveras de 2015 y 2017, llegando a subirlo un total de 5 veces, nunca por su ruta normal. Han salido un total de 6 canales diferentes, de las cuales no tengo noticia que se hubieran subido antes.

PUNTOS DE PARTIDA CARA ESTE:

Su ruta normal coincide con la de su vecino *Ventolau* hasta el collado que los separa. Allí, una amplia y fácil cresta permite llegar a su cumbre, en dirección sur. La base de esta ascensión es la estación de esquí de *Pleta del Prat*, pasada la población de Tavascan, a unos 1700 metros de altura.

CARA OESTE:

Para los 3 corredores de la cara oeste, será necesario ir hasta un punto intermedio entre las poblaciones de Cervi y Gavàs (cerca de *Esterrí d'Àneu*). Allí nace una pista de unos 8 kilómetros que permite llegar hasta cerca del *Planell de Sartari*. Cabe decir que la pista no está en muy buen estado y que la nieve puede que no permita llegar hasta su fin.

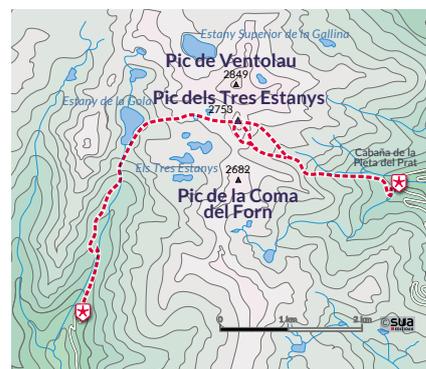
APROXIMACIÓN CARA ESTE:

Para la cara este, se empieza a caminar superado el edificio del refugio, siguiendo una pista con las indicaciones de *l'Estany de Mascariada o del Diable*. En una marcada curva hacia la derecha, los indicadores nos llevan a dejar la pista, pero no lo haremos. Seguimos esta hasta su final, ya cercano, en un llano.

A la derecha del llano veremos un hito. Nos vamos hacia allí y empezamos a subir de forma clara y decidida por el barranco de

Mascaró, en dirección oeste. Si hay poca nieve, quizás veremos algún hito más, pero no son demasiado numerosos. Por suerte, no hay pérdida posible, pues se trata de ir subiendo por el barranco. De momento, se comparten las rutas normales tanto de la *Coma del Forn* como del *Ventolau*, y también del *Tres Estanys*. Después de superar unos 700 metros de desnivel, incluida una espectacular pala de nieve, justo al pasar un pequeño collado entramos en la *Coma del Forn*, donde las vistas empiezan ya a ser impresionantes. A nuestra izquierda está el pico *Coma del Forn*, delante el *Pic dels Tres Estanys* y a la derecha, el *Ventolau*. El primero no se aprecia bien, pero los otros dos sí; el pico al que nos dirigimos especialmente.

Cercanos deben estar los lagos de la *Coma del Forn*. Hasta aquí va el camino conjunto para los corredores de la cara este. A partir de este punto, para el corredor del *Ferran*, cabe seguir la ruta normal al *Ventolau*. Para los corredores de la *Ballarina* y de *l'Andrea*, la ruta hacia el *Coll del Forn*.



En el primer caso, se va ladeando en dirección al collado que separa el *Pic dels Tres Estanys* del *Ventolau*. Un rato antes, ya veremos a nuestra izquierda el corredor, también visible desde que se llega a la *Coma del Forn*, igual que los otros dos.

En el segundo y el tercer caso, se sigue la ruta hacia el visible *Coll del Forn*, hasta que el terreno nos permita girar a la derecha y acercarnos al pie de las otras dos canales: *Ballarina* y *Andrea*.

Detalle de la cara este. A la izquierda corredor de la *Ballarina*. A la derecha, corredor de *l'Andrea*. En el medio, la cumbre





Corredor de la Ballarina
150 m.
40/45 graus
Febrer 2016
Aleix Barberà
Joanet Ribà
Carles Giné-Janer
Material: bàsic personal

Corredor de l'Andrea 200 m. 50 graus, M3
Febrer 2017
Joanet Ribà
Enric Nicuesa
Carles Giné-Janer
Material: bàsic personal, i algun camalot i estaca

Corredoret del Ferran,
150 m. 40 graus
Abril 2015.
Aleix Barberà
Josep Boixader
Carles Giné-Janer
Material: bàsic personal

Croquis cara este

CARA OESTE:

Se seguirá la pista hasta donde la nieve lo permita. Una vez llegados al aparcamiento, se sigue la misma, que vadea por la izquierda

(oeste) y se eleva hacia el *Planell de Sartari*, en clara dirección norte. La misma se acaba poco antes de una espectacular y visible cascada, proveniente del desguace de *l'Estany*

de la Gola. Se trata ahora de atravesar el río y empezar a subir haciendo lazadas (quizás encontremos el rastro del camino de verano), para superar los poco más de 200 metros de desnivel que separan el pie de la cascada, de *l'Estany de la Gola*.

Justo antes del lago, encontraremos el refugio homónimo a 2231 metros de altura, el cual puede ser una buena opción para dividir la ascensión en dos días. La ruta de verano bordea el lago por el oeste, pero se puede bordear por el otro lado y ahorraremos así un buen trozo de camino. Entraremos así, en clara dirección este, en la zona donde se encuentran los tres lagos que dan nombre al pico. Pronto se empezará a ver la cara occidental de nuestro pico. Aunque esta vista no es tan espectacular como la de la cara oriental, no está nada mal.

A continuación, se gira en dirección nordeste, para acercarnos a los pie de las canales de la cara oeste. La canal de *La Laura de Ca del Mestre* es bien visible y se sigue una dirección con más tendencia este que norte; más o menos cerca del *Coll del Forn*. Para las canales de los "arroses", la tendencia es más dirección norte, hacia el collado que separa el *Ventolau* de nuestro *Tres Estanys*.

Vista estival del corredor del Ferran



Vista del corredor *Arròs a la cubana* con el *Ventolau* detrás. AUTOR: Joanet Riba





Aproximación al corredor de la *Ballarina*

CANALES CARA ESTE

1-CANAL DEL FERRAN

Es el más fácil de la cara este y acaba justo en la cresta cimera, que une el collado entre el *Ventolau* y el *Tres Estanys*, y donde acaba, por la cara oeste, la canal *Arròs a la cubana*. Es visible desde lejos, de derecha a izquierda. Tiene poco menos de 150 metros de desnivel, con unos 40 grados máximo de inclinación, bastante constante. Una vez en la cresta, solo cabe girar a la izquierda (sur), para superar los pocos metros que nos separan de la cumbre. Para bajar, volvemos por nuestros pasos para, una vez pasado el final de la canal, llegar al collado ya indicado, descendiendo por la ruta normal del pico de *Ventolau*.

El nombre es un homenaje a mi hijo Ferran. Ascensión realizada por Aleix Barberà, Josep Boixader y Carles Giné-Janer el 18 de abril de 2015.

TRACK DE LA ASCENSIÓN COMPLETA:

<https://ca.wikiloc.com/rutes-alpinisme/pic-dels-tres-estanys-9435768>

Track de la canal: <https://ca.wikiloc.com/rutes-alpinisme/corredoret-del-ferran-al-pic-dels-tres-estanys-9576404>

MATERIAL: básico personal (dos piolets y casco)

2-CANAL DE L'ANDREA

Es el corredor más complicado de los seis que se explican en este artículo y el más visible de la cara este. Va de izquierda a derecha, empezando un poco al sur de la vertical de la cumbre y acabando directamente en la misma. Un espolón rocoso lo separa, más al sur, de la canal de la *Ballarina*.

Tiene dos partes claramente diferenciadas: la primera es una canal totalmente de nieve de entre 40 y 45 grados de pendiente y un máximo al final de 50. Se puede decir que se acaba aquí la canal y se complica el tema. Se realiza un flanqueo hacia la derecha (norte), unos 6 o 7 metros y se monta reunión. Desde ella, se si-

guen 5 metros más a la derecha. Allí se cambia de dirección y se sube en diagonal hacia la izquierda por terreno mixto (M3), unos 15 metros hasta que se vuelve a montar reunión. El último largo consiste en subir unos 3 o 4 metros hacia la derecha, hasta llegar a una línea de nieve de unos 45 grados de inclinación que, siguiéndola, nos deja 2 metros a la derecha de la cumbre.

La bajada es la misma que para la anterior canal.

El nombre está dedicado a la pareja de Joanet. Ascensión realizada por Joanet Riba, Enric Nicuesa y Carles Giné-Janer el 19 de febrero de 2017.

TRACK DE LA ASCENSIÓN COMPLETA:

<https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/ascension-al-pic-dels-3-estanys-per-corredor-de-landrea-aproximacio-corredor-de-neu-i-roca-16508791>

Track de la canal: <https://ca.wikiloc.com/rutes-alpinisme/corredor-de-landrea-al-pic-dels-tres-estanys-16534598>

MATERIAL: básico personal, cuerdas, algún camalot y alguna estaca.

3-CANAL DE LA BALLARINA

Es quizás el corredor más estético y visual de la cara este. Es también el que está más al sur, y toma dirección de izquierda a derecha, acabando en la cresta sur del *Tres Estanys*, en la cara opuesta donde acaba la canal de *La Laura de Ca del Mestre*. De allí, quedan unos 50 metros de desnivel en clara dirección norte hasta la cumbre.

Situada más a la izquierda (sur) del corredor de *L'Andrea*, tiene unos 150 metros de desnivel, una pendiente estable de unos 40 grados y un máximo de 45.

La bajada, la misma que para las dos anteriores canales.

El nombre está dedicado a la pareja de Aleix. Ascensión realizada por Barberà, Joanet Riba y Carles Giné-Janer el 20 de febrero de 2016.

TRACK DE LA ASCENSIÓN COMPLETA:

<https://ca.wikiloc.com/rutes-alpinisme/corredor-de-la-ballarina-al-pic-dels-tres-estanys-12365187>

MATERIAL: básico personal

CANALES CARA OESTE

4-CANAL DE L'ARRÒS A LA CUBANA

La más fácil de las seis aquí reseñadas. Tiene unos 120 metros de recorrido, con una pendiente constante que no llega a los 40 grados y unos metros iniciales que llegan a los 45. Acaba en la cara opuesta del final de la canal del *Ferran*.

El descenso se realiza volviendo sobre nuestros pasos hacia el norte, pasando la salida de la canal para llegar al collado entre el *Tres Estanys* y el *Ventolau*. Una vez allí, girar a la izquierda, oeste, para llegar al pie del corredor y seguir por el mismo camino de subida.

El nombre es un homenaje a la cena más típica, en el monte, de nuestra cuadrilla de montaña.

Ascensión realizada por Carles Giné-Janer el 3 de abril de 2016.

TRACK DE LA ASCENSIÓN COMPLETA HASTA EL PIE

DE LA CANAL: <https://ca.wikiloc.com/rutes-raquetes-de-neu/pic-dels-tres-estanys-12855304>

Track de la canal: <https://ca.wikiloc.com/rutes-outdoor/corredor-arros-a-la-cubana-al-pic-dels-tres-estanys-12912001>

MATERIAL: básico personal



Croquis cara oeste

5-CANAL DE L'ARRÒS A LA CUBANA AMB ALLETS¹

A media subida de la anterior canal, y aunque no es visible desde abajo, se abre a su derecha (sur) una variante que mantiene más los 40 grados, aunque en su parte final se diluye antes de llegar a la cresta.

Descenso igual que en la anterior canal.

El nombre es un homenaje a la cena más típica con su condimento, en el monte, de nuestra cuadrilla de montaña.

Ascensión realizada por Joanet Riba el 3 de abril de 2016.

MATERIAL: básico personal

6-CANAL DE LA LAURA DE CA DEL MESTRE

La más visible y espectacular de la cara oeste, ofrece un serio aspecto que no se corresponde con su dificultad real. Es la canal que está más al sur de la cara oeste.

Tiene unos 160 metros de desnivel. Se puede hacer con el material personal o con tres largos, donde el segundo tiene unos metros de 45 grados. El resto, de unos 40 grados.

Una vez en la cresta, se gira hacia el norte para completar los aproximadamente 60 metros que quedan hasta la cumbre. Para el descenso seguir hacia el norte, igual que en las dos canales anteriores.

El nombre es un homenaje a la que fue mi pareja durante 20 años y su familia.

Ascensión realizada por Joanet Riba, Andrea Viguera y Carles Giné-Janer el 22 de abril de 2018.

MATERIAL: básico personal y opcional cuerdas y material de aseguramiento.



1. Ajillos

ARABAKO MENDIALDEKO GORDELEKUAK

ISAAC PUENTEREN IBILBIDE HISTORIKOA

Arraia-Maeztuko jendearen esanetan, zonaldean izandako medikurik hobereena izan zen Isaac Puente. Gaixo guztiak, pobre zein aberats, maitasun eta gizalege handiz artatzen zituena. Baina, anarkista, naturista eta mendizalea ere bazen. Eta, beste askorekin gertatu bezala, Gerra Zibilean atxilotu, kamioi batera igoarazi eta bizitza kendu zioten bide-ertz batean. Gatibu hartu aurreko egunetan, mendian gordeta ibili zen, zonaldeko beste kide batzuekin batera. Non aritu ziren, harat-honat; zein menditan, haitzetan, kobazulotan ezkutatu behar izan ziren jakiteko asmotan, hamaika txango egin dugu inguruko parajeetan.

Peña Rasgadako igarobidea

TESTU ETA ARGAZKIAK



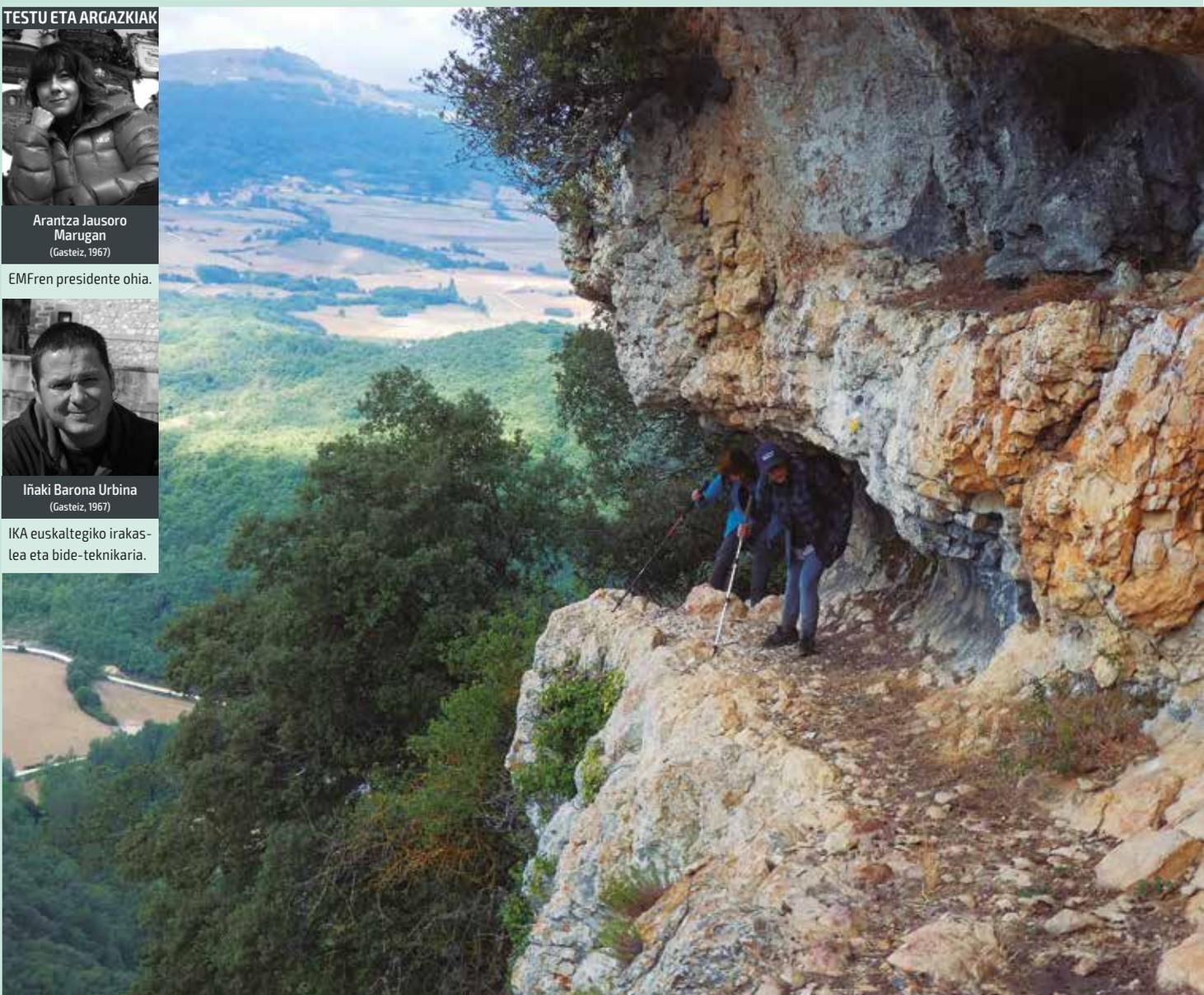
Arantza Jausoro
Marugan
(Gasteiz, 1967)

EMFren presidente ohia.



Iñaki Barona Urbina
(Gasteiz, 1967)

IKA euskaltegiko irakaslea eta bide-teknikaria.





I. ARRAIA-MAEZTU: ENTZIA MENDILEROAREN ATEA

Maeztutik aterako gara, gaur egungo uda-letxetik, Vasco-navarro trenaren geltoki zaharberritutik (644 m). Iparraldera abiatuko gara, Leortza aldera, Vasco-navarro trenaren kalean barna, etxe txikiak atzean utzi arte. Metro batzuetara eskuinera joko dugu,



Gesal pasabidea



ekialderantz, San Juan bidetik. Legarrezko bidea zabala da, eta hori segituko dugu, mendia aurrean dugula, Igoroin errearen gaineko zubia gurutzatu eta mendiko etxe bateraino heldu arte. Bertan, bide-erakusle bat topatuko dugu. Ataurirako bidea hartuko dugu, eskuinera, eta 70 bat metro egin ostean, ezkerrera doan xenda estu bat ikusiko dugu. Hortik joko dugu gora, Gesal pasabidea jomuga izanik.

II. KOBAZULO ARTIFIZIALA ETA ZABALEGIKO ESKULTURA

Nahiko modu erosoan ibiliko gara, desnibela apurka-apurka gainditzen. Basoa ixten deanean, ezkerrera bihurgunea markatzen du bideak, eta argindar dorreentzako kamino batera aterako gara. Bidean, erkametzak, elorri beltzak, haritzak, astigarrak, gorostiak eta ipuruak topatuko ditugu. Metro gutxi batzuk eginda, eskuinera jo behar dugu, langa eta metalezko pasabide bat aurrean ditugula. Bidezidorra galdu gabe jarraituko dugu gorantz. Ezkerrera kobazulo artifizial bat atzean lagako dugu, eta erkametz handien artean segituko, zenbait gunetan harri-piloie erre erreparatuta haitz arteko pasabide ikusgarri batera heldu arte. Arroken igarobidearen gainean Gesal mendi-lepora iritsiko gara, eta eskuinera jota, Zabalegi mendiko eskultura topatuko dugu, berrehun bat metro kordaletik ibili ostean (865 m).

Zabalegiren eskulturak



III. PEÑALASCINCOKO KANPAI-HOTSAK

Kordal horretatik segituko dugu altuera hartzen, ezkerrera bira eginda, Zabalegiko tontorrera iritsi arte (865 m). Ez dugu bertan postontzirik aurkituko, pare bat harri-meta baizik. Goitik jarraitu beharrean, ezkerrera, ekialderantz jaisten hasiko gara, mendi-bide batekin topatu arte. Eskuinera hartuta, hegoalderantz, Peñalascinco aldera joko dugu goi-larretan barna. Hamar bat minutu pasata, seinale-zutoin bat ikusiko dugu, eta hari kasu eginda, eskuinera egin, eta bost bat minutu igaro orduko, Peñalascincoko gailurrera ailegatuko gara (907 m). Gurutze moduko kanpaiak izango ditugu aurrean, harrizko talaia paregabean. Atzera egingo dugu, zapalduetako basabide beretik, gibelean utzitako PR-A-59ko zuntoraino.



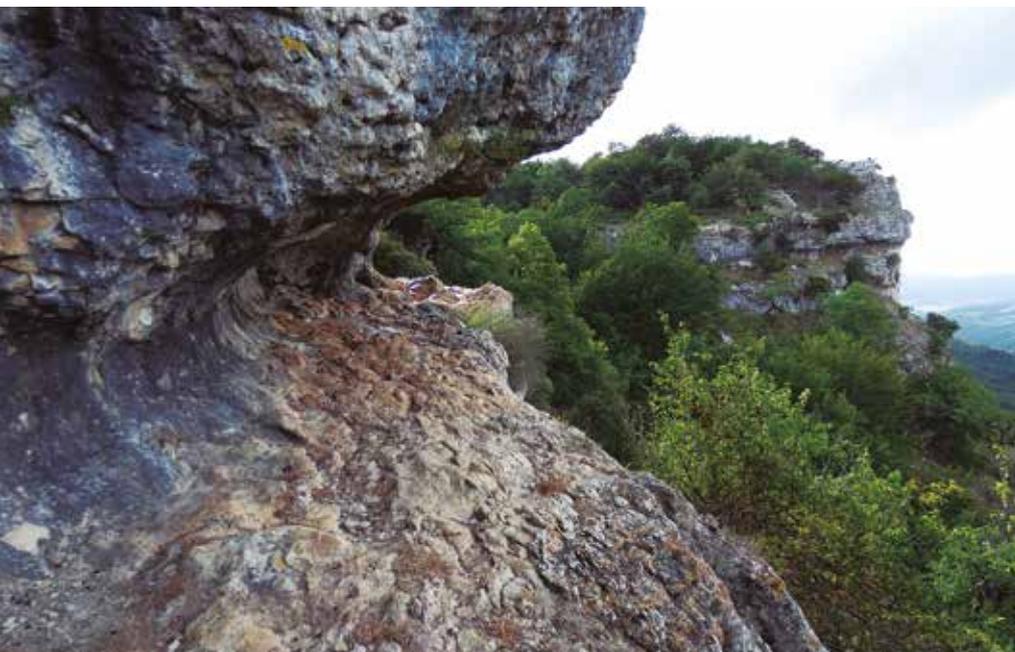
Peñalascincoko kanpaiak

IV. PEÑA RASGADA, PARAJE ZORAGARRIA

Oraingoan, Arburu goi-lautadaraino norabidea hartuko dugu, ekialderantz jota. Hamar bat minutu iragan, eta beste bide-erakusle bat topatuko dugu. Ataurira joko dugu, tentu handiz lehen metroetan, adi-adi eta harri-metei begirik kendu gabe, ez baitago argi markatuta zer xendra jarraitu. Ezkerrera, basora sartzeko soilgune batean, harri-piloa ikusiko dugu, eta hark erakutsiko digu nora joan. Basoan barre-

na, mantso arituko gara bide harritsu batetik. Aldapa labur bat jaitsita, begiak ongi zorroztu beharko ditugu, zer eta, Ataurira doan bidea lagata, Tobera errekek sortutako bidean, ezkerre, seinale-zutoin bat begiztatzeko. Hara abiatuko gara. Bertan, Arburu mendirako noranzkoari ekingo diogu. Berehala langa gainditzeko pasabidea kausituko dugu, harkaitz erraldoi baten magalean. Handik aurrera, goialdera iritsi arte, men egingo diegu bidezidorra markatzen duten seinale guztiei. Peña Rasgadan gaude; paraje zoragarria, benetan.

Peña Rasgadako xenda



V. OBI HAITZA: HAINBAT SEKRETUREN GORDELEKUA

Arrokaren babesean ibiliko gara, Ortqueta ize-neko zonaldera heldu artio, murru izugarri baten pean igarobide estu eta meheak zeharkatuta. Pixkanaka-pixkanaka azken malkarrak igo, eta gainaldea hartuko dugu. Behin goian, pago artean garela, ezkerre egingo dugu, amildegiarekin batera, eta haitz ertzetik ibiliko gara, Santa Ageda mendi-kaskoraino (1041 m). Bazterretik jarraituko dugu, ipar-ekialderantz, Arburu mendia begi-bistan dugula. Aurki iritiko gara erpin geodesiko alboko postontzira. Ibilbidearen punturik altuena da hau; behatoki paregabea, zinez (1048 m). Hirugarren gailurrera bidean, adi-adi ibiliko gara norabidea aldatu barik, arrokaren hegaletik gertu. Basabide estu batetik, ezpel eta haginaren artean, bertatik bertara helduko gara Mendibibila tontorreraino (1043 m). Puntan, sasitan, harri-piloa dago. Ordura arteko noranzko berari jarraituta, ezkerre eta behera jaisten den bidezidor zabala aurkituko dugu. Horra joko dugu ausarki, eta zuzen segituko dugu hautatutako bidetik, albo bietara ateratzen diren adarrei jaramonik egin gabe. Ataurirako posteraino joan, eta Obi haitzera joko dugu oraingoan. Gesal aldera joango gara, lehenago egin dugun bide beretik. Gesal lepora iritsita

eta bertako pasabidea aurrean daukagula, igotzen egindako bidexka baztertu, eta eskunera egingo dugu harri-metei kasu eginda. Erkametzen arteko harrizko xendratik abiatuko gara ibilaldiaren azken mendi-gailurrera. Aldats gora ari garela ia konturatu gabe, Obiko haitzean izango gara segituan. Goitik, harkaitzen hegitik, Maeztu ikusten da ederto askoan. Isaac Puentek bertatik begiztatu zuen familiak etxeko leihoan jarritako argia, arriskuaz ohar-tarazteko adostutako zeinua.

VI. EZKUTATZEKO LEKURIK HOBERENA

Ekialdera egingo dugu, aldapan behera. Metro batzuetara, Obi kobazuloarekin egingo dugu topo. Bertan, hainbat gau pasatu zituen isil-gordeka Isaac Puentek. Beste pixka bat jaitsiko gara. Behin bidera aterata, ezkerrera egingo dugu, iparralderantz. Segituan beste seinale bat topatuko dugu, eta Maezturako aukera hartuko dugu bertan. Bidexka zabalduz doa, eta handik behera egingo dugu, Basabarri izeneko parajetik, burdinazko ate berde bateraino. Hesia gurutzatuta, ez eskuin ez ezker, zuzen-zuzen jarraituko dugu, aurrean dugun bidetik jaisten, San Martin basilizaraino. Metro gutxira San Juan bidera irtengo gara, eta hortik, galtzeko inolako arriskurik ez dugula, Maezturako azken urratsak emango ditugu.

ISAAC PUENTE AMEZTOI

Isaac Puente aitzindaria izan zen jorratu zituen arlo guztietan. Osasungintza publikoaren aldekoa izanik, hamaika liburu argitaratu zituen horren defentsan, gaixoen eskubideak eta duintasuna aldarrikatzea xede. Anarkista eta mendizale amorratua izan zen, eta CD Alaves mendi-klubarekin finalista izan zen, 1926ko ehun-mendi txapelketan. Kiro-laria eta ekologista; Alpinismo liburua idatzi zuen, baita Arabako basoen gaineko ustiapen orekatuaz hainbat ikerketa ere. Naturista sutua; gogoan izatekoa 1934an Gasteizko Ursulinas moja eskolaren aurrean antolatu zuen Picnic nudista. Baina, aurrendari eta gainerako adjektibo guztiez gain, onbera, bihotz onekoa, solidarioa eta eskuzabala zen. Eta horregatik desagerrarazi zuten, duina, eredugarria eta maitatua zelako.



Obi haitzen postontzia

INFORMAZIO OSAGARRIA

Ibilbide mota	Zirkularra
Irteera-Helmuga	Maeztuko udaletxea.
Aparkalekua	Bai
Distantzia	12,3 km.
Gutxieneko altuera	644 m.
Desnibel metatua	986 m.
Gehienezko altuera	1048 m.
Iraupena	3-4 h.

BIBLIOGRAFIA

- Fernandez de Mendiola, Francisco (2007): *Isaac Puente, el médico anarquista*. Ed. Txalaparta
- Barona Urbina, Iñaki (2017): *Herriko medikua, herriaren osagilea*. Herrialdizkaria 22 zbk.

Obiko kobazuloa



TREBIÑUKO LURRETAN

TESTU ETA ARGAZKIAK



Aitor Gurrutxaga Zubia
(Legazpi, 1966)

Ikasketaz filologo eta lanbidez irakasle. Literaturazale, mendizale eta perretxikozalea. Euskal Herri berdea hainbat maite du Euskal Herri nabarra; espazio itotik ihes egiteko, Gipuzkoa aldeko mendi-tontorrak beste Arabako eta Nafarroako lautadak ditu gustuko. Mendi eta bailaren deskribapena baino gehiago bertako gizon eta emakumeek izandako bizipenak eta istorioak gustatzen zaizkio. Orain, berriz, istorio horiek eta berak ikusitakoak idazteko gosea piztu zaio.



ESTIBALIZ

Estibalizko baseliza Arabako lautadaren erdian kokatzen da, Gasteiztik hurbil dagoen muino baten gainean. Lautadaren zabalean agerian behar zuena arboladiak ezkututzen du. Aspaldi ez, muinoaren iparraldean *Norteko ferrokarrillaren* geltokia zegoen, baina jendearen emana txikia izanik, jada ez da trenik

gelditzen. Lehenago ezkutatu zen *Vasco-navarroa, el Trenecito*, Gasteiztik Lizarrarako bidean Estibalizerainoko sarbidea izan zuena. Automobilaren sasoian, ordea, irabazi urriko bihurtu dira trenbide zaharrak. Dirutzak ordainduta eta, denbora xahututa bestelako geltokiak izango dituen Abiada Handiko Trenaren esperoan, ibilbidearen abiapuntura iristeko kotxea hartu behar izan dugu.

Hegoaldeko norabidean, harri zurizko erromanikoaren azpiko parkingetik behera egiten da Ardoaren eta arrainaren ibilbidearen izena hartu duen GR38aren arrastoei kasu eginda: lehendabiziko etaparen helmuga Albaita/Albaina, 23 km. Orografia-oztopo handirik gabeko ibilbidea da, Gasteizko mendiak soilik gaintu behar baitira 350 metroko igoeran.

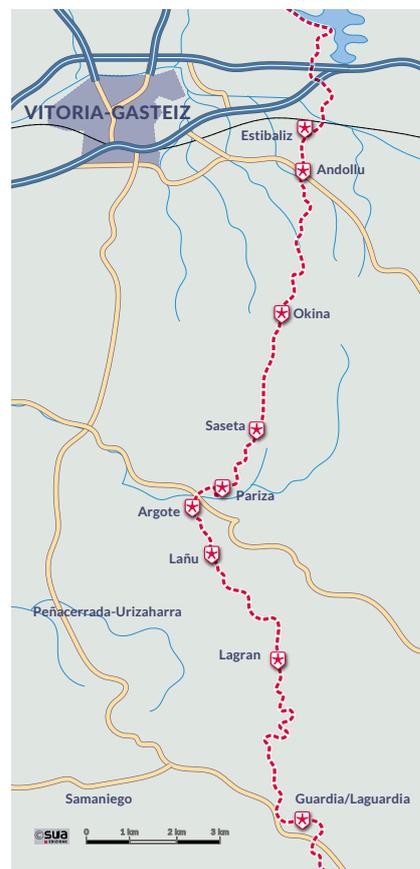
Andollurainoko tartea goitik behera zuzen-zuzen doa kilometro pare batean Villafranca herria alboan utzita. Gasteiztik Lizarrarako errepidea zeharkatuta gora egiten du bideak. Gasteizko udalerrinari dagozkion hiruzpalau mugarririk ikusi ditugu, izan ere, hedadura handikoa da Arabako hiriburua. Erdiak moztuta eta beste erdiak artean ebaki gabe dauden garagar eta gari-sailak gaintuta erkametz basora iristen da urmael artifizial baten hormaren gainetik pasatuta. Uztaile bero honen bezperako ekaitz oparoak bideak lokaztu egiten ditu. Mendian gora pagoak nagusitzen dira: baso itxiak ez du paisaia ikusten uzten eta GR38aren seinale zuri-gorriak ondo markatu gabeko bidean ez galtzeko ezinbesteko dira.

Pago bakarti lerdenak, enbor bihurria duten haritzak eta erkametzak

Aldapak zelai bihurtu orduko ehiza-txakurak azaldu dira usna hemen eta usna han. Nagusia urrun ez da. Larreek leku hartu diote basoari eta paisaia ireki egin da. Goitik behera Okinara bidean behiak bidelagun. Okina: eliza eta dozena erdi etxe.

UDA IBAIAREN ARROILA

Orain arte ikusi gabeko mendizaleak ageri dira uda ibaiaren arroila ezagunean sartzeko asmoz. Ormigoizko pista amaitzen den puntuak Trebiñuko konterriaren sarrera markatzen du; zalantzak uxatzeko balio du burdinazko xaflak: *Monte Artola. Condado de Treviño*. Arroila es-tutzen den eran harkaitzen ondotik eta azpitik egiten du inoiz harrizko eta inoiz harea zuriko



den bideak. Paretan lakarra ukitu dugu zaldiaren bizkarrak edo tripa igurtzen diren gisa, nolabaiteko fereka igurikatuz, harriztarrok bizidunak balira legez.

Arroilaren ibai-adar nagusira sasoi honetan ur-negar diren baina neguan erreka bulartsu izango direnak zeharkatuta, aurrera jarraitu dugu. Pago bakarti lerdenak, enbor bihurria duten haritzak eta erkametzak. Laranja kolore bizia duten espezie bereko dozenaka tximeleta pausatu dira orkidea batzuen lore-hautsa dastatuz: ez dira beldur, eta aise uzten diete bidaiariei argazkiak ateratzen.

SASETAKO TABERNA

Aupa eta aupu, kaixo eta hola, Sasetan gora datozen paseanteak agurtuz lasai goaz zain dugun merenderoaren gertutasunak animaturik. Sasetako tabernariaren umore gazi-gozoak inarrosi gaitu. Ingurumarian jatetxe bakarra izateak bezeroen balizko protestak eragozten ditu. Entsalada gozatu orduko, olio, ozpin eta gatzaren zain dauden hurrengo bezeroei osagaiak pasatzeko ardura aurreko erabiltzaileei dagokiela jakinarazi du tabernariak oihera eginez. Nagusiaren ohituren jakitun, betiko bezeroaren itxura duen ile nahasiko gizon urtetsu egarbera baten barre algarek



Albaina

TREBIÑU

bazkaltiarren harridura leundu dute. Bazka-londoko alferrari aurre egin behar izan diogu Albainara abiatuz.

TREBIÑU ASKATU

Parizara iritsi aurretik, bidea gari-soroen eta urte asko ez dela kiskalitako erkametzen artean igarotzen da. "Trebiñu askatu" ageri da Parizako horma batean idatzita. Gaztela zahar-rak finkatu zuen Espainia eta Euskal Herrian ere utzi zuen bere boterearen arrastoa: galan-ki kostatu behar zaie trebiñuarrei Burgoseko atzaparretatik ihes egitea.

Parizara iritsi aurretik, bidea gari-soroen eta urte asko ez dela kiskalitako erkametzen artean igarotzen da

Paisaia ederra da lau haizetara: labore-soroak, erdi ezkutuan dauden herriak, lur-sail kiribil-
duak, kolore hori eta nabarrak. Konterria ekial-
detik mendebalerako noranzkoan doan Uda
ibaiaren arroan kokatzen da, iparraldeko Gas-
teizko mendien eta hegoaldeko Toloñoko men-
dizerraren aurreko mendikate txikiago baten
artean. Ibaia eta, aspaldi arruntak ziren gaizki
asfaltaturiko errepide antigoaleko bat zeharka-
tuta, aldapatxo bat igo eta iritsi gara Albainara.
Handik lau kilometrora, Argoten, dugu lo-lekua;
landetxeak eskaintzen duen taxi-zerbitzua ba-
liatuko dugu. Herriko eta inguruetakoko taberna
bakarrean dardo, futbolin eta billarrak eraman-
garriago egin digu atsedena.



Parizako errepidea

Estibalizko eliza albo batetik



LAÑUKO KOBAZULOAK

Biharamun goizean, bigarren etapari ekin diogu, Albainatik irten eta Guardiaraino. Hala ere, kronika honetan Lagrana bitarteko ibilaldiaren deskribapena baino ez da azalduko. "Trebiñu Araba da" mezua ageri da hainbat etxetako balkoietan zintzilik. Arabatik Arabara goaz. Lañuko kobak kilometro pare batera daude. Sastraken arteko bidezidor estua, aldapan gora, harkaitz batzuen ondoraino ailegatzten da, *Lañuko Gobetaraino*, hain zuzen ere.

Ate bat harrian zizelkatuta, barrua hustutako lau metro karratutako zuloa eta giza irudiko hilobiak harri hotzeko zoruan. Esparru zabalagoan honen antzeko hainbat kobazulo artifizial daude. Eredu honetan ez dira bakarrik IX. mende ingurukoak diren harpeok. Denbora pasa ahala ganaduaren abaroleku bi-

hurtu omen ziren jatorriz ermitauen bizileku izandakoak. Gaur egungo bizitzaren erosotasunaren ikuspegitik hotzikara ere sortzen du antzinako gizon eta emakume haien bizimodu latz hark, toki hartantxe euren borondatez edo halabeharrez finkatu ziren ez badakigu ere. Egun paraje bakartiak dira hauek: bidaiariaren itzalean inor ez dabil.

EL AVELLANO MUGARRIA

Kilometro erdia errepidean egin ostean Lañura iritsi dira. Eliza txukuna eta iturri emaritsua. Menditik datozen erretenetan ura ugari. Pertsonak ezean bi txakurtxo agertu dira: zuria bata, beltza bestea. Arrotzek jasan ohi duten merezi gabeko harrera oldarkorrik ez badaia-riendako, jolasgura baino ez hankak eta besoak miartzuz ongiatorria eman dieten txakurrok. Aurretik txakurtxoak dituztela, Lañuko ortuzainek baratzak ureztatzeko darabilten aldapa-roaren ertzetik doan bide zuzenari ekin diote. Txakurrek akaberarik gabeko korrikaldiak egiten dituzte, gurasoen zaintzaren gatibutasunetik askatu berri diren haurrak bailiran.

“Trebñu Araba da” mezua ageri da hainbat etxetako balkoietan zintzilik

Hemendik eta Arabako mugara bitarte dena aldapa da, neke handirik gabeko aldapa, hala ere. Pagadian barneratuz goaz, gerizpetan eroso dagoeneko berotzen ari den eguzkipe-
tik salbu. El Avellano deituriko mugarrira iritsi aurretixoan, basoaren erdian eta mendiaren gorenean, iparraldera bista ezin hobeak dituzten gari-soro handiak daude: Trebñu eta Arabako mendiak primeran antzematen dira eta, urrunago, mutur batean Gorbeia eta bestean Aizkorri-Aratz.

LAIKA TXAKURRA

Ezaguna da txakurtxo hauek nagusi berriak nahi dituztela. Hauek uxatzen ahaleginak egin baditugu ere, aldapan behera ere bide-lagun, ez dute gibelera egiten. Lagrana goitik behera hiruzpalau kilometro. Basoa itxia da eta ez da deus ikusten. Halako batean Lagran eta atzean Cruz del Castillo, Palomares,

Cervera eta abarrak. Buruan ideia bakarra: nola iskin egin txakur madarikatuoi? Bake santuan dagoen Lagrango frontoiaren taternako terrazan mahai azpian etzan dira. Ibilaldiaren ostean, hauek ere gose eta egarri dira, noski. Bertako nagusiari argitu behar izan diogu txakurrag pegatu egin zaizkigula, hari eta herritar batek esan duen ezagutzen dituela. Behin baino gehiagotan azaldu izan direla mendizalaren bat lagun hartuta.

Txakurretan nagusi dirudienaren lepokoari erreparatzeko astia hartu dugu: *Laika* izena ageri da eta honen azpian telefono zenbaki bat. Errusiarrek espaziora bidali zuten txakur ospetsu haren izen bera du. Esan beharrik ez dago nagusiak izena ipini zionean bete-betean asmatu zuela: aspaldiko hura bezalaxe hau ere abenturazale amorratua da.

Ibiltariok, jango badugu, ustezko nagusiarri deitu beste erremediorik ez dugu. Nagusia ez da harritu eta txakurrag berreskuratu nahi baditu Lagrana etorriko beharko du, *subir a Lagran* haren hitzetan. Bazkalondoan Guardiaraingo jarraituko dugu, txakurrik gabe oraingoan.

Baratzak Lagrana bidean



MENDAUR DESDE AURTITZ

OFF THE TRACK

TEXTO Y FOTOS



Javier Benito Etxenike
(Donostia, 1977)

Ingeniero de profesión, miembro del CM Gazteiz, colaborador de Pyrenaica y administrador del blog <http://zieft.blogspot.com/>

El Mendaur es una de esas cimas míticas y típicas de Nafarroa. Además, el estar coronada por la ermita de La Trinidad (año 1692), a la que se accede superando sesenta escalones, hace que sea una cima diferente desde la que las vistas resultan realmente espectaculares.

Las vías de acceso son variadas. Siendo como es mi ama de Sunbilla, nosotros casi siempre partimos de allí por razones obvias; pero se puede ascender desde Zubieta, Ituren, Doneztebe, Arantza... De pequeño cuando aita me decía de ir a Mendaur, se me antojaba poco menos que ir al Everest... y no sé si por querer volver a hacer una actividad mendizale con él, le pregunté si me quería acompañar. Pero él es más de subir al Larhun, por el hecho de que en su cima hay bar en lugar de ermita y no hace falta llevar el hamaiketako; y menos mal, porque creo que, si me llega a acompañar, directamente me deshereda.

vierno cuando los helechos están secos, y la traza del sendero (allí donde la haya) es más visible, porque si no, al *kit mendizale* habitual de mochila, bastones, etc. deberemos añadirle un machete, para poder desbrozar la maleza. De ahí que haya titulado el artículo como la subida al Mendaur desde Aurtitz "off the track".

Cogemos el coche y salimos de Sunbilla, pasamos Doneztebe, Elgorriaga e Ituren y aparcamos a la entrada de Aurtitz (215m), justo al lado de la parada de autobuses que hay en la carretera NA-170 (Santesteban-Leitza); para no tener que meter el coche por entre las casas. La verdad es que la niebla aquí abajo a estas horas de la mañana es espesa, pero supongo que a la que suba un poco, se terminará disipando. Desde aquí tenemos marcado hacia dónde ir, existen carteles y postes indicadores para subir al Mendaur y es que, desde Aurtitz sale el camino "normal" del embalse de Arritzulegi, conocido como embalse de Mendaur (año 1955).

He de reconocer que la subida a Makilipurdi (Oltzorrotz) la hice por la directa, sin camino, y menuda sudada; pero es lo que decía el track...y la bajada desde Mendaur también fue al estilo "jabali". Porque llevaba track y era

invierno... que si no, en primavera o verano, no se podría subir por donde lo hice debido a la altura de los helechos y la árgoma; y luego bajando, sería imposible localizar el camino. Vamos, que el recorrido mejor hacerlo en in-

Vistas del Mendaur con la ermita de San Joakin en primer término





La niebla se estanca en el fondo del valle

Llevo el track en el GPS, aunque el camino está indicado. Bastaría con seguir las indicaciones de GR o las amarillas y blancas del PR NA-104 que sube hasta el collado de Bustiz o Bustizlepo por la subida normal del embalse. Salimos del pueblo y vemos un panel indicador, seguimos ascendiendo y como referencia podemos tomar el paso bajo la tubería de agua que baja de Sagartxarko presa.

Vamos ganando altura en dirección a Mareneko borda y bueno, hemos salido de la niebla y por el momento, seguimos la señalización del GR. Pero llega un punto en el que comienza la aventura. Venimos subiendo por la pista, y si nos fijamos, hay un punto en el que el GR sigue hacia la derecha, pero en nuestro caso continuamos de frente para alcanzar las bordas que hay en la base del Oltzorrotz o Makilipurdi y de ahí ya, tirar de frente. Y no es que lo diga yo, es que lo decía el track...

Llegamos a las mencionadas bordas de Mareneko borda y veo algo que cada vez es más escaso... una "meta" de helechos. Pero a hacer las típicas fotos y desde aquí, directos para arriba, como dicen los anglosajones, "*off the beaten track*", o lo que para los *mendizales* de toda la vida significa "sin camino definido". Vaya sudada me espera...

Ve algo que cada vez es más escaso... una meta de helechos

Y es que subimos por una ladera con una inclinación de unos 45-50 grados, con hierba alta, helechos, en algunos puntos árgoma... que nos hace especialmente difícil el avanzar. Y menos mal que este tramo lo encontramos de subida, y con tiempo seco, porque con lluvia, o con el terreno húmedo, esta pala tiene que ser un infierno. Y si haces el camino en sentido contrario y lo coges de bajada, no quiero ni imaginármelo. La verdad es que he puesto los gemelos a fuego y he llegado arriba sudando hasta por las pestañas... Me extraña que Txemi, que es quien me pasó el track, haya subido por aquí; pero bueno, él practica orienteering (orientación) y quizás para ellos el ir fuera del camino sea algo normal. Y si me ha mandado el track, es que será por aquí, pero yo no estoy convencido del todo...

Hay momentos que dudo que vaya a llegar a casa a comer, a pesar de que lo que me espera a partir de este punto es terreno más amigable. Pero para cabezota yo (será mi 50%

de sangre navarra), y al final lo consigo. ¡Muy buena satisfacción! Era la parte del recorrido que no controlaba, porque en el Ekaitza, Mendieder y Mendaur ya he estado antes, pero no así en Oltzorrotz o Makilipurdi (895m), cima en la que, debido a su estratégica posición, allá por el siglo XIV existió una pequeña fortaleza.

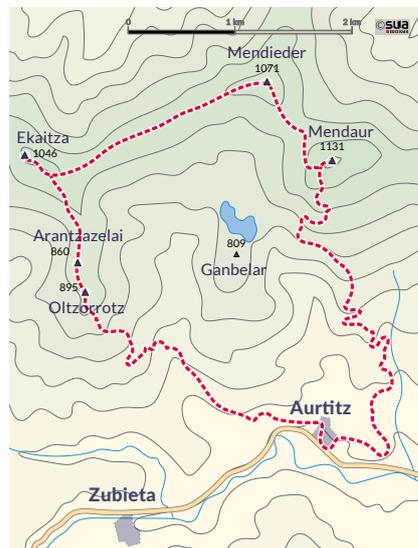
No paro demasiado tiempo, lo justo para tirar alguna foto, recuperar el aliento y ver que teóricamente ahora toca un cresteo cimero hasta el Ekaitza, al fondo, y luego a Mendieder y Mendaur por la loma de Sorano, divisoria de los municipios de Aranaz o Arantza, al norte e Ituren, al sur. La bajada, la hacemos por la "*North Face*", por unos destrepes en los que aparentemente no hay camino, pero creedme que sí lo hay, prestad atención a las marcas... Eso sí, en algún momento, nos vemos obligados a poner las manos... Y entonces es cuando ya estoy convencido de que Txemi no ha venido por aquí... Pero ya no voy a retroceder y tras bajar la aparentemente inexpugnable pared rocosa, ahora sí, toca crestear hasta el *mugarri* que limita Zubieta, Aranaz e Ituren en las inmediaciones de Bultuko gaina.

Llegando al *mugarri* me asomo al valle de Arantza (Aranaz) y pese a ser ya las once de la mañana, me doy cuenta de que el pueblo de





Mugarri en primer término y cima de Oltzorrotz



(ahora ya da igual confundirse en un cruce) y ya no queda nada para volver a Aurtitz pasando por la ermita de San Joakin. Y de vuelta en Aurtitz, no hay tiempo ni para tomar un caldo. Al coche y a casa, que a la tarde toca salir con el Oltzerzero por las calles del pueblo.

DATOS PRÁCTICOS

FICHA TÉCNICA:

Zona: Macizo de Mendaur - Malerreka
Acceso: Barrio de Aurtitz - Ituren (Nafarroa)
Cimas: Oltzorrotz (895m), Ekaitza (1046m), Mendieder (1071m), Mendaur (1134m)
Distancia del recorrido: 15km
Desnivel acumulado: +1200m

PAGINAS WEB DE INTERÉS

<http://www.baztan-bidasoa.com/baztan-bidasoa/malerreka/>
<https://www.mendikat.net/com/mount/1144>
<http://www.culturavarra.es/uploads/files/pv118133/RPVIANAnro-0088-0089-pagina0425.pdf>
<http://www.turismo.navarra.es/esp/organice-viaje/recurso/Ocioycultura/3082/Carnaval-de-Ituren-y-Zubieta.htm#>

Arantza sigue en la sombra. Realmente tiene que hacer frío ahí abajo si en todo el día apenas da el sol... Mi ánimo ya es otro y sigo por el cordal llegando a Ekaitza. Hago las fotos de rigor y retomo el camino hasta llegar al *mugarri* en Bultuko gaina, para crestear por la loma de Sorano hasta el Mendieder. Aquí, me cruzo con los primeros *mendizales* que veo en la jornada, luego en el Mendaur ya me encontraré con mas gente, pero hasta este punto no me había cruzado con nadie.

Creteando llegamos a Mendieder, coronado por un pequeño buzón y un *mugarri* que delimita las tierras de Ituren, Sunbilla y Aranz. Bajamos al collado de Bustitz (932 m) o Bustizlepo; si bajásemos hacia Sunbilla nos encontraríamos Bustitzeko iturria, pero nosotros vamos en el otro sentido. Le hago la foto al menhir homónimo situado en el collado, y enfilo la última subida al Mendaur por un marcado sendero que sube hacia la cima por su vertiente occidental. En el tramo final solo nos falta superar la serie de escaleras de piedra que salvan el rocoso paso a la cima y llegamos a la ermita de la Trinidad (construida en 1692), en la cima del Mendaur (1131m), auténtico referente *mendizale* que destaca sobre el valle de Malerreka. Es hora del hamaiketako... Me entretengo un rato a picar unas nueces, tirar las fotos de rigor, etc., pero si quiero llegar a casa a la hora de comer, toca bajar a Aurtitz.

Igual que hemos subido por la directa, para bajar, pues lo mismo. ¿Para qué bajar por la "normal" del embalse, si podemos hacer "off the beaten track" por sendas sin apenas traza? El embalse de Mendaur queda ahí enfrente, desde la cima se ve perfectamente y justo de-

trás están Oltzorrotz y la pendiente por la que hemos subido antes. ¡La Virgen Santa! Viendo la inclinación desde la cima del Mendaur, ahora entiendo por qué me ha costado tanto subir.

Bajamos las escaleras y llegamos hasta un paso que, dejando el sendero tradicional de subida que viene desde Bustizlepo, pasa al otro lado, hacia la ladera de Eztenarri; o lo que es lo mismo, bajar directos hacia Ituren y Aurtitz. Ahora es cuando viene la parte de aventura... donde la intuición nos dice que bajemos por una especie de senda, pero el track dice que vayamos hacia el otro lado. Y es por este camino en el que apenas hay sendero, donde meto el pie en un agujero y casi me parto la pierna; entonces pienso que al monte es mejor venir siempre acompañado, porque como me pase algo aquí ahora, no me encuentran ni de broma. También es donde descubro una especie de borda sin llegar a terminar, o medio derruida, debajo de las peñas de Arpe y Alasete. Luego paso por al lado de Berueteneko borda...y tengo la sensación de ser la primera persona que pasa por aquí en bastante tiempo...

Tengo la sensación de ser la primera persona que pasa por aquí en bastante tiempo...

Y tras avanzar entre la maleza a lo Indiana Jones y tirar de GPS constantemente, consigo llegar a la civilización, o lo que es lo mismo, a una pista forestal, y ahí ya todo se vuelve fácil y cómodo. Se ve el pueblo, sé que solo es bajar

Borda de pastores bajo la falda del Mendaur



TENERIFE GR 131

CAMINO NATURAL ANAGA – CHASNA

“Regresé del pico ayer por la noche. ¡Qué espectáculo! ¡Qué gozo! Me voy casi en lágrimas. Me hubiera gustado establecerme aquí, y apenas acabo de dejar la tierra de Europa.” Junio 1799

Alexander von Humboldt

TENERIFE Y EL GR 131

El camino natural Anaga - Chasna, tiene su origen en la antigua ruta denominada “Camino de Chasna”, que desde La Orotava pasando por Las Siete Cañadas llegaba hasta Vilaflor en la comarca de Chasna. El GR 131 de Tenerife, guarda una diferencia sustancial con respecto a los GR 131 de las otras islas. Mientras en el resto del archipiélago las rutas comienzan y terminan junto a la costa, en Tenerife el comienzo y final lo hace en núcleos del interior alejados del mar. Este hecho no le resta un ápice de interés a esta magnífica travesía de montaña. El GR 131 en este caso, si deja de lado dos de los enclaves naturales más relevantes de Tenerife, como son el Parque Rural de Anaga al norte, declarado Reserva de la Biosfera y el Macizo de Teno al oeste. Ambas zonas son de un interés botánico y paisajístico extraordinario que no podemos dejar de visitar.

El Sendero Anaga - Chasna consta de cinco etapas, en mi caso las he reducido a tres. Si

no deseamos hacer un vivac en la Degollada de Guajara, lo lógico es continuar hasta el Parador de las Cañadas del Teide y retomar el camino de nuevo allí para la siguiente etapa.

ETAPA 1. LA ESPERANZA – ÁREA RECREATIVA LA CALDERA

DISTANCIA: 30 km | DESNIVEL POSITIVO: 1800 m
DESNIVEL NEGATIVO: 1550 m | TIEMPO: 8 h 35 min

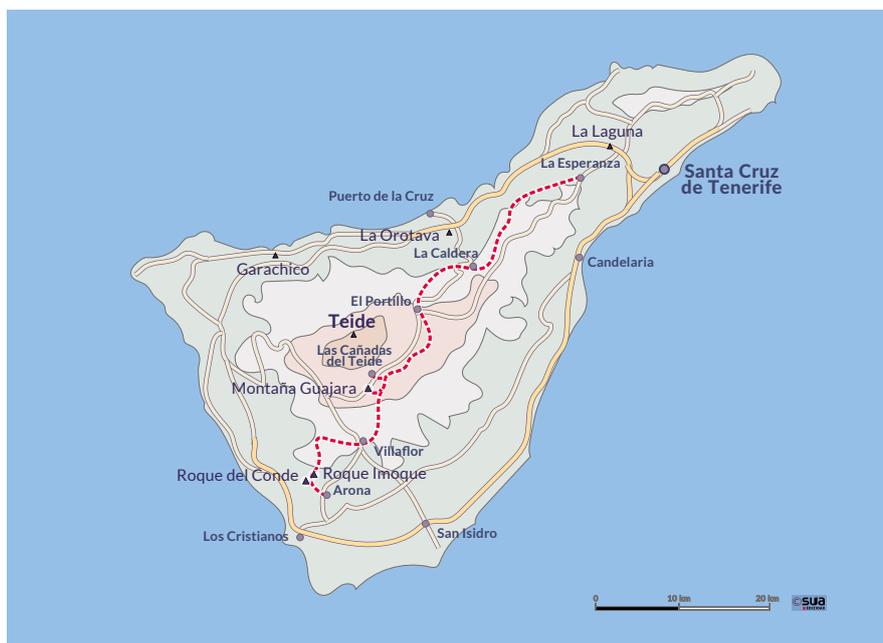
La Esperanza, en esta localidad se inicia por el norte el GR 131, que finaliza en Arona en el sur de la isla. Son las 09:00. En la plaza del Adelantado comienza la ruta, un cartel indica Camino Natural de Anaga - Chasna. Enseguida me interno por un parque que se convierte en un barranco cubierto por un pequeño bosque de laurisilva, el camino me devuelve de nuevo al asfalto y por la calle Grano de Oro alcanzo subiendo una rotonda; la cruzo para internarme por la Pista del Rayo, dejando atrás definitivamente el asfalto. El desnivel se sua-

TEXTO Y FOTOS



Goyo Dorao

Ha visitado los principales macizos de la Península y realizado ascensiones en Alpes, Andes, Atlas, Cáucaso e Himalaya de la India. También ha realizado la Vuelta a Islandia en BTT.



viza y se camina por anchas pistas entre altos ejemplares de eucaliptos y pinos con algunos reductos de Monteverde. En una hora alcanzo el cruce de pistas denominado Cruz de Fune, una pequeña capilla con flores en medio del bosque. Sigo entre pistas y caminos prestando atención a las marcas del GR, ya que hay muchos cruces. Brezos y helechos acompañan el camino, es mayo y la flora está en su apogeo.

A las 11:40 llego al área de descanso Las Canales - Siete Fuentes, uno de los pocos

puntos donde aprovisionarse de agua. Aquí comienza una dura subida entre pino canario, el suelo está tapizado de una buena capa de pinocha, lo que provoca algún resbalón en los fuertes repechos. Los pinos y brezos ya no nos abandonarán hasta el final de la jornada. Al alcanzar un amplio cortafuegos, he realizado la mitad del recorrido. El camino es un excelente mirador sobre el Teide, a sus pies el Valle de la Orotava, que no se ve, pero se adivina bajo un espeso mar de nubes. Espectaculares veredes

(*aeonium aureum*) en flor jalonan el camino.

He ascendido hasta los 1750 metros, ahora comienza un laborioso descenso por un sendero protegido por vallas de madera, que corre inestables laderas con carteles de aviso de desprendimientos en caso de mal tiempo. Estamos en la cabecera del Barranco del Infierno. Enseguida llego al Portillo del Topo, una fuerte bajada rodeada de pinos cubiertos de líquenes colgantes desemboca en la pista que, tras cruzar el Barranco de la Madre, pasa jun-

Pico Viejo, Teide y Montaña Blanca desde las Cañadas





to a La Casa del Agua, antigua captación de agua. Tres kilómetros después se encuentra el área de descanso Pedro Gil. Enseguida llego al área recreativa de La Caldera en Aguamansa; parece el cráter de un viejo volcán y consta de aparcamiento, parada de guagua (bus), bar, asadores, mesas y bancos... Bajaré en taxi hasta Puerto de la Cruz.

ETAPA 2. LA CALDERA – EL PORTILLO – PARADOR LAS CAÑADAS DEL TEIDE

DISTANCIA: 30 km | DESNIVEL POSITIVO: 1500 m
DESNIVEL NEGATIVO: 560 m | TIEMPO: 7 h

De vuelta a La Caldera (8:30) me encuentro a 1200 m de altura, es sábado y hay bastante

afluencia de ciclistas y senderistas. El sendero empieza descendiendo hasta acercarse a las casas de Aguamansa; es un continuo sube y baja con tendencia descendente en medio de un bosque de Monteverde canario. Después de cuatro kilómetros bajando, he perdido doscientos metros de altura, llego al área de descanso Cruz del Dornajito, con fuente; aquí



Roques de García

comienza la subida que no aflojará hasta Las Cañadas.

Transito por la Corona Forestal, pinos, brezos y retamas me acompañan; siguiendo pistas y caminos paso junto a otra área de descanso. La subida no da tregua. En el lugar conocido como Agujero del Agua, el sendero cruza bajo la carretera que sube a Las Caña-

das. Cuando el pinar va dejando paso al monte bajo, el terreno se suaviza y alcanzo el bar cercano al centro de visitantes de El Portillo (2000 m, 12:20 h).

Después de un breve descanso para comer y hacer acopio de agua, dejo el Portillo a las 12:35. Quedan dieciséis kilómetros de pista hasta el Parador, son solo unos trescientos

metros de desnivel acumulado de subida, pero el sol pega fuerte. El paisaje ha cambiado radicalmente y me adentro de lleno en el mundo mineral de Las Cañadas. Cruzo la carretera, el camino desciende y es entonces cuando unos carteles anuncian la prohibición de transitar ciertos días y horas por esta ruta. Hay batidas para dar caza a los muflones, seres introducidos en el parque en la década de los setenta, que causan estragos en la flora del parque. Afortunadamente hoy no hay restricciones, dejo un desvío a la izquierda, mientras que a la derecha se contemplan el Teide, Montaña Blanca Y Montaña Rajada.

El paisaje ha cambiado radicalmente y me adentro de lleno en el mundo mineral de Las Cañadas

Enseguida alcanzo La Cañada de Diego Fernández; el camino discurre por la base de la muralla que cierra por el SE Las Cañadas de Teide, ya se divisan las cumbres que culminan en Montaña de Guajara, techo de la travesía. A la altura del Risco Verde, me adentro en La Cañada de las Pilas, otra gran cañada como la anterior. El camino tiende a subir para alcanzar la Cañada de la Angostura, enmarcada entre el Volcán de la Angostura y la montaña Mesa del Obispo. Dejo atrás esta cañada para continuar por la gran Cañada de la Grieta; recibe el nombre de la grieta que recorre la pared vertical de la montaña denominada El Topo de la Grieta, aquí se aprecian las ruinas de las antiguas cabañas levantadas por pastores.

El camino recorre las distintas cañadas con pequeños desniveles, las rocas del entorno adquieren diferentes formas y colores. Destacan entre la vegetación las retamas, rosallidos y hierba pajonera, y sobre todo llaman la atención los impresionantes ejemplares de tujinaste rojo en flor. La ruta entra en la cañada Montón de Trigo, al final de esta, encuentro los carteles que indican el sendero S5, que sube a la cumbre de Guajara, mañana deberé tomar esa ruta. El camino sube y dejo a la izquierda el magnífico Roque del Agua, llegando a continuación a la Cañada de la Mareta; a mano derecha sale el sendero nº 16 que conduce al Sanatorio, un grupo de construcciones que sirvieron para tratar enfermedades contagiosas y respiratorias.

La ruta alcanza los 2200 m y comienza a bajar decididamente, estamos en la vertical de Montaña Guajara. Tras varias curvas me pre-



sento en la Cañada del Capricho, que recibe el nombre de una formación rocosa a modo de cresta fuertemente erosionada y con una tonalidad amarillenta que la hace ciertamente espectacular, sobre todo con la luz de la mañana. Dejo atrás El Capricho y tras un fuerte descenso, abandono la pista para internarme por un camino a la derecha, el cual me lleva directamente al Parador. Faltan tres minutos para las cuatro de la tarde, es la hora de salida de la única guagua que baja a Puerto de la Cruz, apuro el agua que me queda y me dejo caer en el asiento del bus.

ETAPA 3. PARADOR LAS CAÑADAS DEL TEIDE – VILAFLORES – ARONA

DISTANCIA: 37 km | DESNIVEL POSITIVO: 1240 m
DESNIVEL NEGATIVO: 2755 m | TIEMPO: 10 h 10 min

He vuelto al Parador en coche de alquiler, lo necesitaré para la vuelta. Son las 09:30. Ya se nota el bullicio junto a los Roques de García. Retomo el camino del día anterior pasando de nuevo junto al Capricho, en estas paredes se

permite la escalada. Recorro los 3,7 km que me separan del desvío de Montaña Guajara, estoy de nuevo en el GR 131, el sendero sube decididamente entre piedras y matas de plantas. En poco más de un kilómetro me encuentro en la Degollada de Guajar; es un cruce de caminos y un mirador soberbio sobre Las Cañadas y la vertiente sur de la isla. Sigo las marcas del sendero junto a paredes de toba volcánica, para llegar al desvío (2300 m) de la senda que sube a Montaña Guajara (2717 m).

Dejo por un rato el GR y asciendo por el sendero hasta salvar los cuatrocientos metros que me separan de la cumbre. Son las 11:45, el panorama es grandioso, se divisa prácticamente la totalidad del Parque Nacional del Teide, con Las Cañadas a nuestros pies quinientos metros más abajo. En la cumbre de Montaña Guajara aún se conservan los restos del primer observatorio astronómico en altura, que en 1856 instaló el astrónomo escocés Charles Piazzi Smyth.

Desciendo rápidamente hasta el desvío y vuelvo al GR dirección Vilaflores. El camino, bien marcado, baja en dirección a Montaña

de las Arenas. La ruta entra en una ladera de fina graba volcánica, delimitada por una hilera de piedras y algunos bellos ejemplares de tajinaste rojo. A la derecha paralelo al camino baja el Barranco de las Arenas, que finalmente deberé de cruzar, para tener que remontar a continuación e internarme en el pinar.

En poco tiempo llego al cruce de senderos donde un cartel indica PR TF-72 Paisaje Lunar. Un grupo de senderistas me anima a bajar hasta el mirador, les hago caso y continúo por el PR hasta llegar al mirador de Los Escurriales. Al fondo del barranco se observan cenizas blancas solidificadas que forman las llamadas chimeneas de hadas; no dispongo de mucho tiempo, por lo que continúo el descenso hasta unirme de nuevo al GR. Continuas bajadas y subidas se suceden en medio del pinar, a través varios barrancos y a medida que me acerco a Vilaflores, van apareciendo bancales de tierra en otra época cultivados. Paso cerca de Casa Galindo, con sus huertas verdes que contrastan con la sequedad del terreno. El piso con grandes lajas y empedrado desciende entre muros de piedra seca, hasta cruzar el

Iglesia de San Pedro, Vilaflores



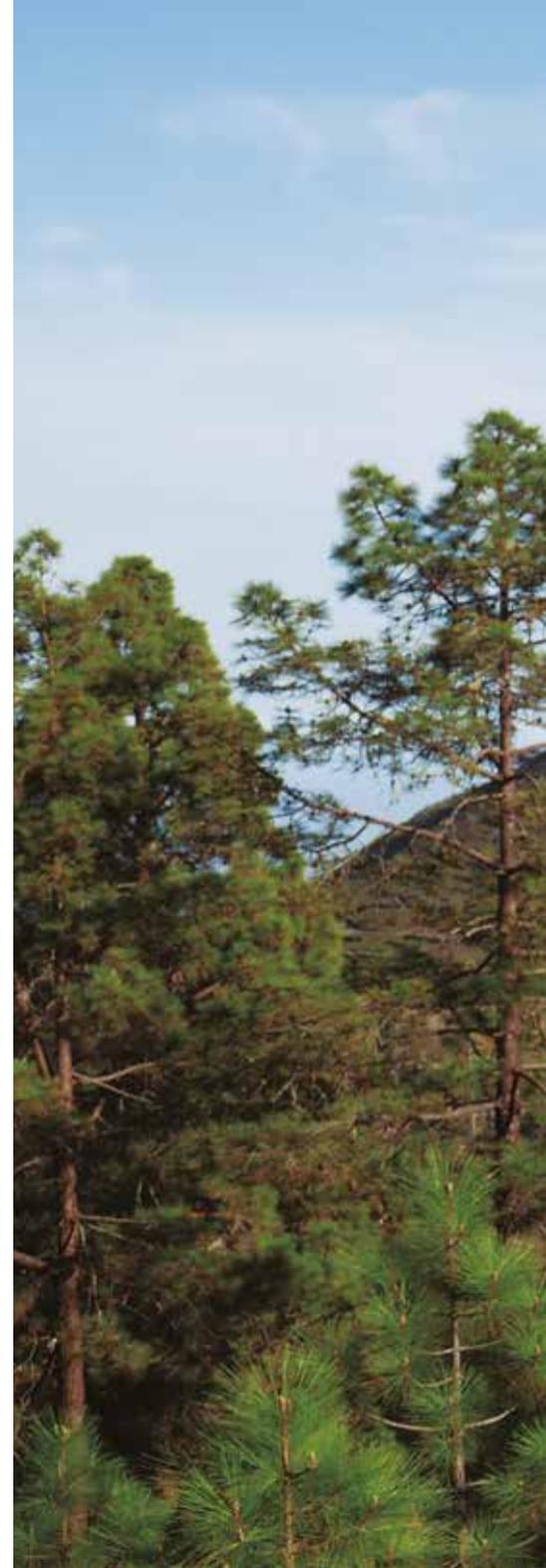
Barranco del Chorrillo y entrar en la localidad de Vilaflor de Chasna, el pueblo de mayor altitud de Canarias situado a 1400 m. Me dirijo a la plaza de San Pedro, son las 15:10, aprovecho para comer, beber y reponer agua; el calor y la falta de fuentes en el recorrido hacen necesario no escatimar el agua en la mochila.

Quedan 17,5 km hasta Arona, continúo la marcha junto a la espléndida iglesia de San Pedro Apóstol, subo hacia la ermita de San Roque por carretera asfaltada, pasando a continuación entre un hotel y un campo de fútbol. Aquí termina el asfalto y comienza una pista que se interna en el pinar. Sigo ascendiendo hasta llegar al depósito municipal de aguas; al poco la ruta abandona la pista y se interna por un camino que entra en el paisaje protegido de Ifonche. El sendero deja de subir, el pinar está

aclarado, por lo que se dejan ver algunos de los roques cercanos. El camino alterna pequeñas subidas y bajadas, hasta que empieza a descender con fuerte pendiente al pie de Montaña Mohíno y Montaña de los Pinos. En este lugar se encuentra un depósito de agua y gran número de tuberías. Continúo rodeando Montaña Mohíno, la ruta protegida por muretes de piedra y vallas de madera deja de bajar y se dirige hacia el Barranco de las Goteras, donde un espléndido puente de piedra facilita su cruce.

El camino comienza a subir de nuevo, primero tímidamente, pero una vez que se acerca a la orilla izquierda del Barranco del Rey, la subida se acentúa en busca de un paso que permita cruzar este profundo barranco. Unos carteles avisan del peligro de cruzar el cauce con fuertes lluvias. Una vez superada la orilla

Tajinaste rojo. Detrás el Capricho



derecha, la ruta descende dejando a un lado el Barranco del Agua. Tras perder más de trescientos metros de desnivel, se llega a un ramal asfaltado que en poco tiempo alcanza un cruce de carreteras en Ifonche, un bar restaurante permite avituallarse (18:45).

Junto al bar un panel informativo del GR indica la dirección, sigo de frente por asfalto teniendo el Roque Imoque como guía; la pista termina junto a una casa. A la derecha comienza un camino que lleva a una degollada entre Montaña de los Brezos y Roque Imoque.



Roque Imoque

En este punto se encuentra una era de trilla bajo la silueta cónica del Roque; a sus pies se abre el Barranco Fañabé, que deja ver una vista panorámica sobre la costa de Adeje, también se ven las islas de La Gomera, La Palma y en la lejanía, El Hierro.

El camino se acerca a la base del Roque Imoque, una valla de madera protege el sendero que serpentea por el Camino de Suarez. Rodeo la montaña del mismo nombre para llegar a la Degollada de los Frailitos bajo el Roque del Conde, donde entre la vegetación desta-

can cardones, tabaibas y magarzas. Doy la espalda al Barranco Fañabé para descender hacia Arona, debo cruzar de nuevo el Barranco del Rey con buen camino, protegido por una valla de madera en las zonas expuestas. Aún deberé cruzar dos barrancos menores antes de alcanzar el barrio de Vento. Por calles asfaltadas llego finalmente a la Plaza del Cristo de la Salud, en el centro de Arona. Son las 20:15, me tomo una caña en un bar cercano mientras espero un taxi que me devuelva al Parador de las Cañadas del Teide.

DATOS PRÁCTICOS

BIBLIOGRAFÍA. Guía y plano del Parque Nacional del Teide, editado por Parques Nacionales, Planos de Tenerife editados entre otros por Everest y Freytag & Berndt.

DESPLAZAMIENTOS. Guagua (bus), taxi y coche de alquiler, volviendo cada jornada al Puerto de la Cruz.

Alojamiento. En los núcleos de La Esperanza, Vilaflor y Arona, además en el Parador de las Cañadas del Teide.

OBSERVACIONES. El agua es difícil de obtener fuera de los núcleos habitados, por lo que es necesario portar abundante agua, sobre todo dentro del Parque Nacional donde el calor puede ser muy intenso.

MENDITXIKI-LAPURDI ABADIAKO DUNBAK

Abadiako gazteluaren lurrekin muga egiten, 65 hektareako natura ingurune bitxi eta aberats bat zabaltzen da. Itsas Hegiko eta Aintzira Bazterretako Kontserbatorioa jabe den lur hauetan, erreserba biologiko eta geologiko garrantzitsua aurki dezakegu. Lur hauetan, ekosistema desberdinak aurkituko ditugu: landutako soroak, zelaia, belardiak, basoak, zuhaixkak... Berrogei txori espezie baino gehiagok habia egiten dute bertan eta gainera, leku aparta da hegazti migratzaileak behatzeko. Itsasora hurbilduz gero, labar gris eta arrosak gure oinpean amilduko zaizkigu. Parkearen sarreraren dagoen Larretxea harrera-etxean paradisu txiki honen erakusketa bat dago.



LUZERA: 3 km | DESNIBELA: 49 m

Aparkalekutik abiatu eta berehala, Abadiako lurretan sartzeko dagoen ataka pasa eta, metro batzuk aurrerago, Larretxea harrera etxearekin egingo dugu topo. Ezkerretik jaisten den bidetik segituko dugu labarretarantz gerturatuz. Bidea oso nabarmena da eta tarteka beste zidor batzuk labarretara gerturatzen gonbidatuko gaituzte. Horieta batetik Dunbak (Zabala eta Luzie) edo Harkaitz Bikiak izenez ezagutzen diren harri-uharte bitxiak ikusteko aukera izango dugu. Elezaharraren arabera Pirinioetako Jaungorriak Baionako katedrala suntsitu asmoz, Aiako Harritik bi harri jaurti eta Hendaiaiko hondartzaren ondora erori ziren. Bide nagusira itzuli eta labarren gainetik segituko dugu.

Abadiako Dunbak edo Bikiak



Halako batean, bidearen bazterrean ikusiko ditugun Bigarren Mundu-Gerran erabilitako bunker batzuen tartetik pasako gara. Hauen ondoan dagoen monolitoa atzean utzi eta, Santa Ana muturrera iritsiko gara. Bunker baten gainean haize-arrosa kokaturik bat ikusiko dugu eta metro batzuk aurrerago itsaslabar bertikalak. Atzera egingo dugu eta, ezkerretik ateratzen den bidezido-

rrean barna, Loiako badia inguratuko dugu. Bide eroso honek Nekatoenea baserrira eramango gaitu, baina lehenago Abadia gaztelura igotzeko itxita egoten den atakaren ondotik pasako gara. Bi jabego desberdin dira eta debekatuta dago gazteluko lurretan hemendik sartzea.

Parkearen erdian kokaturik dagoen gaztelua, itsas aldera begira eraiki zuen Viollet-

le-Duc arkitektoak Erdi Aroko gaztelu eta jauregiak eredutzat hartuz. Eraikinaren barnealdean, berriz, Anton Abadiak munduan zehar egindako bidaien eta bere bizitzaren erakusketa exotiko zabala aurkituko dugu. Bideak Larretxea harrera etxera eramango gaitu bueltan eta, bertan dauden mahai eta zelaietan atsedena hartzeko aukera izango dugu.

TESTU ETA ARGAZKIAK



Mikel Arrizabalaga
(Donostia-Eibar, 1957)

Egunkaria, Berria eta Gara egunkarietan, Pyrenaica, Euskal Herria eta Nora aldizkarietan eta Euskadi Irratian mendiarekin zerikusia duten makina bat artikulu eta kolaborazio egin ditu. Euskal Herriko mendietan ez ezik, Pirinioak, Alpeak, Atlas eta Himalaiako mendietan ibilia da.



JOSU FERNÁNDEZ VARONA



Negua (Urbasa)



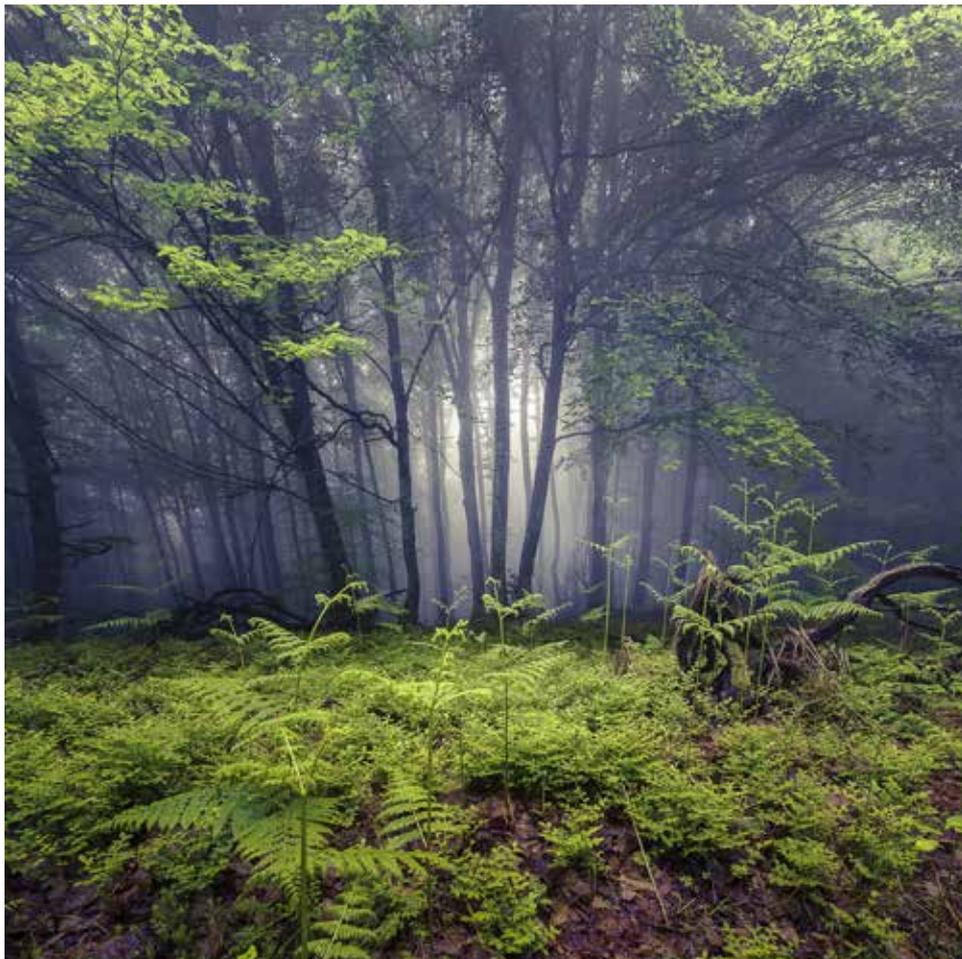
Lac du Montagnon (Valle d'Ossau)

NEREA URALDE ARRONDO



Líneas quebradas

JESÚS GAINZARAIN GRACIA



Bosque de Altube

PICO BASILÉ

EL CENTENARIO MÁS LEJANO DE TODOS LOS TIEMPOS

Dedicado a mi hermana Itziar, a quien prometí compartir este viaje.

Dicen que la fe mueve montañas pero, sin duda, son ellas las que nos mueven. Capaces de agitar a los espíritus inquietos, su llamada nos cautiva y borra la fina línea que separa el entusiasmo de la locura. Solo así se explican algunas conductas irracionales como ir a Guinea Ecuatorial... a tachar un centenario.

TEXTO Y FOTOS



Arantza Lazurtegi
(Bilbao, 1965)

Tachamontes declarada: tresmiles, techos, prominencias, centenarios... cualquier excusa es buena para ir al monte. Presidenta del grupo de montaña Munarrikolanda de Sopela desde 2011. Pertenece al equipo de redacción de Pyrenaica.



El pico Basilé, quizá más conocido como pico Santa Isabel, se halla en la isla de Bioko, perteneciente a Guinea Ecuatorial. Esta isla, con una superficie poco mayor que Gipuzkoa, ha sido moneda de trueque a lo largo de la historia.

Los primeros europeos que exploraron el Golfo de Guinea fueron los portugueses en 1471. El navegante Fernando Poo, buscando una ruta hacia la India, la "descubrió" y la bautizó como "Formosa" aunque más adelante fue conocida por el nombre de su "descubridor" y, seguramente, así lo recordarán los más veteranos que lean estas líneas tal y como lo estudiaron en la escuela.

En 1494 los portugueses colonizaron Bioko, Annobon y Corisco, que se convirtieron en lugares de tráfico de esclavos. En marzo de 1777,

con el tratado de San Ildefonso, Portugal cedió las islas y los derechos de la trata esclavista y el libre comercio a cambio de la isla de Santa Catalina situada al sur de Brasil, hasta entonces en poder de los españoles.

Después llegaron años de continuo cambio de dueños. Los británicos la ocuparon entre 1826 y 1832, en principio con el fin de luchar contra el tráfico de esclavos pero los españoles volvieron a la carga y se establecieron hasta 1840. En aquel año se hizo la primera ascensión oficial al pico Basilé por el inglés Beecroft. Posteriormente, en 1877, el vasco Manuel Iradier encontró en la cumbre una botella con anotaciones en su interior con los nombres de anteriores visitantes, entre ellos, Richard F. Burton.

Fue en 1926 cuando el territorio insular y el continental fueron unidos y considerados colonia de Guinea Española. Fueron años de grandes plantaciones de cacao en la isla, cuyos vestigios pudimos ver en los restos de una fábrica de chocolates Elgorriaga.

Y ya, en 1956, comenzaron los primeros movimientos anticolonialistas que dieron lugar, doce años después, a la independencia de Guinea Ecuatorial. Pero para entonces... ya se había editado el primer Catálogo de Montes Centenarios por la recién creada Hermandad Vasco-Navarra de Montañeros Centenarios, en el que se incluía el pico Santa Isabel y aún estuvo presente en posteriores ediciones hasta 1982.

RAZONES PARA IR A BIKO

Para una seguidora acérrima del catálogo de centenarios como yo, se abrió la caja de Pandora cuando cayó en mis manos la edición de 1950, que incluye bastantes cumbres que están descatalogadas en la edición actual. Y, cómo no, se despertó el interés de ir a Bioko a subir el pico Basilé. Pero Guinea Ecuatorial no es un país abierto al turismo y cuando ya teníamos el viaje preparado hace unos años, nos denegaron el visado en el último momento. Años después la fuerza de una promesa me sacudió lo suficiente para hacer la maleta y escaparme con mi compañero Luis a "hacer los deberes" ahora que no parecía tan complicado sacar el visado.

Para moverse por el país hay que obtener un permiso que te lo pueden pedir en cualquier momento. A nosotros nos lo tramitó Ángel, un mallorquín que lleva afincado en Malabo, la capital, unos cuantos años y que nos hizo de guía en la isla.

Malabo nos recibió con un abrazo asfixiante y con un continuo soniquete de bocinas de in-



finitos taxis. Curiosamente, apenas se utiliza el transporte público. Prefieren que el taxi les lleve exactamente al destino, así que las tarifas (que previamente hay que negociar) resultan bastante económicas.

ASCENSIÓN AL PICO BASILÉ (3011 M)

El pico Basilé ha tenido otras denominaciones: en la lengua local bubí *è julio da va Sile*; los británicos lo llamaron Clarence; los españoles, Santa María y Santa Isabel; y también se le ha conocido como Malabo.

Hace años, encontré en internet un recorte de periódico escrito por Ramón Martín Mateo, ya fallecido, en el que narraba en un tono bastante irónico la subida al techo de la isla. Sería sobre los años 60 y cuenta cómo decide subir acompañado de un amigo y varios presuntos exploradores autóctonos, a quienes contrataron emulando las películas de Tarzán. En algunos tramos intentaron abrirse camino a golpe de machete, en otros se perdieron, pero finalmente lo consiguen. Nuestra experiencia fue mucho menos emocionante. Hoy no hay más camino abierto que la carretera que conduce hasta la base militar que se halla en la misma cumbre. Así que el único escollo es, precisamente, conseguir la autorización para poder subir. Ninguna agencia que organice un viaje a Guinea Ecuatorial te lo garantiza, pero no había que perder la esperanza.

De camino a la base del pico puedes ver, si la niebla lo permite, el monte Camerún de 4040 m de altura, que asoma imponente a tan solo 50 km de distancia. Llegamos a la barrera donde había que negociar la autorización. Esperamos impacientes mientras nuestro guía charlaba con los militares y, finalmente, nos

Cascada en la playa de Ureka



dejaron subir. Normalmente solo dejan hasta la iglesia de la Virgen de Bisila, que se encuentra unos 150 metros por debajo de la cima.

La carretera sube unos 25 km y salva un desnivel de 2250 m. Podría ser un buen reto para los amantes de la bicicleta. Nosotros nos conformamos con subir 800 m de desnivel para, de alguna manera, ganarnos la cumbre. El chófer no entendía por qué subíamos andando cuando podíamos hacerlo en coche pero, claro, tampoco podía entender qué demonios se nos había perdido ahí arriba.

Cuando llegamos al recinto militar busqué con la mirada lo que podría ser el punto más alto no artificial. Un promontorio de tierra me llamó la atención y, antes de que me echaran el alto, me fui directa a él. Ahí estaba entre la vegetación el mojón geodésico pero antes de poderle echar una foto me "invitaron" a que me marchara. Después, mientras contemplábamos aquella enorme selva que envuelve las faldas del Basilé, esparcí las cenizas al viento y quedó el objetivo cumplido.

Lago Biao

MOKA – LAGO BIAO Y LAS CASCADAS DE YLADYI

Al día siguiente nos desplazamos a Moka, cuyo nombre procede de un monarca de etnia bubí de largo reinado llamado Mookata. Está a 1300 m de altitud lo que garantiza un clima más fresco y agradable. En esta zona se están recuperando las llamadas "casas vascas", construcciones hechas por colonos que tienen similitud con nuestros baserris.

Desde Moka pueden hacerse dos excursiones interesantes disfrutando de la belleza de la selva. Una se dirige a las cascadas de Yladyi, que destacan como hilos de plata mientras se deslizan por la tupida vegetación. El recorrido total no llega a 5 km con un desnivel de 150 m. El camino se toma 2 km al sur de Moka, cerca de la curva que hace la carretera, en dirección sur. Tras un kilómetro de llaneo, se va perdiendo altura hasta llegar al río que hay que cruzar mojándose hasta los tobillos, seguramente bastante más en época de lluvias.

Enseguida se llega a un pequeño claro que da vista a las cascadas.

El otro recorrido sale del mismo Moka en dirección oeste y asciende por un empinado y embarrado sendero hasta las inmediaciones del lago Biao (1953 m), de origen volcánico. De camino es posible ver algún primate aunque aquí son bastante tímidos. La vista sobre el lago es impresionante (8 km ida y vuelta, 560 m de desnivel). Cerca se halla el pico Biao, de 2009 m. Es una pena que se hayan perdido los senderos para haber ido a coronarlo.

OTROS LUGARES DE INTERÉS

Al sur de la isla están las playas de Ureka, de arena negra y totalmente solitarias. Aquí no hay casas ni chiringuitos. Puedes caminar kilómetros siempre que tengas en cuenta el horario de las mareas ya que hay zonas en las que el agua puede cubrirte por la cintura o incluso impedirte el paso. En un extremo de la playa, una espectacular cascada, alimenta-





Camino a las cascadas



da por el río Eoli, crea una poza que invita al baño. Hoy el día no es que sea soleado pero sí lo suficientemente caluroso como para no resistirse a la tentación. Y luego, con nuestro guía local, vamos recorriendo la playa mientras nos cuenta cómo en los primeros meses del año las tortugas marinas de las especies verde, carey y laúd van a desovar a este recóndito lugar.

Luba está en la costa oeste de Bioko. Tiene sabor colonial y es la segunda ciudad más importante de la isla. Se puede disfrutar de su paseo marítimo y observar los grandes cargueros atracados en el puerto. Cerca de Luba está el pueblo Batete que tiene una curiosa iglesia de madera.

En Luba conocimos a Trini, todo un personaje. Ataviada con un vestido estampado con la cara del presidente Obiang Nguema como si de flores o lunares se tratara, nos atendió en su local donde fuimos a comer. Para mostrarnos el menú sacó de una antediluviana nevera un bloque de hielo con incrustaciones de peces para que escogiéramos. Tras la elección, estampó el bloque de hielo contra el suelo, recogió con toda naturalidad los pescados que habían salido disparados y devolvió a la nevera el bloque restante. Mientras, nosotros contemplábamos la escena en una mezcla de incredulidad y regocijo. Hay que decir que después el plato estuvo exquisito.

De vuelta a Malabo visitamos una plantación de cacao, junto a la cual se pueden ad-

mirar varios ejemplares de ceibas, árbol emblemático de Guinea Ecuatorial que puede alcanzar una altura de 60 metros.

Buscamos en Bioko un monte centenario y hallamos un diamante en bruto...

BIBLIOGRAFÍA

Gorostiaga A. y Hernani R. *Atlas de los Techos de Estados e Islas del Mundo*. Temas Pyrenaica.

Enlaces de interés:

<http://www.raimonland.net/foro/lofiversion/index.php/>

<http://fernandoafricano.blogspot.com/2012/08/expediciones-al-pico-de-santa-isabel.html>

Iglesia de madera en Batete





JEBEL MUSA

AL OTRO LADO DEL ESTRECHO

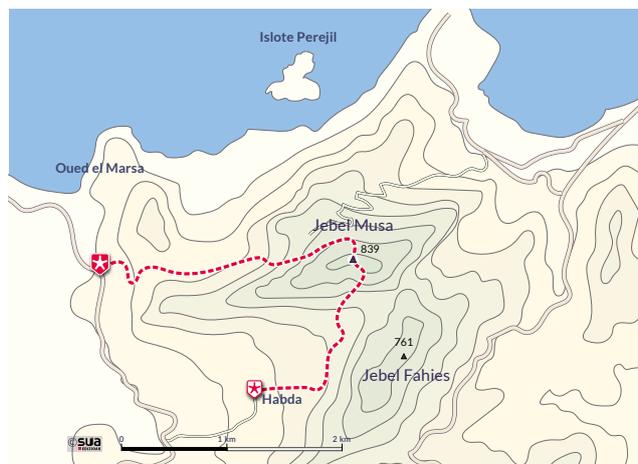
Breve excursión en busca de la columna sur de Hércules, sobre Marruecos, al otro lado del Estrecho...

TEXTO Y FOTOS



Txomin Uriarte

Ha sido editor de Pyrenai-
ca y presidente de la EMF.
Trabaja en EMMOA, la
fundación que promueve
el Museo del Montañismo
Vasco.



UNA MONTAÑA DE LEYENDA

Se trata de una pequeña sierra, con tres cumbrones principales orientadas del SW al NE, que constituye el final de la cordillera del Rif, antes de llegar al Atlántico en la Punta Leona.

Se sitúa entre los pueblos marroquíes de Bel-younech (Beliunes) y Oued El Marsa. Se le conoce también como "La Mujer Muerta" porque desde la vertiente este, por ejemplo desde Ceuta, tiene la forma de una mujer tumbada vista de perfil, distinguiéndose su cara (Jebel Fahies, 761 m), su pecho (donde está la cima: Jebel Musa 839 m) y su rodilla (Jebel Yuima, 410 m).

En la mitología se la considera como una de las dos columnas de Hércules, esas que separó el héroe para abrir un paso entre el Mediterráneo y el Atlántico. Pero no hay unanimidad en la elección de la columna del norte: se supone que es la roca de Gibraltar (447 m), aunque también se cita al Tajo de las Escobas (837 m), que tiene muchos nombres como por ejemplo: Vértice del Gitano o Tajo de la Corza, en la sierra gaditana de Ojín. En cuanto a la columna sur, parece claro que es nuestro Musa (839 m), aunque alguna vez se ha citado el monte Hacho (204 m), en la ciudad de Ceuta.

LA ASCENSIÓN

La subida más frecuente se hace desde Beliunes, al N, por el camino de la Mina. Pero, como está cerrada la frontera de Ceuta y habría que dar mucha vuelta de aproximación, nosotros hacemos la subida por la vertiente S, saliendo de Tanger Med.

Pasamos en el ferry de Algeciras a Tanger Med, el puerto comercial de Marruecos, que le hace la competencia. Salida del ferry a las 9:00 de Algeciras y llegada a las 10:30 (que en Marruecos, una hora menos, son las 9:30, lo que habrá que tener en cuenta para la hora de vuelta).

Negociamos a la salida del puerto un taxi, que designan entre todos los taxistas que están esperando, y que nos acercará hasta la



Minarete de Oued el Marsa

base SW de la montaña. Se llama Abdel Majit, y es un enamorado de su pueblo, y nos va parando en unos cuantos puntos panorámicos de la carretera para que podamos disfrutar de la vista de los campos verdes y los pueblitos esparcidos por el valle.

Son casi las doce cuando empezamos a andar un poco más arriba de la ermita de Habda (136 m), por una pista que atraviesa un poblado de media docena de casas, y nos dirigimos hacia el collado de Ain Barca. Enseguida desaparece la pista y seguimos subiendo por un terreno pelado, atravesando cauces secos de riachuelos, en los que pastan- no sabemos muy bien qué- rebaños de vacas.

Una hora después estamos al pie de la pared (496 m), resguardándonos del viento. Empezamos a subir por una incómoda pedrera, que



Morabito de la cima

Islote Perejil o Leila



vamos resolviendo por su borde derecho, según lo miramos nosotros. Pasamos un espolón intermedio y seguimos subiendo por la derecha; la pedrera se va estrechando y es cada vez más pendiente. Llegamos al final de la canal, a un collado en la cresta, a unos metros de la cima, que queda a nuestra izquierda. Estamos en el "morabito" (ermita en la que vivía un santón antes del Islam) de Sidi Musa (839 m), contemplando un paisaje espectacular: al otro lado del estrecho

(que tiene 14,4 km en su punto más corto), la costa gaditana entre Tarifa, Algeciras y Gibraltar.

SORPRESAS EN LA BAJADA

Salimos de la cima por la cara N, con mucho cuidado, por una ladera muy pendiente y sin un sendero claro. Bajamos haciendo lazadas y tirando hacia nuestra izquierda. Abajo, muy abajo, se ve el pueblo de Beliunes.

Pasamos un collado, el col de Yuz o de la Mina, hasta donde llega el camino de la Mina (de manganeso), que viene de Beliunes, y seguimos en dirección W. Enseguida estamos encima del islote Perejil, en lengua local Leila, de "chusca" memoria, reconquistado triunfalmente en su día, y en el que quedan unas pocas cabras que no podemos distinguir desde aquí. Un segundo collado, a los pies del pico Yuima, en cuyas paredes corretea una banda



de macacos gesticulantes, sin rabo, como los de Gibraltar.

Tercer collado, con un pozo (Oued Mansa) y unas precarias construcciones militares, por las que pululan unos cuantos soldados muy jóvenes, que nos saludan con desgana. Desde aquí, tirando a la derecha, se suele bajar para hacer el recorrido en bucle hasta Beliunes. Nosotros pasamos el collado y bajamos por una pista a la mezquita de Oued El Marsa, después

de fotografiar una tortuga de tierra que se mueve sin mucha prisa.

Atravesamos las calles del pueblo, quedándonos sorprendidos por los caserones imponentes, con unos inmensos garajes (que son fáciles de relacionar con el negocio del contrabando de droga en el estrecho, en rápidas lanchas). Y bajamos a la playa donde nos espera nuestro taxista, que no acepta nuestra invitación a la comida, pero que nos lleva a un

restaurante a la entrada de Tanger Med y se ofrece a llevarnos algún día en otro viaje hasta las montañas del Rif.

DATOS PRÁCTICOS

PARTICIPANTES: Javi Munduate, Jose Zendrera y Txomin Uriarte

DISTANCIA: 9 km

DESNIVEL: 700 m

DURACIÓN: 4h 30 min

Tarifa y Jebel Musa



DOLOMITAK

PARADISUA ALPEEN

ITZALEAN

Dolomitak, bost probintzia eta hiru eskualdetan hedatzen den mendilerroan, mendi zoragarriak, ibar berde eta sakonak eta herri xarmagarriak aurki ditzakegu. Egitura geologiko bertikalen paradisu honetan, hiru mila metrotik gorako altuera duten 18 tontor daude eta, mendi-orratz hauen magaletan, herri, landare eta animalia mota ugari. Makina bat aukera daude mendiarekin erabateko lotura duten kirolak praktikara eramateko: mendizaletasuna, eskalada, eskia, trekkingak, ferrata bideak eta abar. Mendi hauek eratzen duten paregabeko arkitekturan lehen aldiz murgildu gara, seguruenik ezagutzenak diren ibilbideak burutuz, baina ziur gaude, berandu baino lehen, bertan utzi ditugun bestelako ingurunez gozatzera itzuliko garela.

Tre Cime di Lavaredoko hiru tontorrak. Paterno tontorretik ikuspegia

TESTU ETA ARGAZKIAK



Ane Fernandez Barrado
(Donostia, 1993)

Diseinu industriala eta mekanika ingeniartzetan graduatua. Korrika, mendia eta oro har, natura du gustuko. Mendi lasterketetan zaletua.

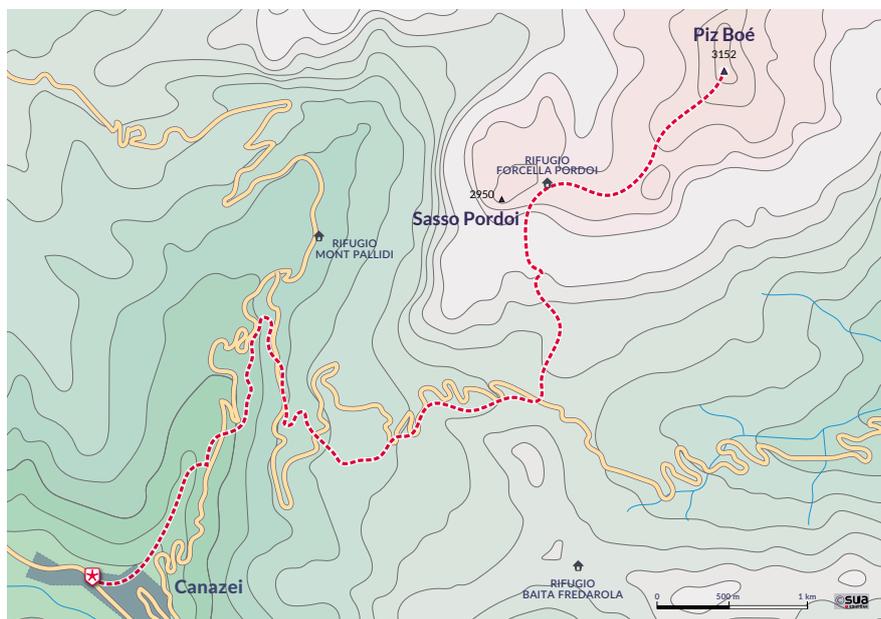
Iñigo Gurrutxaga Arruti
(Donostia, 1992)

Zuzenbidean graduatua, hirigintza arloan jardunean. Kirolari amorratua, mendiko jardueren zale, lasterketetan ohikoa; korrikalari eta mendizalea.



CANAZEI - PIZ BOÉ

Dolomiten barnealdean geratzen den herri txiki baina berezi honek, mundu mailako mendi lasterketa ikusgarri bat antolatzen du urtero uztailearen erdialdean. Hala, Dolomithsrün lasterketa honen ibilbidea osatzea izan da gure asmoa mendi ikusgarri hauekin genuen lehen kontaktuan. Herriko plazatik bertatik hasi dugu ibilaldia. Egurrez eta lore koloretsuz osatutako etxeen artean doan kalean gora laster utzi dugu herria atzean. Neguan eski pista izugarriak izan behar diren bideetatik egin dugu aurrera, gure ibilbideak errepide eta ibaia gainditzeko egurrezko zubi oso zabalak erabiliz. Hasierako aldapa malkartsu horiekin segituan hartu dugu altura, inguruko mendietatik bista kendu ezinik ibiltzea eskertu dugu, gure eski pista zabalak eta bide ertzean dauden elur kanoiek uda partean ikusgarritasun mu-



rritza baitute. Hala ere, ibilbide luze hauetan zehar inor ez ibiltzeak eta, bakar bakarrik joateak ere baditu bere abantailak, guk, adibidez, bide erdian gertutik azeri bat ikusteko aukera eduki dugu.

Ikusgarria da harrizko pareta bertikal horietan dagoen zuloa

Baina lasaitasun honek ez digu egun osoan iraun, lehenengo jendetzak Passo Pordoin aurkitu ditugu, 2900 metro ingurura eramango dituen teleferikoaren zain. Guk aurrera egin dugu oinez, berriro ere bakarrik geratuz, baina oraingoan gora begiratuta gure lehen helburua ikusgai daukagu, bukatzen ez diren sigi-saga luze batzuen amaieran: Forcella Pordoi. Piriniotan ibilitakoek segituan hartuko liokete antza Brecha de Rolandekin. Ikusgarria da harrizko pareta bertikal horietan dagoen zuloa, haran batetik bestera zeharkatzea ahalbidetzen gaituena. Eta, zer esanik ez, atzera begiratzuz gero, Dolomitetako erregina deritzoten Marmolada bere osotasunean ikusteko aukera, inguruko mendiek paisaia eder hau zapuzteko ausardia eduki ez zutela ere pentsa dezakegu.

Behin puntu honetara iritsita, lehen aldiz eduki dugu aukera ibilbideko puntu garaiena den Piz Boé tontorra ikusteko. Laurehun bat metroko desnibela gainditu behar izan dugu, orain bai teleferikoan igotako jendearekin batera. Hemen bai antzeman dugu Dolomitetan gaudela, harri zurizko bideetan zehar, arroka handiz inguratutik, ilargian gaudela ere pentsa liteke. Tontorrean, Forcella Pordoi pasoa

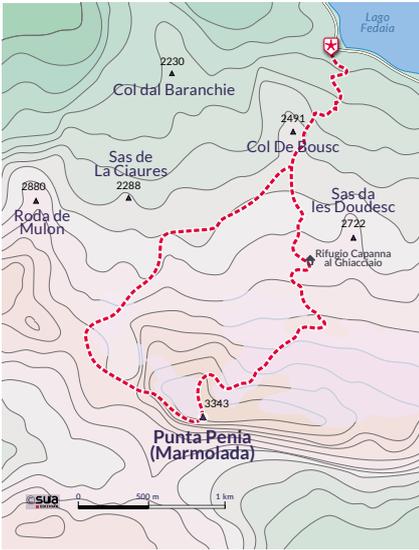
bezalaxe, mendi-aterbe bat aurkitu dugu, Dolomitetako beste mendi askoren antzera, geldialdi bat egiteko toki berezi askoa. Hemendik aurrerako ibilbidea, ezin izan dugu lasterketak jarraitzen duena burutu, eguraldia dela eta atzera berriz joaneko bidetik egin baitugu.

LAGO DI FEDAIA - MARMOLADA

Piz Boérekin gure Dolomitetako lehen harremana eduki ondoren, bigarren egun honetan harriztar hauekin eduki genezakeen zalantza oro desagertu zaigu. Benetan ikusgarria den ibilbidea da, goiz goizetik kotxea lakuan uzten duzun momentutik, bailara honetako glaziar handiena gurutzatuz, Lehen Mundu Gerrako ferrata bidean gora tontorreko aterpera iristen zaren momentu arte.

Goizeko zortziak izateko minutu batzuk falta direla, Fedaiia laku ondoan dagoen parkinean zain dago jendea. Motxilak materialez betetik, lakutik Pian dei Fiacconi mendi-aterbera eramango dituen teleaulkiak (binaka eta zutik joatekoa) bere atea ireki zain daudela, guk behetik ekin diogu ibilbideari bakar bakarrik. Teleaulkiak hasierako muinoa gainditzeko lagunduko die, baina gero, guk hartutako ibilbidera iristeko maldan behera jo beharko dute. Hala, lakutik berde-berdea dagoen muinoa sigi-saga batzuekin igo dugu 606 ibilbidea jarraituz. Lehendabiziko beroaldia. Gainera iritsi eta, arnasa hartzeko atzera begiratzean, Fedaiia lakua bere osotasunean ikusteko aukera izan dugu, eta haratago begiratuta, lainoek errespetatzen badute, aurreko eguneko Piz Boé tontorra eta Sassolungoren punta zorrotzak ere ikus litezke. Hemendik, sasiordean heldu gara glaziarraren beheko puntura. Europako glaziar handiene-





tokoa izan arren, azken datuen arabera 25-30 urteko bizi itxaropena besterik ez du. Aukera aprobetxatuz, kranpoiak jarri eta pioleta hartuz ekin diogu gure bideari glaziarrean gora. Alde honetatik ez da ikusten honen handitasuna eta, zertxobait eskuin aldera eginez, glaziarra atzean utzi dugu, orain bai ferrata bide baten bitartez pareta bertikal batzuk igotzen hasteko.

Gailurrean mendi-aterbe txiki bat, kanpoan egoteko bere terraza eta guzti

Banan-bana joan beharreko ibilbidea izanik, lehen ilarak harrapatu ditugu, baina erritmo onean iritsi garenez gutxi batzuk dauzkagu aurretik; atzera begiratuta, ordea, glaziarrean gora datozenen ilara luzea antzeman dugu inurrien gisara. Ferratan lotzen garen lehendabiziko aldia da, hasierako zalantzak segituan desagertu zaizkigu bideaz izugarri gozatzeraino. Burdinazko eskailerek horma bertikalean lerro zuzen bat marratuz ahalbidetzen digute beste era batean, eskalatzailerik onenentzat bakarrik gordea dagoen pribilegio honetaz gozatzeko. Lehen Mundu Gerran "alpiniek" -Italiako infanteriako soldaduak- eraikitako bide estrategiko hauek gurutzatu ditugu Marmolada edo Punta Penia bezala ezagutzen den tontorrera iristeko, eta ez, haien antzera, gure etsaiak ezustean harrapatzeko. Garai hartako sokak altzairuzko kablez ordezkatu dira, era berean, burdinazko eskailerak eta metalezko mailak aurreko egurrezko egiturak ordezkatu dituzte, Europako lehen ferrata hauek zaharberrituz.

Uda parte izaki, tontorrean ez dago elurrik, kranpoiak berriro jarri beharrik gabe iritsi gara bertara. 3343 metroko Punta Penia, gailurre-riako tontorrik altuena, eta nola ez, Piz Boén bezalaxe, gailurrean mendi-aterbe txiki bat, kanpoan egoteko bere terraza eta guzti. Salda beroaren usaia dago bertan, eguraldi okerrago batekin zalantza izpirik gabe hartuko genukeen horietakoa, baina eguraldia lagun,

bertako bizkotxo -panettonne- zati bat probatzearekin konformatu gara.

Tontorreko ikusmiraz liluraturik, pixkanaka sartzen ari den behe-lainoak behera jaisteko gomendatzen digu berandu baino lehen. Glaziarrean zati motz bat gainditu behar da lehendabizi, ferrata bide txiki baten laguntzaz Marmoladako mingain zurira heltzeko. Askok igoera glaziarretik egiten dutenez ez dugu bidearen zalantzarik izango, pitzadurak erraz ekidinez gertu igaro arren. Ikusgarria da benetan eguzkiaren izpiekin sortzen duten kolore urdin argia. Behin glaziarra atzean utzita, eta kranpoiak azkeneko motxilan gordeta, bide argirik ikusi gabe, Rifugio Ghiacciaio Marmolada bistara edukitzeak lagundu digu harri arteko ibilbidea osatzeko. Bertatik, pare bat kilometroko jaitsiera besterik ez zaigu falta kotxera heltzeko.

TRE CIME DI LAVAREDO-RI ITZULIA

Dolomitei buruz hitz egiten dugutenean beti datorkigu hiru harritar handiren irudia gogora, hainbat aldizkaritako argazkietan edo Italiako Giroa telebistan jarraitzean erakusten dizkiguten irudiak gogoraraziz. Ilusio berezia egiten zigun mendiko honen inguruko itzulia egiteak, beraz urruti egon arren goizeko lauetan kotxea hartu eta, bi ordu errepidean igaro ondoren, Auronzo aterbearen aparkalera heldu gara. Azken mendatea igotzeko ordainleku bat igaro behar da, 23 bat euroko

Marmolada glaziarrean behera. Rifugio Ghiacciaio eta Lago di Fedaià





Tre Cime di Lavaredoko hiru tontorrak

bidesaria utziz, guk ordea ez dugu horren beharrik izan, goiz ibiltzearen onuretako bat ordainlekua irekita edukitzea baitzen gure harridurarako. Ferrata luze bat egiteko asmatan gindoazenez, gure erritmoan aritzeko gogoz, goizeko seiak eta laurdenetan ekin diogu ibilbideari eguzkia irtetearekin batera.

Ibilbidea zirkularra izanik, zentzu batera edo beste egiteak berdin duela pentsa daiteke kasu gehienetan, baina mendiaren zailtasuna areagotu ahala, aldats handiena dagoen tartean igotzea izaten da gomendagarriena, gerrora jaitsiera errazagoa izateko. Gure kasuan, bi zentzuak antzekoak izanda, Paterno mendiko ferrata gertuen daukan ibilbidea egitea erabaki dugu, goiz irtenda, ferrata osoa bakarrik egiteko gogoz. Izan ere, aztertutako aldizkari eta web orrialde gehienek kontrako zentzua gomendatzen zuten.

Jendez gainezka imajinatzen genuen leku horretan bakar bakarrik egotea oso une berezia da

Hiru tontor hauen atzealdetik hasten da ibilbidea, familian egin daitekeen zirkular erreza eta polit bat osatzen duen pista hartu dugu. Segituan agertu da gure bistan Lavaredo aterbea eta bertara jaitsi gabe, pixkanaka gorantz jarraitu dugu lehen muinora irteteko. Momentu honetan, orain arteko ibilbidea utzi behar

izan dugu Paterno mendia igotzeko. Ferrata motz batzuk igaro behar izan ditugu, eta tunel batzuk gurutzatuz, ezinezkoa egin zaigu atzera ez begiratzea, bertatik hasi baikara Tre Cime di Lavaredo tontorrek bere osotasunean antzematen. Gora goazen heinean, bailararen beste alde ikusteko aukera izan dugu zenbait unetan, Caresko ibilbidea gogorazaziko digun amildegi batean zehar. Gailurra, Himalaiako tontorren antzera, koloretako banderak apaintzen dute budismoaren bost elementuak irudikatuz. Oso momentu berezia da, jendez gainezka imajinatzen genuen leku horretan bakar bakarrik egotea. Eguraldia lagun, minutu batzuk igaro ditugu bertan, begi ninez ikusgai dugun hori oroimenean ondo gordez; badakigu bai, eguneroko errutinan zein pozgarri diren halako sentimenduak berreskuratzea.

Ikusteko gauza gehiago ditugunez, berriro ekin diogu martxari. Oraingoan ferrata aldapa behera egin behar izan dugu, ez da batere zaila, baina gora datorren jende askorekin gurutzatu ezker, nahi baino luzeagoa izan daiteke itxaronaldia. Hala, inor gerturatu aurretik egin dugu jaitsiera osoa, zenbait momentutan kopetako argia piztuz Lehen Mundu Gerran egindako pasabideak zeharkatzeko. Jaitsierak Locatelli aterbean bertan utzi gaitu, geldialdi azkar bat egin ondoren, zirkularretik aldendu gara Torre Toblin mendia igotzeko asmoz. Paterno mendia tunel eta pasabideek ikusgarri egiten zuten bezala, azken honek ferraten zailtasun handiagoak egiten du interesgarri.

Ez da maila teknikorik behar, baina bertan ikusi dugun bezala, bertigoa duen norbaitek gaizki pasa dezake igo beharreko eskailera batzuetan. Tontor honek igoerako eta jaitsierako bideak markatuak dauzka, denek zentzu berean egin dezaten eta hala ilarak saihestuz. Abiatutako bide beretik itzuli gara Locatellira.

Terraza ederra dauka, Lavaredoko hiru tontorren panoramika aurrez aurre gozatzeko. Hauen oinetan ageri da gure itzulerako pista, penaz, dagoeneko gure egin dugun "trecime" alde batera utzi dugu zirkularra guztiz osatzeko. Erdibidean, azkeneko aterbea igaro dugu, Malga Langalm.



TESTU ETA ARGAZKIAK



Beñat Aizpurua Vázquez
(Irun, 1991)

Irakaslea. Natura eta mendia bidaiekin uztartzea du gustuko.

NEPALGO ZERUPEAN MENDEBALDEKO CHULU

Laino artean oreka mantentzen ibili ostean, lurra hartu dugu Nepalgo hiriburuan. Abuztua iristear da eta Katmanduk zaparrada batekin eman digu ongi etorria; ohikoa garai euritsu honetan. Eurite honek, errepide eta kaleak erabat lokaztu ditu eta, askotan zaila egiten da horietatik normaltasunez ibiltzea. Turistek ere eguzkia dute nahiago eta horregatik garai honetan ez da haien arrastorik. Pare bat egun emango dugu intsentsu eta arrosario artean mendi aldera jo aurretik eta, hauetako bat baliatuko dugu gure gida izango den Phu Dorchi Sherpa ezagutu eta mendirako beharrezkoak diren azken gauzak erosteko. Denda faltarik ez da, mendiko materiala edonon saltzen dute eta gainera, arrotz egiten zaigun salneurrian, merke oso.

Motxila prest dugu jada eta biharko zazpietan jarri dugu hitzordua. Mendebaldera egingo dugu aurrera errepide aldrebesetan kotxe, moto, kamioi eta abarren artean. Askotan ez

dugu jakiten zein den zentzu egokia, autoak ezker-eskuin joaten baitira bozina hotsen erdian. Aurrera egin ahala, arroz-soroak ugaritzen hasiko dira eta une batzuetan, hezeta-

sunak beroa jasanezina egingo du. Kostata, baina iritsi gara Besishahar herrixkara. Bihar gara Manang herrira abiatzekoak, baina afal orduan gida gaizki sentitzen hasi da eta ber-



4000 m inguruan azken atsedena Ledarren

tako klinikara eraman behar izan dugu. Ez du gurekin aurrera egiterik izango eta hurrengo eguna ere bertan pasako dugu. Badirudi, oraingoan, baten beharrea bi gida izango ditugula alboan, gainera xerpa dira biak eta bidean dira dagoeneko. Gauean elkartuko gara haiekin. Bitartean, eta aterruneak probestuz, ingurua ezagutzera irten gara. Gurekin bizkar-zorro txiki bat eta argazki kamera hartu ditugu. Denek agurtzen gaituzte ahoan irribarra dutela: *namaste!*

Arroza da herri honen sostengua eta hau gabe ez da otordurik

Eguna bertan pasa dugu eta herritarren batekin edo besterekin esne-tea elkarbanatu. Gurekin mendira joango diren gidak ere

iritsi eta elkarrekin afaldu dugu. Oraingoan, europarrontzat gordeta dituzten sardexka eta koilarak alboratu eta eskuin eskuaz jan dugu arroza, barazkiak eta oilaskoz hornitutako platerkada. Hatzen laguntzaz esku ahurra janariz bete eta bapo ase dugu sabela. Arroza da herri honen sostengua eta hau gabe ez da otordurik, berdin dio esnatu berri zaren ala oheratzera zoazen, arrozarekin hasi eta bukatuko duzu eguna. Espezia eta pikanteek ere ederki laguntzen dute jaki zuria eta azkar ohartu gara honen arriskuaz, komunera pare bat buelta egin behar izan baititugu. Hau da hau gorputzari darion sua!

Hurrengo eguna 4x4ko autoetan pasa dugu hamahiru orduz. Ibilbidea hasi bezain laster, bi ordu eman ditugu aurrera egin ezinik, egun hauetako euriteek bidea desagerrarazi dute eta. Bidean aurrera, eroritako bi zubi aurkitu ditugu eta trasteak bizkar gainean jasota, izugarriko ur-emaria duten ibaiak zeharkatu ditugu. Ibaian beste aldean autoz aldatu eta, amildegi ertzeko zulo eta harriz beteriko bidean egin dugu aurrera. Ilunpean eta nekatuta iritsi gara Manang herrixkara. Dutxa epela, afaldu eta lotara. Itsas mailatik 3500 metrora gaude eta badirudi gorputza altuera nabaritzen hasia dela.

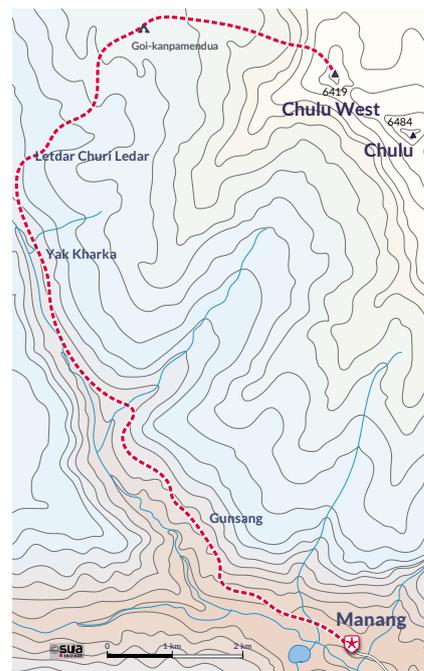
Iritsi da eguna, bagenuen sorbalda gainean pisua nabaritzeko gogoia, baina agian beharko ez ditugun gauza gehiegi dakartzagu gurekin. Motxila gogor estutu eta aldapan gora egin dugu. Hasieran kostata, baina erritmoa hartu ahala, erraz egin dugu aurrera. Inguruan Annapurna mendikatea dugu eta noizbehinka ostarteek haien edertasuna uzten dute agerian. Edertasun madarikatua mendi hauena, hobe dugu kontu handiarekin ibili. Guk, badaezpada, oraingoan, urrunetik begiratuko dugu mendikate hau eta altuera gutxiagoko mendiez gozatuko dugu.

Annapurna mendikatea dugu eta noizbehinka ostarteek haien edertasuna uzten dute agerian

Gorantz jarraitu dugu eta nahikoa eroso, bidean behiren bat edo beste eta mendi denboraldiaren zain dauden etxetxoak, mendizaleen arrastorik ez. Bertako zenbait gazte ere gora doaz bizkarrean egundoko zama daramatela. Erauntsia hasi du eta irekita topatu dugun etxe batean egin dugu pausa. Bertan, te gozorekin berotu dugu gorputza azken hogei minutuak ordeka leunean egiteko. Euritan iritsi gara bizpahiru etxetxo osaturiko Ledar

ingurura. Trasteak logelan utzi eta lanean dabiltzan gazteei begira eman ditugu hurrengo orduak. Pare bat etxe ari dira eraikitzen inguruko harriak bizkar gainean garraiatuz. Ondoren, hauek tamaina egokian mailuaz zatitu eta bata bestearen gainean lokatzaren laguntzaz pilatzen dituzte. Mendizaleak iristen direnako prest behar lukete. Guk, bitartean, mendia beste ezer ez dugu buruan. Bihar mendebaldeko Chulu mendiko (6419 m) goi-kanpalekura (5400 m) iristen saiatuko gara eta gu oraindik 4000 metro pasatxoan ari gara atsedean hartzen.

Ederki egin dugu lo, sabela bete eta gora abiatu gara. Hasieran belar eta lokatz bidean, baina azkar batean hasi da harrikaria. Oinarrizko kanpalekuan geldialditxo egin, eztarria freskatu eta goi kanpalekura jarraitu dugu. Horma izugarri bat dugu esperoan eta garaierak erritmoa moteldu besterik ez du egiten. Bi pausu aurrera egin eta bat egiten dugu irrastaka atzera harri solte hauen artean. Hau gutxi ez eta, gelditzeko asmorik ez duen euriak ari du; mela-mela eginda iritsi gara goi kanpalekura. Ingurua harri-pilaz eta budisten otoi-oihalez josirik dago. Guk ere mantraren bat beharko dugu aurrera egiteko. Mailo handi bat dugu ezker aldean eta honek magalean harri-koskor ugari; hauek alboratu, zorua ahal bezain beste goxatu eta denda jarri dugu bertan. Behin babes hartuta, eta gure sabelaren oihuei kasu eginez, zer edo zer sukaldatzeari ekin diogu. Gure asmoa, goizeko ordubatak aldera gailurrera abiatzea da. Honenbestez, hurrengo orduak denda barnean eman ditugu



atseden hartzen eta buruko min izugarriari te beroaz aurre egiten; edari magiko honek edan bezain pronto arintzen du buruko estutasuna.

Dendatik at ez da arimarik, isiltasunak agintzen du hemen. Tarteka, elur-jauzien orroak entzuten dira eta honek ez gaitu asko lasaitzen. Orduak aurrera doaz eta euriak ez du etenik. Are gehiago, elurra ere hasi da ingurua estaltzen eta honela ez dugu gora eginen saiatzerik. Harri askoko bideari egin behar diogu aurre eta oso irristakor jarri dute dena elur malutek. Egunsentiarik itxoin diogu aurrez erabakita genuena egiteko; denda eta ingurua jaso eta beherako bideari ekin diogu, berriro ere atzo goraka egindakoa jaitsi beharko dugu. Zalantzak ere hasi dira gure buruan biraka; behera goaz eta tontorretik urruntzen ari gara. Eguraldiak laguntzen ez badigu ez dugu saiakerarik egingo eta mendia denboralditxo batez amaitu egingo da. Gu, gure pentsamenduetan galdurik gabiltzala, mendi gandarretan sarriok ditugu zaindari, dantzan dabilta arrokaz arroka erraztasun lotsagabez.

Egunsentia iritsi da eta mendebaldeko Chulu tontorra begi-bistan dugu

Goizeko bederatzietan iritsi gara berriro ere Ledar-era eta eguraldia aldatzen hasi da, tarteka eguzkiak ere jotzen du eta gure irribarreak agerikoak dira. Egun osoa eman dugu zerura begira, haren menpe baiKaude, eta dirudie-nez, gaur gora egiteko baimena emango digu. Eguna urduritasun apur batez pasa ondoren, gaueko hamarrak inguruan zeruari azken begirada eman eta 23:10ean piztu ditugu kope-ta-argiak. Aurreko egunean igotako aldapa berberak ditugu esperoan, baina ilun dago eta ez dute hainbeste beldurtzen. Hori bai, argi edo ilun izterrek berdin nabarituko dute. Azkar egin dugu gora, irmo. Orduiak eman aurretik, iritsi gara goi kanpalekura eta bertan pausatu gara mokadua hartzera; ez dago atzo gaueko izara zuriaren arrastorik, idor aurkitu dugu dena. Hemendik aurrera hasiko da benetako harri besta. 5600 metroan gaude eta harri solte hauetan gora egitea gero eta gehiago kostako da. Gure pausuekin batera harriek behera egiten dute, batzuk zarata handia ateraz, besteak amildegiko isiltasunean galtzen dira.

Aurrera goaz, pausoz pauso altuera irabazten eta aldi berean amasa estutzen. Oxigeno falta ere gero eta nabariagoa da, gorputzak ez baitu lehen bezala erantzuten. 6000 m-ko muga gainditu dugu eta urrunean bada ere argi izpiren bat hasia da azaltzen. Orain arte

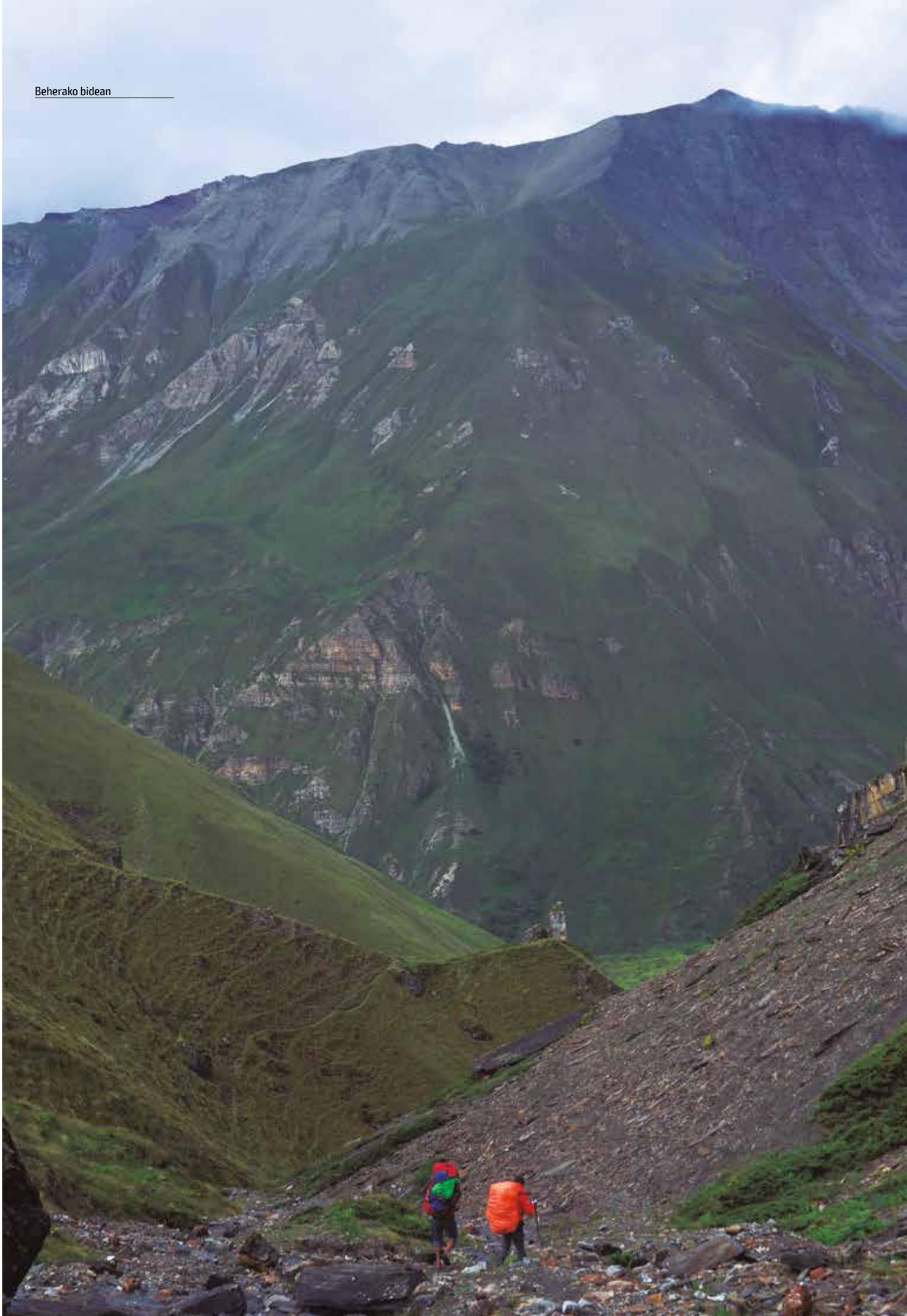
iluntasunean egin dugu bidea, ipurtargien antzera eta egunsentiak ekarriko duen argia gustura jasoko dugu, jarraian datorkigunera-ko lau begi ere beharko baititugu. Sokaz lagundu beharreko pare bat pasabidek, Hima-laian gaudela gogorarazi digute. Hemen ez da txantxetarako astirik, badakigu oker pausu bategen nora garamatzen eta. Hala ere, hemen jarraitzen dugu zuzen emandako pausuek nora garamatzaten ere badakigulako.

Elurra zapaltzen hastera goaz. Bota altuak jantzi, kranpoiak estu lotu eta glaziarrean egin dugu aurrera. Egunsentia iritsi da eta mendebaldeko Chulu tontorra begi-bistan dugu. Harantz goaz, aurrera, zuzen. Punturik altuenera hurbiltzen goazen heinean, izotza erabat pitzatuta aurkitu dugu, Katmandurainoko zuloekin. Ez dugu aurrera egiterik, ez oraingoan behintzat. Asko jota gailurretik ehun metroren faltan geratu gara, 6300m inguruan, baina gure bizitzak ehun metro horiek baina balio handiagoa du.

Tontorra irribarrez agurtu eta beherako bidean ere zain gaitzan eskatu diogu. Zeinek daki, agian etorkizunean berriro elkar ikusiko dugu. Soseguz egin dugu behera eta tarteka elur malutek aurpegia zipriztindu digute. Zerutik gertu ez da gaizki egoten, baina gu itsas mailara ohituak gaude eta kresal-brisa dugu esperoan. Hurren arte Nepal!

Punturik gorenean, 6300 metro inguruan





NUEVAS VÍAS AL ANETO Y AL PICO RUSSELL

Os presento cuatro vías abiertas en 2019. Por un lado, tres vías en la zona norte del Aneto, en la vertiente de Barrancs. Son más largas, duras y con más compromiso que las de la cara sur. La primera la realicé junto a Cutu y Ángel Cerrillo y las otras dos, junto a Ángel. He añadido una vía abierta en la cara Oeste del Pico Rusell, que realicé junto a Angel Cerrillo.

ESPALDA DEL ANETO (3359 m)

VÍA 1: POR ATRÁS ME GUSTA MÁS
400 m, A2 o 7a (6b obligado)

Abierta el 25-07-2019 por Jonatan García, Cutu Hernández y Ángel Cerrillo.

Pequeña joya por descubrir sobre roca excelente. Ambiente alpino cien por cien recomendable, y una manera más que elegante de subir al Aneto sin aglomeraciones.

APROXIMACIÓN: Unas tres horas. Saliendo desde Besurta por sendero a Plan d'Aiguallut, continuar por el Gr-11.5 por Barrancs hasta divisar el circo del Tempestades. Una vez allí localizar la marcada canal de la vía Gran Blau, y a unos cien metros a la izquierda de esta, se divisa quizás la fisura más característica de la pared con una placa anaranjada a su izquierda y unos bloques colgados a su derecha. Aquí empezariamos con el primer largo de la vía. En la base del diedro, trepar por la

zona más evidente sobre buena roca, con tendencia hacia la derecha, y tras 10 metros como mucho montar una reunión sobre punta de roca o fisura (reunión cómoda a la derecha de la vertical del L1).

L1 - 45 m (6b A2, en libre posible 7a): Posiblemente el mejor largo

de la vía y sin duda el más duro. Inicio vertical con tendencia a izquierda, siempre por fisuras fáciles de proteger. Llegar a la fisura principal y continuar por esta, primeros metros con buen agarre hasta llegar a un primer paso (6b) con poco canto (interesante clavo extraplano para proteger el paso). Continuar hasta una fisura invertida en un techito. Tendencia de nuevo a la izquierda con buena protección hasta un bloque empujado, superarlo y entrar ya en una fisura con pies en adherencia. Hay un clavo antes de la travesía de salida, que nos dejará ya en una zona más cómoda. En el diedro final de llegada a la R1, ir bajo un techo con lajas para montar la reunión. Hay un fisurero abandonado en R1 que es conveniente reforzar.

L2 - 25 m (6a+): Salir de la reunión hacia la derecha por la fisura del techo hasta incorporarse en la pequeña repisa (6b). Otro paso lateral hacia la derecha nos deja ya en un sistema de fisuras, que tras 25 metros lleva a una pequeña repisa con unas puntas de roca para poder montar la reunión (V).

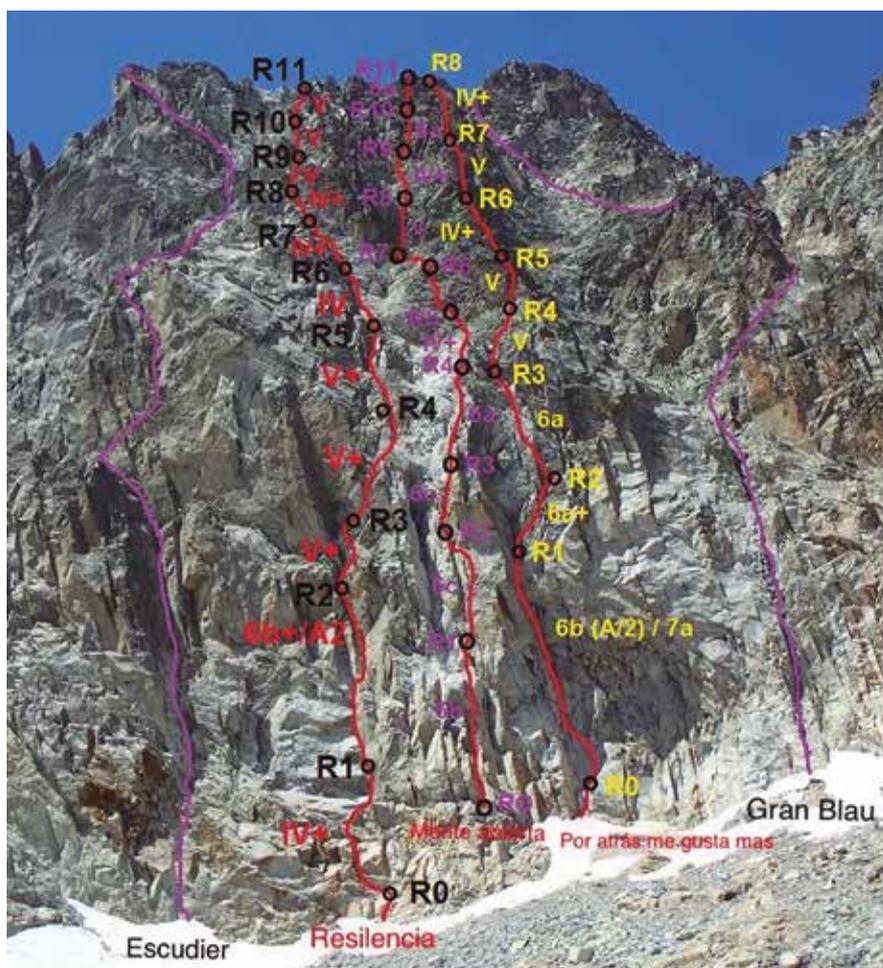
L3 - 45 m (6a): Salida hacia la izquierda en busca de una bavaresa con líquen, pero con muy buen agarre. Es un paso atlético, y tras superar este ir hacia la izquierda por una laja sospechosa y cruzar al otro lado del espolón. Escalar por la zona evidente hasta una fisura fácil de pro-

TEXTO Y FOTOS



Jonatan García

Escaladas por todo el mundo. Intento al Broad Peak hasta los 7000 m. Cumbre en el Annapurna. Intento a Dhaulagiri hasta los 7700 m. Cumbre en el Manaslu. Escaladas en las montañas de Euskadi, Picos de Europa, Pirineos, Alpes, Andes.



Durante la ascensión por la vía "Por atrás me gusta más"



teger, seguir recto hasta una pequeña repisa y montar la reunión sobre una punta de roca a la derecha. Hay un cordino rosa, bajo un pequeño techito que nos protege de posibles caídas de piedras del siguiente largo.

L4 - 55 m (V): Largo de transición. Tras una trepada fácil (IV+), salir a un pedrero (III) con tendencia hacia la derecha, buscando la zona de roca más compacta hasta la base de un gendarme. Reunión sobre punta de roca y/o fisuras.

L5 - 45 m (V): Atacar el flanco derecho, paso atlético para continuar por un diedro hacia la derecha. Según se va cogiendo altura el diedro va cogiendo tendencia hacia la izquierda, hasta llegar a la arista. Montar reunión en la arista sobre puntas de roca.

L6 - 60m (IV+): Continuar por todo el filo de la arista hasta la base de un marcado gendarme, montar reunión en puntas de roca o fisura.

L7 - 50 m (V): Salida recta por un diedro con tendencia hacia la derecha. Salir por la fisura, paso atlético con dos bloques empotrados que te depositan en un diedro. Al terminar el diedro, salir hacia la derecha hacia otro diedro muy marcado con un gran bloque en el centro fácil de proteger (número 3 de Camalot). Salir a la izquierda, hasta dar con un plano inclinado en la base de un muro de 5 metros que corona el final de un gendarme. Montar reunión sobre puntas de roca o flotante antes del muro de 5 metros.

L8 - 60 m (IV+): Trepar el muro desde la parte izquierda hacia derecha. Tras coronarlo, destrepe fácil (III), e ir a buscar una fisura a la izquierda que según va ganando metros se convierte en un diedro-fisura ancha, que nos deja en el filo de la cresta.

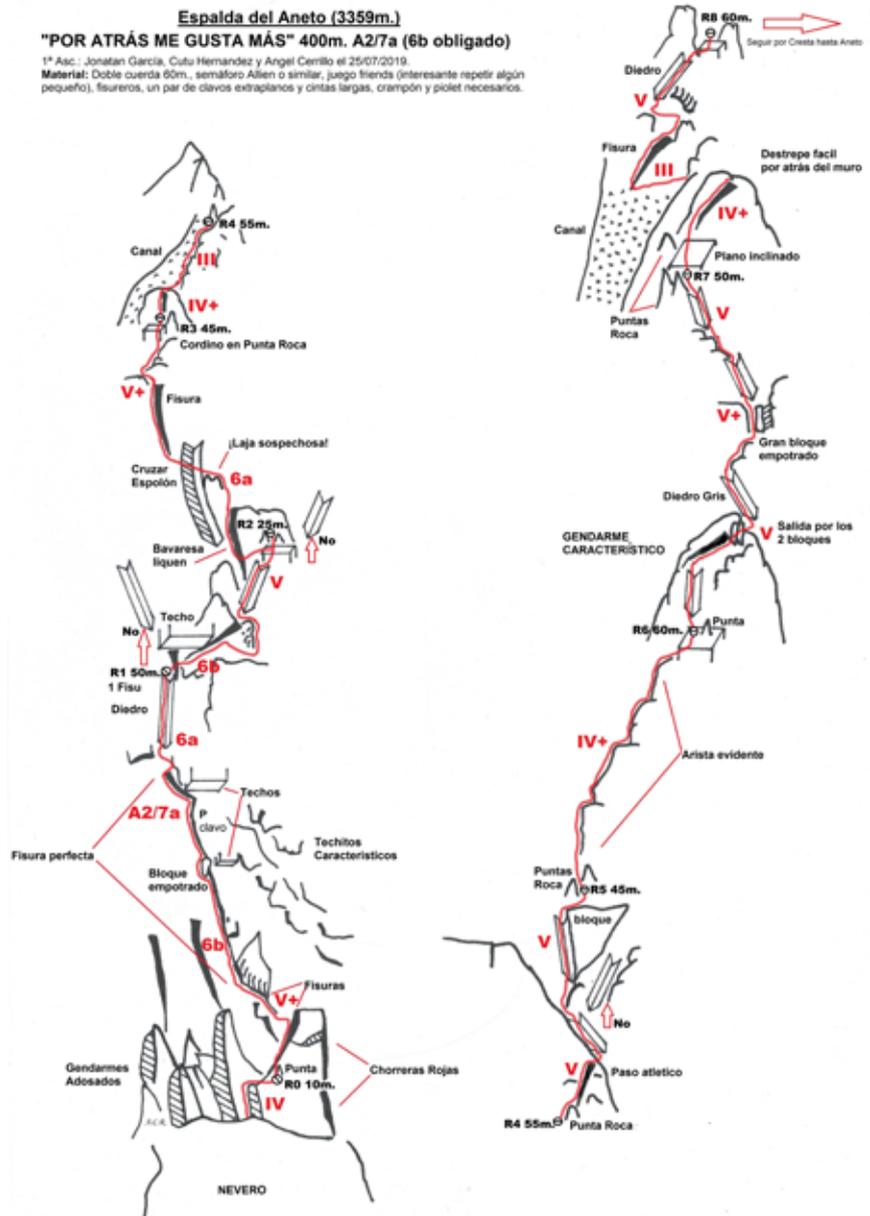
DESCENSO: Continuar por la cresta, la cual nos deja primero en la Espalda del Aneto para continuar a la cima (40 min aproximadamente). Desde aquí descenso normal hasta el punto de inicio.

MATERIAL: Doble cuerda de 60m, semáforo Alien o similar, juego de friends (interesante repetir alguno pequeño), fisureros y cintas largas, crampón y piolet (necesario).

VÍA 2: MENTE ABIERTA 425 m, 6c

Abierta el 31-07-2019 por Jonatan García y Ángel Cerrillo.

Vía sobre roca excelente en general, en un entorno majestuoso. Tiene algún tramo de transición con roca suelta, que aun así no hace desmerecer la actividad que culmina en el rey del Pirineo, el Pico Aneto.



APROXIMACIÓN: Unas tres horas. Saliendo desde Besurta por sendero a Plan d'Aiguallut, continuar por el Gr-11.5 por Barrancs hasta divisar el circo del Tempestades. Inicio a la izquierda de la vía "Por atrás me gusta más". Inicio evidente, localizar un marcado diedro, y justo a la izquierda de este, hay una fisura ancha fácil de proteger (con número 3 de Camalot) que arranca desde una repisa fácil donde montar la R0.

L1 - 45 m (6b): Precioso largo que se inicia desde una repisa a la que es fácil llegar. Es una marcada fisura a la izquierda del diedro principal. Empieza con unos 15 o 20 metros de fisura ancha que se protege a placer con uno o dos friends del 3 de Camalot y con algo más pequeño en una pequeña fisura paralela a la principal. Donde termina la fisura ancha, hay una pequeña travesía hacia la derecha y hay

que continuar recto otros 25m hasta unas grandes puntas de roca donde montar la R1 (es conveniente llegar a la segunda punta de roca que te deja justo debajo de una fisura, donde se puede reforzar la R cómodamente).

L2 - 50 m (6c): Salir de la reunión recto por una fisura, y tras unos metros de tendencia hacia la derecha por un pequeño diedro (6a+), buscar el espolón de la derecha (canto pequeño) e ir a la derecha del gran bloque fisurado (posible 6c). Realizar una travesía hacia la izquierda a unas puntas de roca, para continuar y llegar al diedro (puente roca en diedro) que te sitúa justo a la izquierda de un bloque característico en la R2 (hay un clavo alto a la derecha, reforzar con lo que se quiera).

L3 - 35 m (6c): Salida recta por una fisura ancha, y a tres metros, justo donde se complica, abandonar la fisura y salir a la izquierda (hay



Jonatan durante la ascensión por la vía "Mente abierta"

pies buenos) en busca de otra fisura. Remontar esta e ir de nuevo a la derecha hacia un colmillo o punta de roca invertido ya de nuevo en la vertical de la R2. Proteger bien la salida, ya que el espolón superior es difícil de proteger (posible 6c). Continuar por terreno ya más fácil con tendencia hacia la derecha, y en un bloque con un fisurero abandonado montar la R3 (reforzar con piezas pequeñas en la base del diedro del L3).

L4 - 30 m (6a): Salir por el diedro de la izquierda, coger como referencia "el libro" y meterse en un segundo diedro muy bonito que da bastante más canto que lo que a priori parece desde abajo. Al salir de este montar la R4 antes de llegar a la canal en la zona de mejor roca.

L5 - 35 m (IV+): Largo de transición. Cruzar recto la canal de roca suelta buscando zonas de roca sólida para proteger. Tras unos 20 metros aproximadamente ir a izquierda otros 15 metros hasta un bloque fisurado en la base del muro donde se monta la R5.

L6 - 35 m (V): Salida recta y a continuación travesía a la izquierda por encima de una laja

característica. Tras esta continuar recto hasta superar todo el contrafuerte, y llegados a una zona más tumbada y fácil. Localizar el gran diedro de la derecha que nos llevará a la cresta de la vía "Por Atrás me gusta más". No coger dicho diedro, dejándolo a la derecha y montar la R6 sobre una punta de roca muy a la izquierda del citado diedro. Desde aquí ya veremos la R7 y la "fisura verde" del siguiente largo de nuestra vía.

L7 - 30 m (IV+): Salida fácil por una placa en travesía hacia la izquierda, cruzar la canal hasta unos pequeños gendarmes a la izquierda del siguiente largo, y montar la reunión sobre estos.

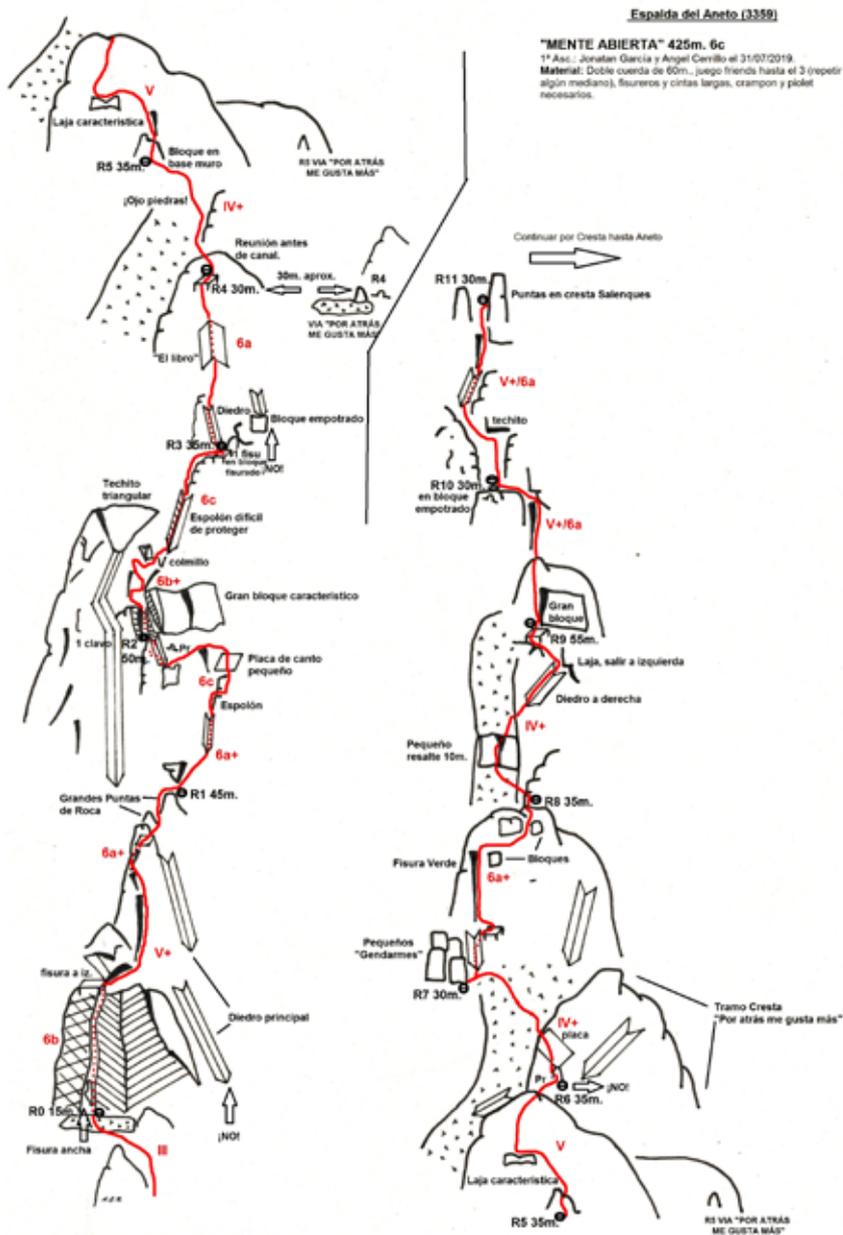
L8 - 35 m (6a+): Salir de la reunión para entrar en el primer diedro que nos encontramos. Tras unos pocos metros hacia la derecha llegar a una repisa, y desde esta coger la fisura verdosa que sale en nuestra vertical, fácil de proteger con piezas medianas. Casi al terminar esta, en una zona de bloques, realizar travesía hacia la derecha para salir recto por la zona más fácil y montar la R8 a la salida del contrafuerte, a la derecha de la canal.

L9 - 55 m (IV+): Entrar en la canal de la izquierda a buscar un pequeño resalte de 10 metros sobre buena roca, salir del resalte recto por la canal hasta ver un diedro a la derecha. A continuación, remontar el diedro y casi al final de este, a la altura de unas lajas, abandonarlo con una travesía hacia la izquierda hasta la base de un gran bloque característico donde se puede montar la reunión.

L10 - 30 m (V+/6a): Salir recto por una fisura unos 20 metros, y abandonar esta para remontar un gran bloque a la izquierda (paso evidente). En la repisa que forma este bloque montar la R10 en un cordino sobre el bloque empotrado (conviene reforzar).

L11 - 30 m (V+/6a): Salir recto hasta el pequeño techo, un movimiento atlético hacia la izquierda y coger un pequeño diedro/fisura que nos sitúa entre dos grandes puntas de roca. Ya estaremos en la cresta que va a la espalda del Aneto.

DESCENSO: Continuar por la cresta, la cual nos deja primero en la Espalda del Aneto para continuar a la cima (40 min aproximadamente). Desde aquí descenso normal hasta el punto de inicio.



MATERIAL: Doble cuerda de 60m, juego friends hasta el número 3, (interesante repetir medianos), semáforo Alien o similar, fisureros y cintas largas, crampón y piolet (necesario).

VÍA 3: RESILIENCIA 400 m, 6B+/A2

Abierta entre el 27 y el 28/09/2019 por Jonathan García y Ángel Cerrillo.

Recomendada solo para amantes de la aventura. Vía con largos muy buenos, sobre todo los primeros. Algunos largos con mucha roca suelta donde navegar y tantear la roca antes de dar un paso.

APROXIMACIÓN: Unas tres horas. Saliendo desde Besurta por sendero a Plan d'Aiguallut, continuar por el Gr-11.5 por Barrancs hasta divisar el circo del Tempestades. Inicio a la izquierda de la vía "Mente Abierta", a unos 25 metros de distancia. Como referencia podemos coger un gran diedro visible que se encuentra a unos 100 metros del suelo, descartado por su calidad de roca y un gendarme adosado que queda a la izquierda del inicio de la vía. Entre estos y justo en la vertical del gran diedro, sale una fisura jalonada por varios desplomes grises en su inicio, donde nosotros iniciamos la escalada propiamente dicha desde la R0. Aun así, puede ser más recomendable llegar a esta ya con cuerda, ya

que, aunque estos 10 primeros metros iniciales no son difíciles, debido a la tierra no es fácil elegir el mejor acceso hasta la repisa de dicha RO.

L1 - 45 m (6b+/A2): A diez metros del suelo montar la R0 sobre una fisura, bajo un diedro liso, en una repisa inclinada. Desde aquí, salir hacia la izquierda a buscar un diedro fácil de proteger, remontar este por la zona más sencilla hasta otra repisa inclinada con grandes bloques (30m. aprox.). Aquí empieza la sección dura del largo. Se trata de una fisura desplomada gris que enlaza con otra fisura en el plano de la derecha. Nosotros dejamos un fisurero para facilitar el tramo que hicimos en A2 (friend del 3 al inicio de la fisura y clavo en "u" recomendable para solventar este tramo, en la fisura de la derecha). Tras el fisurero, salida atlética hacia la izquierda y montar reunión sobre dos clavos, R1.

L2 - 40 m (6b/A2): Salida recta por una fisura, un paso fino en placa y continuar por la fisura hasta un clavo que marca la travesía hacia la derecha para hacer el cambio de diedro. Si miramos desde este clavo hacia arriba veremos otro clavo abandonado con un mosquetón, clavo nuestro abandonado antes de una gran laja suelta en la vertical del largo, no ir hacia él, realizar la travesía en el primer clavo que nos encontremos. Después continuar por un diedro guapísimo que te deja escalar hasta una zona de placa muy fisurada, donde vemos el tramo final del diedro (6b/A2). Superamos un bloque empotrado con buen canto que nos deja en la R2 a montar, en una fisura a la izquierda con flotantes y en algún hueco para clavar.

L3 - 25 m (V+): Ganar uno o dos metros y realizar una travesía hacia la derecha hasta bordear un pequeño espolón. Ir a la izquierda de una gran punta de roca empotrada, casi en la base del Gran Diedro. Montar R3 con flotantes.

L4 - 30 m (IV+): Salir a la derecha, introducimos en una gran fisura y remontarla (2 o 3 metros). Realizar travesía hacia la derecha por una placa, y tras paso atlético vertical, coger un diedro hasta su final. Abandonar el diedro saliendo a la izquierda y montar reunión en dos bloques empotrados en los que dejamos un fisurero y un cordino (se puede reforzar fácilmente con flotantes en cualquiera de las fisuras que forman estas rocas).

L5 - 45 m (V+): No coger la fisura que sale en nuestra vertical, ir hacia la derecha a buscar una zona de placa de roca muy buena con pequeñas formaciones adheridas. Dejar a la izquierda un techo característico, buscando

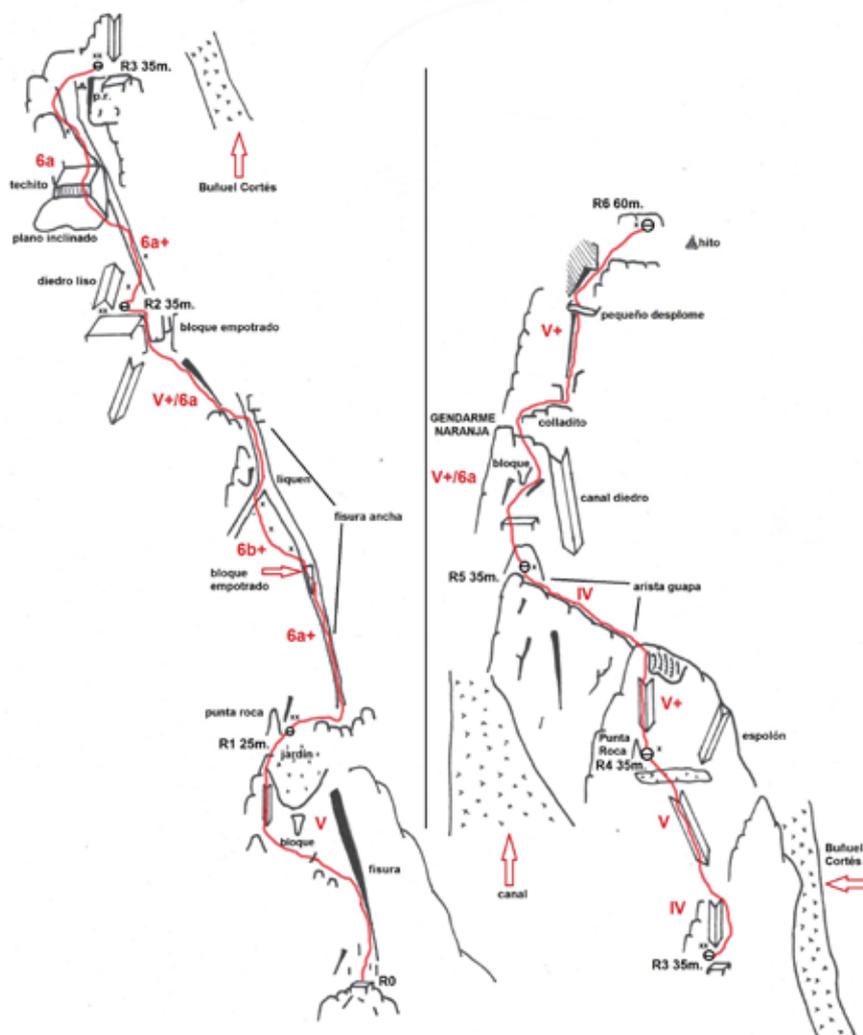
Jonatan ascendiendo por la via "Mal de altura"



Pico Russell (3.207m.) Cara Oeste

Vía: Mal de altura 220 m. 6b+
 1ª Asc: 10-10-2019 por Jonatan García y Ángel Cerrillo.

Material: Doble cuerda de 60m., semáforo Allen o similar, juego fizado hasta el 3, fisureros y cintas.
 Descenso: Por vía normal del Pico Russell



PICO RUSSELL (3207 m) CARA OESTE

VÍA 1: MAL DE ALTURA 220 m, 6b+

Abierta el 10-10-2019 por Jonatan García y Ángel Cerrillo.

Estética vía sobre muy buena roca que combina escalada sobre fisura, placa y un bonito tramo de cresta. Situada en una pared con grandes posibilidades, alejada de otras zonas más transitadas del Pirineo, es a mi parecer muy recomendable. Todas las reuniones se han quedado instaladas con una o dos chapas, además de algún paso que no se podía proteger con flotantes.

APROXIMACIÓN: unas dos horas. Salida desde el refugio de Coronas (1970 m), en el valle de Ballobierna, por el GR-II hasta la pleta de Llosars. Justo antes del puente de madera que cruza el barranco de Llosars, dejar a la derecha el GR-II y coger el sendero que va hacia la iz-

quierda en dirección al Ibón de Llosars (2500 m). Cruzar este hacia la derecha y a la altura del pequeño Ibón de Llosars, proseguir por el sendero de la izquierda marcado con hitos, ganando bastante desnivel en poco recorrido. Al divisar la pared oeste, donde se encuentra la vía, avanzar por la zona más cómoda hasta el inicio de esta. La vía se encuentra a la izquierda de la marcada canal de la vía Buñuel Cortés. Es fácil de localizar, ya que se trata de una fisura muy marcada con tendencia hacia la izquierda. En la base de la vía, a unos dos metros del suelo hay una pequeña repisa con un hito donde se puede comenzar la escalada.

L1 - 25 m (V): Salir por la fisura y cuando esta se vuelve más ancha, a unos 8-10 metros del final de esta, localizar un bloque característico a la izquierda. Salir por la placa con buen canto y realizar una travesía hacia la izquierda por debajo del bloque. Salir a la vertical por la zona más evidente a la R1 (dos chapas).

L2 - 30 m (6b+): Salir de la reunión hacia la derecha por terreno fácil hasta alcanzar la base de la

fisura (fácil de proteger, interesante el número 3 de Camalot). Tras superar un bloque empotrado dentro de la fisura, a la izquierda vemos ya la primera chapa. Seguir por la placa y tras la tercera chapa, superamos el tramo más duro del largo, que nos introduce en un diedro. Seguir unos ocho metros y donde se vuelve más vertical, realizar una travesía hacia la izquierda por un sistema de fisuras con buenos pies. A continuación buscar un característico bloque empotrado dentro de una corta chimenea, que da acceso a la R2 justo encima de este (dos chapas).

L3 - 35 m (6a): Salir hacia la derecha al diedro o fisura por las dos chapas y continuar el diedro hasta llegar a un plano inclinado jalonado por un pequeño techo. Superar el techo y continuar por el diedro o fisura hasta otra chapa. Realizar un movimiento hacia la izquierda y volver al diedro, localizar un cordino en puente roca que marca la salida del diedro para entrar en la R3 (dos chapas).

L4 - 35 m (V): Salir por la derecha por la zona más fácil para después ir hacia la izquierda (a la vertical de la R). Continuar por terreno fácil, dejando la Buñuel Cortés a la derecha y una cresta sobre esta. Nosotros iremos hacia la izquierda y divisaremos una canal por debajo nuestro a la izquierda. Debemos llegar a una punta de roca reforzada con una chapa (R4).

L5 - 35 m (V): No coger la fisura o diedro de la derecha, sino la que tenemos justo sobre nosotros (tramo de roca con algo de líquen). Tras el paso más duro del largo (V+), seguir por la afilada arista hasta la R6 justo antes de un gendarme anaranjado (una chapa).

L6 - 60 m (V+/6a): Escalar el gendarme naranja que tenemos sobre nuestra cabeza, primero avanzando por unas fisuras. Tras cuatro metros y con un bloque sobre nosotros, movimiento hacia la derecha para salir del bloque a coronar el gendarme. Cruzar el pequeño collado que forma el gendarme con el último tramo de la pared. Avanzar por una evidente línea de fisuras, y tras 60 metros llegar a la última reunión (una chapa).

DESCENSO: Bajada normal del Pico Russell. Desde la R6, hay un hito a la derecha, y tras cruzar este, seguir subiendo unos 50-60 metros en dirección al punto más alto por terreno fácil. Realizar un flanqueo hacia la izquierda y dar con unos hitos que te dejan en un pequeño collado. Continuar con bastantes destreps y grandes travesías en dirección oeste hasta el suelo. Todo el descenso se encuentra marcado con hitos, con un poco de atención es difícil perderse.

MATERIAL: Doble cuerda de 60m, semáforo Allen o similar, juego de friends hasta el número 3, fisureros y cintas largas.

PIRINEISMO INVERNAL

Cuando las montañas del Pirineo se tiñen de blanco y el hielo y el frío invaden la cordillera, se nos presenta la oportunidad de disfrutar de bonitas ascensiones invernales por corredores y líneas que en verano se tornan imposibles o muy penosas. Pero la montaña invernal, además de ofrecernos esas bellas estampas, también esconde unos riesgos objetivos que no están presentes el resto del año: aludes, cornisas, temperaturas extremas, pocas horas de luz, etc. Por ello es fundamental realizar una buena planificación de la actividad a realizar, valorando nuestra condición física y nuestro nivel técnico, conocer el riesgo de aludes, la previsión meteorológica y ser capaces de saber valorar *in situ* las condiciones reales del momento. Por supuesto, deberemos tener también en cuenta la alimentación, la hidratación, la ropa y el material necesario en cada actividad, todo ello para intentar minimizar los riesgos de la montaña invernal.

En esta ocasión hemos hecho una selección de cinco recorridos a algunas de las cumbres representativas del Pirineo. No son las rutas normales, y aunque tampoco son recorridos de una dificultad muy elevada, exigen conocimientos de alpinismo invernal, escalada, progresión y aseguramiento en fuertes pendientes. En general, para todos estos recorridos, lo recomendable es abordarlos a primera hora de la mañana. Esto se debe a varios factores, como tener margen suficiente de tiempo debido a la escasez de horas de luz en temporada invernal, evitar al máximo la caída de piedras, o las posibles cornisas que el sol pueda reblandecer provocando así su caída.

En recorridos de hielo o nieve, las condiciones del momento marcan notablemente la dificultad, ya que pueden cambiar rápidamente

Respecto a los itinerarios aquí recogidos, se trata de indicaciones orientativas basadas en las condiciones reinantes en el momento de su realización. Cabe recordar, que en recorridos de hielo o nieve, las condiciones del momento marcan notablemente la dificultad, ya que estas condiciones son muy efímeras y pueden cambiar rápidamente en pocos días o incluso de un día para otro, dándose diferencias significativas o haciendo peligrosa o imposible la ascensión.

Para acometer estas ascensiones con seguridad necesitaremos el material específico para ello, véase, crampones, piolet, tornillos de hielo, estaca, ancla, cuerdas, casco, un juego de friends, fisureros, lazos y algunos clavos.

PALA DE IP (2779 m) CORREDOR NOROESTE

El Pico de la Pala de Ip es junto a Punta Escarra una de las cimas representativas del Valle de Izas. Su cara norte es una impresionante muralla de unos 800 metros surcada por itinerarios de dificultad. Sin duda, la vía más asequible es la que reseñamos aquí; se trata del corredor noroeste, que se encuentra totalmente a la derecha de la cara norte y es una línea muy lógica y evidente, fácil de identificar a simple vista. Consta de dos partes, separadas por un campo de nieve más o menos hacia su mitad. La primera parte recorre la cara norte y continúa una vez atravesado el campo de nieve ya en la cara noroeste.

DESNIVEL Y DIFICULTAD: 500 m - Dificil (D) IV, 70°

**1ª ASCENSIÓN: SILVERIO ARTALY
RICARDO FAYOS EN NOVIEMBRE DE 1971**

APROXIMACIÓN:

Por el valle de Tena, desde Formigal. Saliendo desde el aparcamiento de Sarrios y subiendo por las pistas de la estación hasta el collado de Izas, para bajar a la vertiente contraria y situarnos bajo la cara Norte de la Pala de IP (1,5-2 h). Opción interesante si queremos ha-

TEXTO Y FOTOS



Isa Casado Gallego
(Arrasate, 1978)

En invierno practica esquí de montaña, alpinismo y escalada en hielo. En verano montaña, BTT o escalada en roca. Generalmente en Pirineos, Picos, Sierra Nevada, Gredos y Alpes. Ha competido en diferentes disciplinas



cer la aproximación con esquís.

Por el valle de Aragón, desde Canfranc Estación, por Col de Ladrones y remontando todo el valle de Izas hasta la base de la Cara Norte (2:30-3:30 h).

ITINERARIO:

Para entrar al corredor, si lo hacemos recto, tendremos que superar un primer resalte cortito de unos dos o tres metros a 70°, aunque dependiendo del año es muy posible que en su base nos topemos una rimaya que nos im-



Descenso por el corredor Sur de los Infiernos

para superarlo y tengamos que descender y bordear un saliente rocoso por la izquierda, para salir a las campas de nieve sobre este pequeño resalte.

En cualquier caso, la primera dificultad reseñable para entrar al corredor va a ser el siguiente muro vertical, donde nos encontramos con una pequeña cascada de unos ocho o diez metros, que rondará los 70-75° de inclinación. Si apuramos mucho la temporada, es posible también, que no podamos acceder a esta cascada por la impresionante rimaya

que se abre en su base. Una vez superada esta primera dificultad, continuamos durante bastantes metros por terreno más abierto por una sucesión de rampas de nieve a unos 50° de inclinación, hasta situarnos bajo una canal estrecha que se inclina hasta los 60-65° y que superamos para acceder al campo de nieve bajo el pequeño circo de la cara noroeste.

Remontamos el gran plató para encarar la segunda parte de la ascensión. La canal, ahora continúa más encajonada que la primera parte, con una inclinación entre 50-55°. Ya en

la parte final tendremos que superar un estrechamiento de unos diez metros a 70° y un pequeño resalte en roca, con una dificultad de IV, para salir a la arista cimera.

DESCENSO:

Para el descenso tenemos varias opciones, ninguna de ellas es fácil o rápida. Si hemos aproximado desde Canfranc, podemos bajar hacia el sur y descender por el valle de Ip. La otra opción es bajar hacia el norte desde el collado y volver por el ibón de Iseries, lo cual





Corredor norte de la Pala de Ip

puede resultar peligroso y algo expuesto por el riesgo de aludes, pero mucho más rápido que la opción del sur si las condiciones de la nieve son las adecuadas. Si hemos aproximado desde Formigal, la bajada más directa pasa por seguir desde la cima en dirección este y buscar una línea de rapeles y destrepes expuestos.

TELERA (2762 m) CORREDOR MARÍA JOSÉ ALLER

Ubicada en el Valle de Tena, la Sierra de la Partacua será posiblemente el sector pirenaico que concentra mayor número de vías e itinerarios invernales. La cara norte de este macizo está dotada de numerosos corredores y goulottes, ofreciendo un marco inmejorable para la práctica del alpinismo invernal con un gran abanico de vías para todos los niveles. Por contra, el cómodo y relativamente rápido acceso, hace que en muchas ocasiones los recorridos más repetidos puedan estar peligrosamente masificados.

A pesar de no ser la cota máxima, Telera es la cima más conocida de la Sierra. Los itine-

rios más clásicos y repetidos para alcanzar su cumbre son la Gran Diagonal, elegante recorrido, el más largo y sencillo y que sale a la izquierda de la cumbre, y los corredores Maribel y María José Aller, que desembocan en un collado a la derecha de la cima, en los que la dificultad es superior pero son asequibles para el alpinista medio.

En este caso nos centraremos en el corredor María José Aller. Se trata de un corredor característico a la derecha del espolón noroeste, largo y bien definido, que asciende de forma bastante recta y que finaliza a la derecha de la cumbre.

DESNIVEL Y DIFICULTAD: 550 m - Difícil superior (D sup.) IV+, 75°

**1ª ASCENSIÓN INVERNAL: J.M. BLANCHARD
Y R. MARTINENA EN FEBRERO DE 1976**

APROXIMACIÓN:

Desde el Parque Faunístico Lacuniacha, en Piedrafitas de Jaca (Valle de Tena). Recorrer la pista y una vez superado el refugio de Telera, coger a la izquierda el camino hacia el ibón de

Piedrafitas. Sin llegar al ibón, recorrer la base de la vertiente norte de Peña Telera y contornear el espolón noroeste. Justo a su derecha discurre el corredor, por encima de un gran cono de deyección (1:30-2 h).

ITINERARIO:

Remontar el cono de deyección y seguir el corredor principal contiguo al espolón noroeste, subir unos 250-300 metros por pendientes de 45-50°, con una zona puntual algo más inclinada pero sin mayores dificultades. A partir de aquí en el corredor encontramos tres resaltes. El primero, un estrangulamiento al pie de una pequeña cueva, donde montamos la reunión. Se trata de una cascada de hielo de unos 10 metros, entre 70-80°. Después el corredor vuelve a ensancharse y se sigue por rampas de nieve hasta la base del segundo resalte, un muro con unos bloques empotrados que superamos por una *goulotte* a la derecha, de unos 70°, este resalte en caso de poca nieve y estar seco puede complicar mucho la ascensión. Continuamos ascendiendo otros 150 metros por pendientes de nieve a 45-50°,

hasta situarnos al pie del tercer resalte. Este es el largo clave del itinerario, un muro de alrededor de unos 30-35 metros, que si tenemos suerte y lo encontramos con hielo nos hará disfrutar, pero que si está en roca descubierta habrá que pelearlo (IV/IV+). Varios clavos protegen este largo.

Una vez superada esta última dificultad, sólo queda remontar por la campa de nieve hacia la izquierda hasta la salida del corredor.

Ojo con las cornisas que pueden haberse formado dificultando la salida. Desde el collado a la cima aún nos quedarán algo más de 150 metros de desnivel.

DESCENSO:

La opción más recomendable y segura, pasa bien por el por corredor de la "Y" o bien por el corredor de la "Z". Ambos corredores tienen rapeles instalados. Para ello, desde la

cima volvemos hasta la salida del corredor y continuamos hacia el oeste, contorneando la cima Capullo por el sur. Encontraremos en primer lugar el corredor de la "Y", y si seguimos bordeando la siguiente cima, la llamada Cima Sin Nombre, iremos a dar con el corredor de la "Z".

La otra opción es bajar por la vía normal de Telera por la canal de Cachivirizas. No es nada recomendable si la nieve no está en bue-



nas condiciones, ya que debemos superar el llamado Paso Horizontal, una travesía muy expuesta para llegar hasta el collado de Cachivirizas.

PICOS DEL INFIERNO (3081 m) CORREDOR NORTE

Estamos ante uno de los tresmiles más occidentales de la cadena pirenaica, muy re-

Taillón cara norte y oeste



Salida Goulotte Quintana

conocible por la presencia de la Marmolera, esa gran "mancha" de mármol blanco que podemos identificar desde múltiples lugares. Los Picos del Infierno los conforman tres cimas y el corredor norte discurre entre la cima oriental y la cima central. Se trata de un corredor encajonado donde las dificultades se concentran en la primera y la última parte, con una zona intermedia más fácil de 50-55° de inclinación. Debemos tener muy en cuenta la cornisa que podemos encontrar en la salida del corredor, ya que puede ser muy delicado y expuesto superarla.

DESNIVEL Y DIFICULTAD: 200 m. Difícil inferior (D inf.) IV, 65°

1ª ASCENSIÓN: DESCONOCIDA

APROXIMACIÓN:

Desde Baños de Panticosa, subir por el GR-11 hasta los lagos y refugio de Bachimaña, rodearlos por la derecha y continuar hasta los ibones azules. Una vez superados nos desviamos a la izquierda adentrándonos en el pequeño glaciar de los Infiernos, donde ya vemos claramente la línea del corredor. Tardaremos entre 3:30-4:30 horas de aproximación, quizás algo larga para 200 metros de corredor.

ITINERARIO:

Al inicio es posible que tengamos que superar una rimaya y un bloque empotrado (dependiendo de la cantidad de nieve que haya). Una vez pasados estos primeros obstáculos, continuar por una estrecha goulotte, que da acceso a una rampa de nieve (45-55°) por la que progresamos sin mayor dificultad. Nos situamos en la parte final del corredor, superamos un primer estrechamiento por terreno mixto de hielo y roca y montamos reunión a la derecha, en una instalación de varios clavos. Por delante tenemos el último largo, en nuestro caso la cornisa es inexistente, así que lo superamos aprovechando primero una gran fisura y después un tramo de terreno mixto con roca bastante rota (III+/IV-), para salir a la arista. Saliendo por la izquierda alcanzaremos la cumbre oriental, si continuamos por la cresta hacia la derecha alcanzaremos la cumbre central de los Picos del Infierno.

DESCENSO:

Si llevamos esquís, la opción más rápida y recomendable es bajar por la vertiente contraria, por el corredor sur (150 m / 40-45°) hasta el collado de Pondiellos o el collado de Saretas y disfrutar de la bajada hasta el Balneario.

La otra opción consiste en continuar desde la cumbre central hasta la occidental y descender por la arista norte al collado del Infierno y volver por los ibones azules y el camino de la aproximación.

TAILLON (3144 m) GOULOTTE QUINTANA

Considerado uno de los tresmiles más fáciles de ascender por sus rutas normales, tanto la cara norte como la oeste están surcadas por diversas canales que las convierten en un interesante terreno alpino cuando llega la temporada invernal. La vía más clásica puede considerarse la de la cara norte, pero en la cara oeste podemos encontrar tres itinerarios que la superan en dificultad. Debido a la altitud a la que se encuentran, son vías que habitualmente suelen estar en buenas condiciones desde principio de temporada y se conservan hasta bien avanzada la misma.

Las tres vías de la cara oeste son: el corredor de la izquierda, el corredor central y la *goulotte* Quintana. El de la izquierda está considerado el más asequible de los tres, y el central el más difícil, debido a la cascada vertical del segundo largo. La *goulotte* Quintana es algo más corta que sus vecinas y combina va-

rios largos de hielo al inicio con otros de mixto en su parte superior.

DESNIVEL Y DIFICULTAD: 250 m. Difícil superior (D sup.) M4, 75°

1ª ASCENSIÓN: JOAN QUINTANA EN MARZO DE 1984

APROXIMACIÓN:

Desde Bujaruelo (Torla, Ordesa): subir al puerto de Bujaruelo y seguir la ruta al collado de Sarradets, que abandonamos enseguida para alcanzar al sur el glaciar de Gabietos, en la base de la cara Oeste del Taillon (3-4 h).

Desde Gavarnie, por el col de Tentes al puerto de Bujaruelo (3-3:30 h).

ITINERARIO:

Es la vía situada más a la derecha de la pared oeste. Empezamos escalando una bonita cascada de hielo que superamos en dos largos, la primera parte a 60-70° y la segunda algo más vertical, a 75°. Después seguimos unos 100 metros por una rampa de nieve (50°) con tendencia ligeramente a la izquierda. El siguiente resalte se supera en mixto (65°, III/IV) y continuamos por una bonita *goulotte*, al principio tumbada y luego con un par de resaltes más verticales. Para terminar, sólo nos quedan unos 50 metros de rampa de nieve, hasta al-

canzar la arista a pocos minutos de esta mítica cumbre pirenaica.

DESCENSO:

Para el descenso tenemos dos alternativas, una por la vía normal, descendiendo en dirección este hasta la Brecha de Rolando y por el refugio de Sarradets volver al Puerto de Bujaruelo.

La otra opción consiste en bajar por el glaciar de los Gabietos. Para ello, desde la cima descendemos por la cresta hacia el suroeste, hasta llegar al collado de los Gabietos. Desde ahí bajaremos por la vertiente norte para alcanzar la plataforma superior del glaciar y retornar por el camino de la aproximación. Esta segunda opción es la más corta y rápida, pero tiene algunos tramos que exigen atención por la inclinación.

POSETS (3369 m) CORREDOR JEAN ARLAUD

Dominando el valle de Viadós, el Posets o Llardana es la segunda cumbre más elevada de los Pirineos después del Aneto. Una interesante manera de llegar a su cima en invierno, es la ascensión del corredor Jean Arlaud. Se trata de una clásica del Pirineo.

Corredor Jean Arlaud





El corredor, con orientación noroeste, es estrecho, rectilíneo y relativamente corto, aunque ofrece una ascensión particularmente agradable y entretenida sin llegar a ser en ningún momento excesivamente difícil. Sin duda, nos olvidaremos de la larga aproximación y el desnivel a superar para llegar a los 3000 metros de altitud, donde da inicio la vía.

DESNIVEL Y DIFICULTAD: 250 m. Difícil superior (D sup.) III+, 65-70°.

1ª ASCENSIÓN: JEAN ARLAUD, RAYMOND D'ESPOUY Y ANDRÉ MONÉGIER EN SEPTIEMBRE DE 1927.

APROXIMACIÓN:

Desde Viadós (San Juan de Plan, Valle de Chistau), seguir la pista que sube por el valle de Añes Cruces. Después de las últimas granjas, bajar al arroyo, cruzarlo y subir por el bosque hasta la pequeña cabaña de la Basa (45 min, posible vivac). Continuar ascendiendo por el bosque hasta salir a una zona abierta y continuar en dirección este, remontando hasta

llegar al glaciar oeste, en la base del Posets. Dejar el itinerario de la ruta normal y cruzar hacia la derecha en dirección al corredor, ya bien visible (3:30-4:30 h).

ITINERARIO:

El corredor lo podemos dividir en tres partes: la primera en la que subimos en ensamble unos 100 metros por rampas de 45-55° con un pequeño resalte de hielo a la entrada. La segunda parte es la que concentra la dificultad; el corredor se estrecha y se inclina más. Superamos un primer resalte en mixto (III+) y tras una rampa de nieve, hay una pequeña cascada de hielo de unos 10 metros a 65-70°, seguido de otro corto resalte. La tercera parte, donde la inclinación vuelve a disminuir, la podemos ascender de nuevo en ensamble por unas rampas de nieve hasta el collado. Debemos superar únicamente un pequeño resalte fácil al inicio. La salida al collado Jean Arlaud es bastante espectacular, es el punto más bajo de la cresta que une el Pico de las Espadas con el Posets y

presenta una cornisa importante. Desde el collado, únicamente queda seguir la cresta hacia el oeste, ancha y sin dificultad, para coronar la cima del Pico Posets.

DESCENSO:

El descenso, lo haremos siguiendo por la aérea cresta hasta la antecima norte (3325 m) y bajando por la arista norte hasta su base, para retomar el itinerario de subida por amplias palas de nieve. A partir de aquí, si hemos subido los esquís nos espera un rápido y gozoso descenso.

BIBLIOGRAFÍA

- Francis M. *Pirineos. Ascensiones en mixto, nieve y hielo*. Ed. Desnivel. 2000.
- Munsch R., Ravier C. Thivel R. *Roca, nieve y hielo en Pirineos*. Ed. Desnivel. 2001.
- Villasur E., Armesto J. *Valle de Tena, las 50 mejores ascensiones*. Ed. Barrabes. 2004.
- Mendikat.net (<https://www.mendikat.net>, s.f.)
- Todoescalada.net (<https://www.todoescalada.net>, s.f.)

NAMIBIAN BASAMORTUA BIZIZ

TESTU ETA ARGAZKIAK

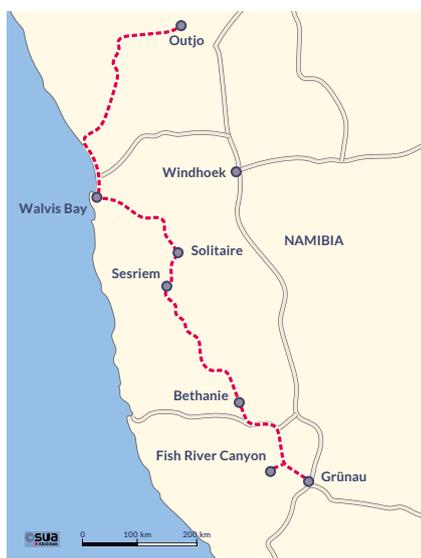


Koldo Zubizarreta
Gerendain
(Oartzun, 1974)

SHEE-IVEF ikasketak egitera Gasteizera joan eta bertako Armentia Ikastolan DBHko Gorputz Hezkuntzako irakasle lanetan dihardu gaur egun. 2002an Kubara lehen bizikleta-bidaia egin eta urtero, unibertsitatean ezagututako lagunekin, udako oporretako bi hilabeteak munduko txoko desberdinak bizikletaz ezagutzen eman ditu: Guatemala, Laos, Malawi, Tanzania, Bolivia, Sri Lanka, Indiako Himalaia, Mozambike, Zimbabwe, Pamir, Karakorum Highway, Tajikistan, Kirgizistan, Sulawesi eta Namibia.

Namib basamortuak ematen dio izena Namibiari, diotenez, munduko basamorturik zaharrena denak. Hedaduraz, Euskal Herria baino 40 aldiz handiagoa da Namibia, baina bi milioi eta erdi pasatxo pertsona besterik ez dira bizi bertan. Afrika hegoaldeko negu sasoiaren aprobetxatuz, distantzia luzeak eta basamortuak buruan genituela, 2018ko uztailaren 18an, bizikletak lagun, harantz abiatu ginen. Hegoaldetik iparralderako bidaia izan da, eta hegoaldeko eremu bakarti eta idorretan eman diogu hasiera bidaiari, Grünau herrian. 1478 kilometroren ostean, hilabete beranduago, iparraldeko Outjo herrixkan amaitu dugu ibilbidea, Etosha Parke Nazionala bisitatuz eta, bertan, animalia basatiez gozatuz. Tartean, Fish River Canyon arroila sakona, Sossusvleiko hondarrezko duna erraldoiak, kostaldean Walvis Bay hiria eta Skeleton Coast zonaldea ezagutzeaz gain, iparraldean herero eta damara etnietako jendearekin topo egin dugu, eta, hala, Afrikako jendearen berotasunaz gozatu.





Mendi artean



Windohek hiriburuan lur hartu, eta taxiz hurbildu gara ostatura. Lehenengo gauza bizikletak kutxetatik atera eta horiek muntatzea da, dena behar bezala dagoela ziurtatzeko. Primeran, arazorik ez. Hiriaren erdialdera jo dugu oinez, eta polita da Afrikako lehen sentzaziok jasotzen hastea. Hori bai, egon garen Afrikako beste hiriekin alderatuz, desberdina da hau. Lasaia, txukuna, oso atsegina egin zaigu bertan paseatzea. Bi betebeharrak nagusi ditugu: alde batetik, bizikleta bidaiari hasiera emateko beharko dugun janaria erosi, eta, bestetik, hiriburutik hegoaldeko Grünau herrira eramango gaituen buserako txartela erosi. Erraz egin ditugu biak. Hiriaren erdialdean supermerkatu erraldoiak aurkitu ditugu, eta bus konpainiaren bulegoa ere gertu dugu.

Eraikin modernoak dira erdialdeko gehienak, baina tarteka alemanen kolonia garaikoak ere agertzen dira. Horieta ezagunena, 1910. urteko Christuskirche eliza. Oso gertu daude kolonialismo osteko garai berriek ekarri zituzten Namibiako parlamentua eta museo nazionala. Atentzioa eman digute hainbat kaleren izenek: Robert Mugabe, Fidel Castro... Windoheketik Hego Afrikako Cape Townera doan busa hartu behar dugu, eta bidean dagoen Grünau herrian geratu. 8 orduko bidaia lasaia: bizikletak arazorik gabe joan dira busaren behaldez, oso bus modernoan goaz eta asfalto bikainetik erraz iritsi gara Namibia hegoaldeko herrira. Kanpoaldean dagoen gasolindegian utzi gaitu, eta, berandu denez, baimena eskatu eta hantxe bertan kanpatu dugu.

**Bideak zabalak dira,
baina asfalterik ez,
pistak dira nagusi**

ARROILA SAKONETIK BASAMORTU ZABALERA

Hegoaldeko lehen egunak gogorrek egin zaizkigu, haize bortitzak ustekabeen harrapatu baikaitu. Bideak zabalak dira, baina asfalterik ez, pistak dira nagusi, eta kontrastu datorren haizeak zaildu egin dizkigu lehenengo kilometroak. Hori bai, hasi eta berehala, bigarren egunean, topatu dugu bidaia honetako lehen helburua. Bera izan da bidaia Namibia hegoaldean hasteko arrazoi nagusia: Fish River Canyon arroila ikusgarria, mendeetan zehar Fish ibaiak lurtean irekitako orbain sakona. Luzerari 160 km ditu, tokirik zabalenean 27 km, eta sakonera handiena 550 m-koa. Hobaseko kanpamentutik hurbilduta, begiratoki zoraga-

ria topatu dugu, eta egun osoa eman dugu arroilaren ertzetik oinez, ikuspegi gozatzeko.

Haizea goizean leunagoa denez, goizean goiz hasten gara pedalei eragiten, eta horrek, askotan, eguzkia mendien artetik irteten ikusteko aukera eskaini digu. Hego hemisferioan gaudenez, negua da hemen, baina egunak fresko hasi arren, eguzkiak berehala epeltzen du giroa. Bizikletaz ibiltzeko giro bikaina. Egunak aurrera joan ahala, haizea baretzea izugarri eskertu dugu, eta gure hasierako urduritasunak eta kezkek ere asko baretu dira haizearekin batera.

Namibian, oro har, oso jende gutxi bizi bada, hegoaldean, are gutxiago. Janaria lortzea uste genuena baino zailagoa dela konturatu gara, eta, hortaz, erosketak egiteko aukera dugunean ongi hornitu behar gara ulertu dugu. Lehenengo 1000 kilometroan, kostalderako bidean, benetako herri bakarra topatu dugu: Bethanie. Beste guztia etxaldeak edota kanpaleku antolatutak izan dira, eta gure bidaiari oso garrantzitsuak izan dira biak ala biak. Hori esker, ura eskuratu ahal izan dugu bidean, eta horrek asko arindu digu garraiatu beharreko pisua. Namibiako lurrazala oso idorra izanagatik, lur azpian ura badago. Haize-erroten bidez dabilzan ur-putzuak dauzkate, eta horiei esker ateratzen dute behar duten ura: abeltzaintzarako, baratzeetarako eta ur edanagarria izateko. Ura lortzen dugun toki guztietan, zenbat ur garraiatu kalkulatzeko, ura lortzeko hurrengo puntua zein den galdetuz (kopururik handiena 18 l izan da).

Ingurune lehor eta gogor horietara egokitzen joan diren biztanle gehienak europar jatorriko zuriak dira: alemanak, holandesak, hegoafrikarrak... Zoritxarrez, horietako batzuek etxaldeak utzi behar izan dituzte, azken urteetako lehorteez eragindako ur eskasiak bultzatuta. Beste batzuek, ordea, irtenbide interesgarria topatu dute turismoan, eta turistek ostatu hartzeko guneak gehitu dizkiete etxaldeen: etxetoak, bungalowak edota kanpaleku txukunak.

**Lur eremu zabalak eta,
urrunean, mendien
muinoak; ezerezaren erdian
gaudela sentitzen dugu**

Bidaia osoko punturik garaientetik gertu, 1715 m-an, Brian aurkitu dugu, bide-ertzean bere ahuntzekin. Hegoaldean topatu dugun abeltzain ugazaba beltz bakarra. Hegoaldeko etxaldeen lanean aurkitu ditugun beste langile beltz guztiak ugazaba zurientzat lanean

dabiltza. Brianek, aldiz, gobernuak emandako diru laguntzekin ahuntzak erosi, eta bere etxalde propioa osatu du. Oso pozik agertu zaigu, lanean ongi baitoakio, eta, hiru urtean, jasotako dirua bueltatzeko moduan egongo dela kalkulatzeko du. Irribarre zabal batekin agurtu gaitu.

Bidea hasi genuenetik, astebete eman dugu eremu bakarti hauetan inguruneaz gozatzen. Lur eremu zabalak eta, urrunean, mendien muinoak; ezerezaren erdian gaudela sentitzen dugu. Distantziak amaigabeak dira, eta harri txikiez osaturiko bide zabalak zuzen doaz, ikusten ez dugun amaiera baterantz. Muinoz muino, gora eta behera, pedalei gogor eragiten irabazi egin behar dugu kilometro bakoitza, asfalto leunik ez baita ageri. Hurrengo helburu nagusia Sesriem ondoan dauden Sossusvlei duna erraldoiak izan arren, horietara iritsi aurretik, ezusteko polita izan dugu: NamibRand Nature Reserve. Inguruko etxaldeetan bizi diren landatar batzuek sortu zuten 1984. urtean, ekosistema babesteko eta inpaktu txikiko turismoaz bizi ahal izateko. Guri bidaia osoko momenturik politenetakoak eskaini dizkigu. Zoragarria izan da, bide gogor horietan gure bizikletekin goazela, inguruan animalia basatiez gozatzea: zebra, springbookak, orixak, txakalak... txundituta goaz alde batera eta bestera begira.

HONDARREZKO MENDIAK ETA ESKELETOEN KOSTALDEA

NamibRand Natur Erreserba atzean utzi, eta, jarraian, Namib-Naukluft Parke Nazionallean sartu gara. Izena ematen dioten Namib basamortuko zati zabal batek eta Naukluft mendierroak osatzen dute parkea. Afrikako parke-

rik handiena da, eta munduko handienetakoa (49.768 kilometro karratu).

Bertako tokirik ezagunena eta, seguruenik, Namibiako zonalderik bisitatuena Sossusvleiko dunen eremua da. Sesriemeko kanpalekuan utzi ditugu gure bizikletak traste guztiekin, eta bi gau eman ditugu hortxe kanpatuta. Bertan, Sossusvleira sartzeko atea dagoen arren, ezinezkoa zaigu dunetara bizikletaz hurbiltzea. 60 km-ko asfaltozko errepidea dago, baina ezin da barruan gaua pasa. Hortaz, Ana eta Carles katalan bikotearengana hurbildu, eta galdetu diegu hurrengo egunean haiekin batera dunak bisitatzera joan ote gaitzekeen, alokatuta duten 4x4an. Pozik, baiezkoa eman digute. Egun osorako txangoa izan da, eta hasiera-hasieratik liluratu gaitu toki horrek. Hondarrezko mendi erraldoiak agertzen doaz errepidearen bi aldeetan, eta lehenengo geldialdia 45. km-an dagoen 45 dunan egin dugu. Dunetara igo eta ikuspegia izugarria da: harreko mendilerro amaigabea ortzi-mugan galtzen da, eta eguzkiak sorturiko argi-itzalek tonu laranja ezberdinak ematen dizkiete dunei toki eta orduaren arabera. Leku ederra da argazkiak atera eta dunetan korrika jostari aritzeko. Errepidea Big Daddy deituriko duna erraldoitik gertu bukatzen da, zinez handia. Dunarik handienek 300 m-ko garaiera omen dute. Eta, azkenik, duna horiez guztiez inguraturik, Deadvlei dago. Urezko putzu zabal bat izandakoa, gaur egun lehor dago, eta minerealek kolore zuria ematen diote hango lurra-ri. Harrigarriena bertan dauden zuhaitz hilak dira. Putzuan zeuden akaziak hil egin ziren ura desagertutakoan, eta harrizkoak ematen dute orain. Beste planeta bateko irudiak dirudite inguru horretako paisaiek.

Brian, mendialdeko abeltzina



Arroila pare bat topatu ditugu bidean, baina ez da euri sasoia, eta guztiz idor gurutzatu ditugu

Sesriemera iritsi ginen eguna eta hura utzi genuen eguna izan dira, zalantzarik gabe, bidaia honetako bizikleta egunik gogorrenak. Ingurune oso turistikoak izaki, 4X4, bus, kamioi eta auto ugari dabil, eta horrek asko apurtzen du errepidea. Harrixintarra askatu eta hondarra solte geratzen da, eta horri daramagun pisua gehituz gero, askotan hondoratzen zaizkigu bizikleten gurpilak. Indar handiz eragin behar zaie pedalei aurrera jotzeko. Horrez gain, pasatzen den auto bakoitzak hondarrezko laino ilun ingurutzaille bat sortzen du, eta zaildu egiten du arnasa lasai hartzea. Eskerrak pixkanaka urruntzen goazen.



Bilkura ur-putzuan (Etosha National Park)

Hiru egun geratzen zaizkigu kostaldeko hirietara iristeko, eta lehenengoan Soliterera iritsi gara. Garai batean, etxalde horretan aurki zitekeen kilometro askoan gasolindegia bakarra. Gaur egun, berriz, gasolindegiaz gain, hotela, kanpina, janari denda bat eta okindegi bat ere aurkitu ditugu. Solitere, jada, ez da hain bakartia. Soliteren lanean dauden gazteekin garagardo bat eta elkarrizketa atsegina elkarbanatzeko aukera izan dugu. Namibia iparraldetik lanera etorritako gazteak direla azaldu digute. Pozik daude lanarekin, baldintza onak dituztela esan digute, baina gogorra egiten zaiela familia eta gertukoak ikusi gabe luzaz egotea. Namibia hegoaldeko etxalde askotan gertatzen da hori, iparraldeko hainbat etniatako gazteak gerturatzen dira etxaldeen lan bila. Nagusi zurientzat eskulan beltz merkea.

Hurrengo bi egunetan, libre kanpatu dugu. Egunean zehar bidean topaturiko kanpale-

kuetan urez ongi hornitzeak lasaitasuna eta askatasuna ematen digu gauetako kanpaldietarako. Ingurune bakartiak, tarteka autoren bat, eta ezustean springbook gazelak jauzika. Arroila pare bat topatu ditugu bidean, baina ez da euri sasoi, eta guztiz idor gurutzatu ditugu. Euri garaian, azarotik apirilera, tenperaturak asko igotzen dira. Sinesgaitza da hain lehor dauden errekek noizbait urez bete daitezkeela pentsatzea.

Kostaldean, Walvis Bay hiria dugu zain, eta opari bat izan da bertara iristea. 80 km egin ditugu, ia guztia maldan behera, mendialdetik itsasoraino, eta azken kilometroak, asfalto leunekoak, alfonbra gorria izan dira guretzat. Hori gutxi balitz, Warmshowers sarearen bitartez ezagutu ditugun Linda eta Bryanek bi gauetz ostatu eman digute beraien etxe politean, eta sekulako barbakoa prestatu. Hamalau egun dira bideari ekin genionetik, eta toki bikaina da atsedean egun bat hartzeko.

Walvis Bayn portu handi bat dago, eta jende ugari bertaratu da bizitzera, portuko lanak erakarrita. Horrez gain, kostaldeko turismo gunea ere bada, eta flamenko, pelikano edota izurdeez gozatu dugu.

Herero, nama eta damara dira Namibia iparraldean bizi diren etnietako batzuk

Atsedean hartuta, kostaldetik iparralderantz jo dugu, ziztu bizian, haizea lagun. Namibiako kostalde horri Skeleton Coast dietzen diote. Mendeetan zehar, bertako haize, laino eta klima gogorak eraginda, itsasontzi asko galdu eta kostalde horretan hondoratu izan dira. Denboraren poderioz, itsasontzi horietako batzuk hondarrak inguratu ditu, eta haien burdinazko hezurdurak oso gertu ikus daitezke. Horietako bat ikusteko aukera izan dugu, parez pare.



IPARRALDEAN BIZITZA

Hentis Bay herrian kostaldea utzi, eta, maldan gora, barrualdera jo dugu berriz, ipar ekialderantz. Omururu distrituan sartu gara, eta, berehala, bidaia honetan orain arte topatu gabekoa aurkitu dugu: Namibiako jatorrizko herritarrak bizi diren herrixkak. Hasieran, txapaz eraikitako etxetxo xume batzuk izan dira, eta, beranduago, herrixkak. Herero, nama, damara... dira Namibia iparraldean bizi diren etnietako batzuk. Afrikako beste makina bat tokitan bezala, jazarpen gogorra jasan zuten herri horiek kolonialismo garaian. 1904-1908. urteen artean, Namibia Alemaniak koloniatzat zuela (Hego Mendebaldeko Afrika Alemaniarrak izena zuen orduan), soldadu alemaniarrek 65.000 herero eta 10.000 nama hil zituzten. Etnia horien aurkako benetako genozidioa izan zen: bi kasuetan, populazioaren erdia edo gehiago akabatu zuten.

Branberg mendiaren ondotik pasa —Namibiako mendirik garaiena (2606 m)—, eta herero herrixka batean kanpatu dugu. Bide ertzean, turistentzako saltoki txikiak dituzte herrixkako biztanleek: trapuzko panpinak, inguruan lorturiko gema harribitxiak, lepokoak, eskumuturrekoak eta abar dauzkate salgai, oso tarteka geratzen den autoren batetik jaisitako bisitariei saltzeko. Guretzat, erakargarriena, herero emakumeen jantzi dotore eta kapela erraldoiak dira.

Herritik oso gertu, Ugab erreka dago (lehor, noski), eta ondora gerturatu gara, kanpatzeko asmoarekin. Hala ari garela, ondoko etxeok oihuka etorri zaizkigu: "kontuz! Gauetz, inguru hau oso arriskutsua da, elefante taldeak ibiltzen dira, eta parean harrapatuz gero, akabo!". Beren etxe ondoko bukatu gabeko eraikin bat eskaini digute kanpatzeko, eta

guk, eskertuta, bertan jarri dugu gure kanpin denda. Konturatu orduko, agertzen hasi dira inguruko umeak, harriduraz eta jakin-minez. Hasieran, lotsati, bukaeran jostari, arratsalde oso alai eta hunkigarria eskaini digu herero ume taldeak. Horren falta sentitu dugu orain arte bidaian: jendearen berotasuna. Namibia iparraldean bizi da herrialdeko populazio gehiena, eta bidaiako azken egun hauetan momentu ederrak izan ditugu bertako jendearekin. Hori bai, hegoaldean baino askoz ere xumeago bizi da herrixka horietako jendea.

Jendearen epeltasunaz gozatuz eman ditugu gure azken egunak bidean. Amaiera egunean, lurrezko bide harritsuak utzi, eta asfaltozko errepide zabal batetik iritsi gara gure azken helmugara: Outjo. Bertan, iparraldeko jendeaz gain, animalia basatiaz gozatzeko aukera izan dugu.



Hondarrezko mendiak

Sasoi lehorra denez, animalia asko parkean zehar sakabanatutako ur-putzuetara hurbiltzen dira egarri direnean

Bidaia prestatzen ari ginela, pentsatu genuen Outjo zela bidaia bukatzeko tokirik aproposena. Ez genekien ziur lortuko genuen, baina gure xedea zen hegoaldeko Fish River Canyon eta iparraldeko Etosha National Park lotzea. 1478 km eder bezain gogor izan dira orotara, eta azken herri hori izan da guretzat Etosha Parke Nazionalerako sarrera. Kanpin batean lau egunerako tokia hartu, eta ordu-betera dagoen parkera bisitaldiak autoz egin behar direnez, kanpinean bertan hitzartu ditu-

gu bisitak. Bi egunetan hurbildu gara parkera, eta, irakurri genuen bezala, sekulakoa izan da animalia festa: zebra, elefanteak, fakokeroak, hienak, kuduak, lehoiak, jirafak, errinozerontera, milaka hegazti desberdin... animalia zerrenda oso luzea. Sasoi lehorra denez, horietako asko parkean zehar sakabanatutako ur-putzuetara hurbiltzen dira egarri direnean, eta oso erraz topa daitezke. Ikuskizuna zoragarria da, momentu ahaztezinak eskaini dizkigu hainbeste animalia basati askatasunean ikusteak.

Esate baterako, bezperan animaliez josita zegoen putzura hurrengo egunean gerturatu, eta hutsik topatu duguneko. Hasieran ulertzen ez genuen arren, segituan jakin dugu putzuaren bakardadearen arrazoa: urrunean lehoi eme bat dator poliki putzurantz, eta aurrez aurre jarri zaigu ura edaten. Ondoren, parke barruan turistentzat erakitako kanpamentu baten ondoko putzura elefante koadrila handi bat etorri da bainua hartzera. Elefante erraldoiak eta kume txikiak, denak uretan jostari. Penaz, errinozeronteen egoera larriaz jabetzeko aukera ere izan dugu: ehiza ilegalaren ondorioz, desagertzeko zorian dago animalia ikusgarri hori. Asiako herrialde batzuetan, gaixotasunak sendatzeko oso ona delakoan, sekulakoa dirutza ordaintzen dute horien adarren truke, eta, diru horrek erakarrita, ehunka errinozeronte akabatzen dituzte, gero adarrak mozteko. Namibiako gobernuak, ehizari aurre egiteko irtenbide eraginkorra bilatu nahian,

erabaki du errinozeronteei adarrak beraiek kentzea. Behin adarrak gabe, balioa galtzen du errinozerontek, eta ehiztarien jomugan egoteari uzten dio. Horrelaxe dago gertutik ikusteko aukera izan dugun errinozeronte dotorea, adarrak gabe.

la hilabete pasatu da etxetik atera ginenetik, eta nahiko triste gaude bueltatzeko ordua iritsi delako. Hori bai, tristezia hori bidaia honetan bizi izandako guztiak sortzen digun sakoneko poztasunarekin nahasten da. Oso pozik sentitzen gara, berriz ere, buruan genuen ametszeko bidaia egia bihurtu dugulako. Bizikletaz, nola bestela?

INFORMAZIO OSAGARRIA

Parte-hartzaileak: **Ainhoa Perez de Nanclares Martinez de Antoña eta Koldo Zubizarreta Gerendiain.**

Data: **2018-07-21 / 2018-08-17**

Bidaia iraupena: **27 egun**

Ibilbidean iraupena: **20 egun**

Bizikletaz ibilitako egunak: **18**

Kilometroak guztira: **1.478**

Eguneko batezbestekoa: **82 km**

Antolaturiko kanpamenduetan lo: **10 gau**

Kanpaldi librea: **7 gau**

Etxe partikularretan: **3 gau**

Kartografia: **FREYTAG & BERNDT** editorialeko **NAMIBIA** errepede mapa 1:1 000 000

Webguneak: **munduabizikletaz.blogspot.com** eta **ciclotherapy.blogspot.com**

Garraioa: **Windohok** hiriburutik Grünau herrira **INTERCAPE** bus konpainia.

Ostatua Windohok hiriburuan: **Chameleon Backpackers & Guesthouse** eta **Backpackers Unite**
Ostatua Outjo: **Etotongwe Lodge Campsite**

Tropikoan



mendi tour

Lo mejor del
Mendi Filmeko onena

Mendi Tourraz gozatzeko 3 aukerak 3 opciones para disfrutar del Mendi Tour

Mendi Tour Klasikoa

**Areto eta antzoki
onenetan**

En los mejores
cines y teatros



mendi touruda

**Udako zinema aire
zabalean, herriko
plazan, parkean,
kalean...**

Cine de verano al aire
libre, en la plaza, en el
parque, en la calle...



Mendi Tour Online

**Aurreko Mendi Tour
edizioetako pelikulak,
etxeko erosotasunean,
nahieran disfrutatzeko**

Las películas de
ediciones anteriores del
Mendi Tour a la carta,
para disfrutarlas en casa.



Hay que reconocer que vivimos en una situación que nunca imaginamos. Estos últimos años hemos vivido un auténtico "boom" de las carreras de montaña que... de repente, de un plumazo, en marzo se frenó en seco. De no saber qué carrera escoger hemos pasado a no tener opción casi ni de entrenar.

MENDI LASTERKETAK

En junio, con el levantamiento del estado de alarma, se empezaron a organizar algunas carreras: en julio **Tabirako Mendi Lasterketa** (Oihana Azkorbebeitia / Joxe Mari Errasti), en septiembre **Zugastietia Igoera** (Onditz Iturbe / Julen Ozaeta) y **Sorginen Lasterketa** (Onditz Iturbe / Gontzal Murgoitio), y en octubre **Tontorramendiko Igoera Bertikala** (Maialen Loyo / Ibai Etxeberria), **Ordiziako Mendi Maratoi Erdia** (Onditz Iturbe / Martin Diez) y **Aramotz Mendi Lasterketa** (Sara Alonso / Aritz Egea).

Sólo 6 carreras en 4 meses, cuando el año pasado en estos 4 meses se disputaron 71 carreras. ¿Y qué han hecho nuestras y nuestros korrikalaris sin carreras? Pues, un poco de todo, han roto récords, han corrido fuera de Euskal Herria y han realizado actos solidarios... ¡os lo contamos!



3.000 km x NAHIA elkartasun erronka - FOTO: 3000kxmNahia

GURE KORRIKALARIAK

Euskal Herriko korrikalariak ez dira geldi egon, ez, eta beti bezala maila gorenean lehiatu dira. Hona hemen adibide batzuk:

Errekorrak:

Aritz Egeak, **Monte Perdido Extrem** (46,2 Km / 7640 mD) zeharkaldi biribilaren errekor berria ezarri zuen, ordubete baino gehiago jaitsiz.

Mendi Lasterketak:

• **Canfranc-Canfranc** lasterketan Euskal korrikalari ugari izan genituen. Jaione Sasieta Ultra 100K lasterketan garaile izan zen. Silvia Triguerosak Ultra 75K lasterketan garaipena lortu zuen eta Iban Agirrezabalak 2. postua. Maraton 45K proban, Oihana Kortazar izan zen garaile.

• **Trail Cap de Creus** (23 Km / 1200 mD+): Ainhoa Sanz garaile eta Oihana Kortazar bigarren.

RFEA-k antolaturiko **Espainiako Trail txapelketan**, Oihana Kortazarrek zilarrezko domina jaso zuen lortutako bigarren postuarekin.

• **Ultra Trail La Covatilla** (86 Km / 4500 mD+): Maite Maiorak irabazi zuen emakumezkoetan eta lokin Garaik bigarren postua gizonetzkoetan.

• **Ultra Sanabria** (110 Km / 6000 mD+). Zamoran ospatzen den 3 etapatako lasterketa bat da. Oihana Kortazarrek lehen postua lortu zuen.

• **The Bandit - La Locura** (+170 Km). Dortsalean irakurri zitekeen "You will not finish!" eta horrela izan zen, 30 partaideetatik inork ez zuen bukatu lasterketa berezi eta gogor hau. Barkley Marathon lasterketan inspiratuta, 5 sektore, ibilbide guztiz sekretua, GPS gabe, mapa eta brujula bat besterik ez. Bi euskal korrikalari ausartu ziren parte hartzera: Gorka Arranz eta Miguel Arburua.

• **Azores Trail Run** (126 Km / 5000 mD+). 4 etapatako lasterketa ikusgarri eta gogor honetan, trail munduko elitea bildu zen, beraien artean Oihana Kortazar eta Aritz Egea.

Liburuak:

Unai Ugartemendiaren eskutik, Iker Karrerak "Bidea Ipar" liburua argitaratu du. Aukera polita Euskal mendi korrikalari onenetako baten ibilbidea hobeto ezagutzeko.

EKIMEN SOLIDARIOAK

Gure korrikalariak beti laguntzeko prest daudela argi geratu da, batez ere hilabete hauetan.

Hiru ekimen solidario azpimarratu nahi ditugu, bereziki oso gogorrak izan direlako.

3000xNahia

Elkartasun erronka honen helburua Nahia Gomez gazteak duen giltzurrunetako gaixotasuna (Glomerulonefritis fokala eta segmentario kortikoresistentea) ezagutaraztea da. Horretarako, Carlos Moranek 3000 kilometro egin zituen: 1000 km mendian (Zegama Aizkorriko ibilbidean 24 maratoi), 1000 km bizikletan eta 1000 km asfaltoan. Hau da marka!

#GR11urdina

Erronka, GR11 Transpirenaika ibilbidea egitea, Cap de Creus-etik (Girona) Higer Lurmuturrera (Hondarribia). Ohiko ibilbidea 46 etapatan zatituta egon arren, Imanol Alesonek 13 etapetan egin zuen, inongo asistentziarik gabe. Guztira 800 km-ko ibilbidea eta 56.000 metroko desnibel metatua. Eta hau guztia aniztasun funtzionala duten pertsonen alde. Etapa bakoitza aniztasun mota baten alde egin zuen eta azkenengoa beste guztientzat izan zen.

NON STOP ALIMENTS GR1- GR7 600 Km

GR1 eta GR7 ibilbideak jarraituz, Katalunia herrialdea zeharkatu zuten 6 egunetan 13 trail korrikalari 600 Km eginez, beraien artean Elena Calvillo. Ekimen solidario honen helburu nagusia, kirola eginez ahalik eta elikagai gehien biltzea zen, Elikagaien Bankuari laguntzeko. 11 000 kg tortu zituzten!

TEXTO



Alberto Mella Garate
www.lasterketak.eus



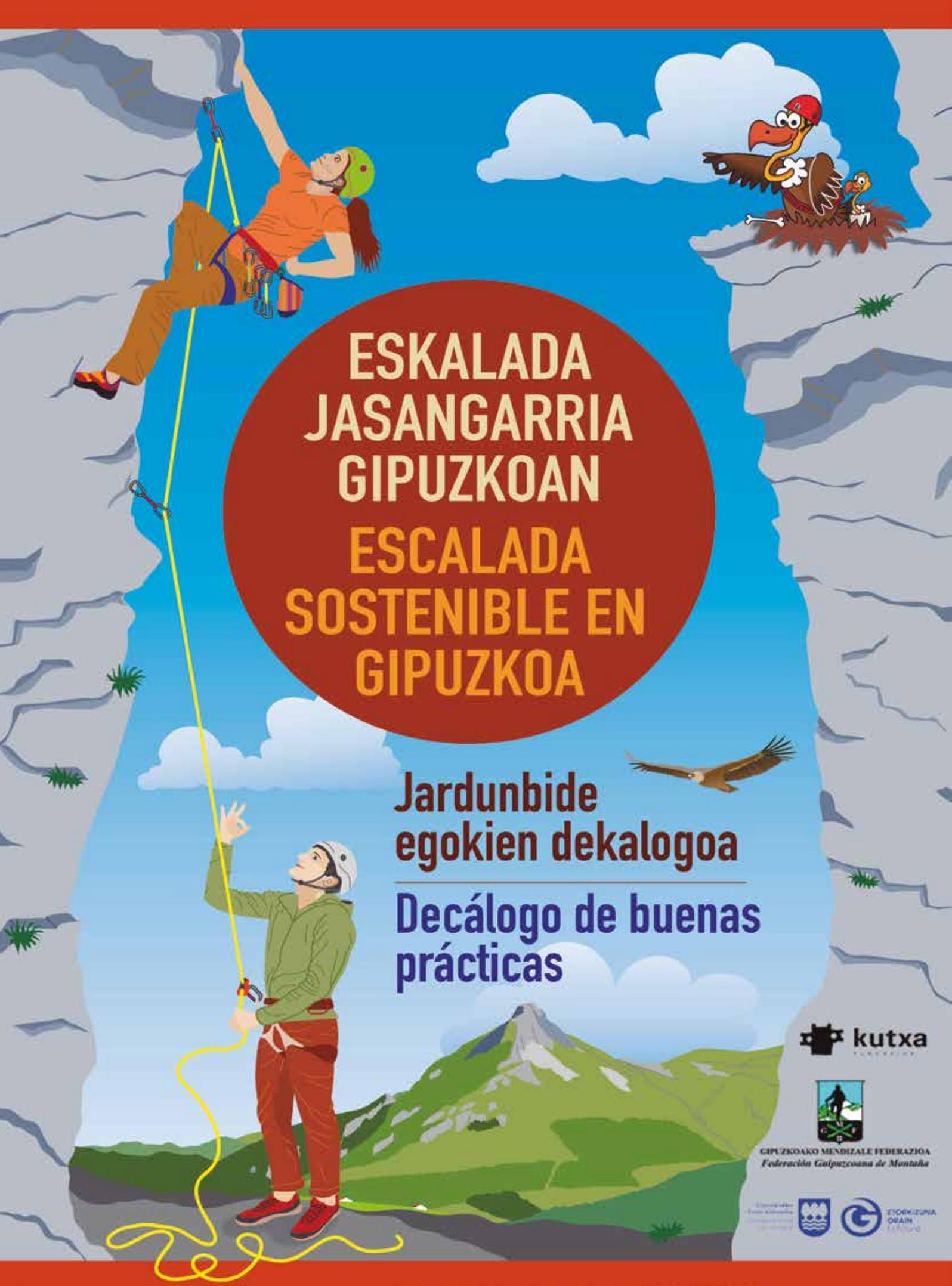
#GR11urdina erronka aniztasun funtzionala duten pertsonen alde - FOTO: Julián Morcillo



Non Stop Aliments GR1 - GR7 - FOTO: Marc Fernandez



Ordiziako Mendi Maratoia Erdia - FOTO: www.lasterketak.eus



**ESKALADA
JASANGARRIA
GIPUZKOAN
ESCALADA
SOSTENIBLE EN
GIPUZKOA**

**Jardunbide
egokien dekalogoa**

**Decálogo de buenas
prácticas**

 **kutxa**
FUNTSIA



GIPIZKOAKO MENDIZALE FEDERAZIOA
Federación Guipuzcoana de Montaña

Elaboración:
Eduardo Alzola
Ilustración:
Eduardo Alzola



**ETORKIZUNA
OAIN**
LITURIA

ESKALADA JASANGARRIA GIPUZKOAN

ESCALADA SOSTENIBLE EN GIPUZKOA

Gipuzkoako eta kanpoko eskalataile askok probintziako harkaitzak erabiltzen ditugu maite dugun kirola praktikatzeko. Gure jokalekua ingurune naturalean dago, eta, ondorioz, fauna- eta flora-espezieekin batera bizi gara. Interes geologikoa duten lekuetan jarduten gara, baita balio kultural handiko arkeologia-aztarnategiak dituzten zonaldeetan ere. Gure betebeharra da hori guztia errespetatzea. Horretaz gain, ez dugu ahaztu behar landa-ingurunea pertsona askoren lantokia eta bizilekua dela, eta, beraz, bizikidetzarako oinarritzko arau batzuk errespetatu behar ditugu.

Ingurumena errespetatzen duen eskalada sustatu behar dugu, epe luzera gozatu ahal izateko. Gozatu naturaz honako aholku hauei jarraituz:

Muchos escaladores de Gipuzkoa y foráneos, utilizamos los roquedos de la provincia para practicar el deporte que tanto amamos. Nuestro terreno de juego se encuentra en el medio natural y en consecuencia convivimos con especies de fauna y flora; o accedemos a lugares de interés geológico; incluso hay zonas que albergan yacimientos arqueológicos de gran valor cultural. Es nuestra obligación ser muy respetuosos con todo ello. Sin olvidar que, el medio rural es un ámbito donde trabajan y viven muchas personas y por lo tanto debemos respetar unas normas básicas de convivencia.

Debemos fomentar la actividad de la escalada respetuosa con el medio ambiente para poder disfrutarla a largo plazo. Disfruta de la naturaleza siguiendo los siguientes consejos:

1 SARBIDEAK: JOAN-ETORRIAK, HURBILTzea ETA JAISTEA

Erabili ahal duzun guztietan garraio publikoa eskalada-guneetara joateko. Autoz joan behar baduzu, saiatu autoa partekatzen, behar bezala aparkatzen eta pistetan ez ibiltzen. Hormara hurbiltzeko, erabili bidexkak edo bide nagusiak. Lasterbideek lurra hondatzen eta jatorrizko bidea higatzen dute. Hainbat luzetako bideetan, erabili jaisteko dagoen bidea, eta ekidin bidezidor edo lasterbideak; horrela, higadura-inpaktua txikituko duzu.



1 LOS ACCESOS: DESPLAZAMIENTO, APROXIMACIÓN Y DESCENSO

Utiliza siempre que puedas el transporte público para acceder a las zonas de escalada. En el caso de que tengas que ir en coche, intenta compartir las plazas, aparcar adecuadamente y no circular por pistas. Para la aproximación a la pared, utiliza las sendas o caminos principales. Los atajos deterioran el suelo y erosionan el sendero original. En vías de varios largos, utiliza en tus descensos el sendero existente sin utilizar atajos, de esta manera evitarás un mayor impacto erosivo.

2 BEHARRIZAN FISIOLÓGIKOAK

Saiatu etxetik ateratzen zure behar fisiologikoak asetuta. Eskalada-gune batean egin behar baduzu, bilatu hormatik eta ur-iturrietatik urrun dagoen leku bat. Egin 15 zm inguruko zulo bat, lurperatu gorozkiak eta ez bota bertan komune papera; bildu eta bota edukiontzi batean. Oso arriskutsua da komune papera erretzea.



2 LAS NECESIDADES FISIOLÓGICAS

Intenta salir de casa aliviado de tus necesidades fisiológicas. Si necesitas hacerlo en una zona de escalada, busca un lugar alejado de la pared y de fuentes de agua. Cava un hoyo de unos 15 cm. Entierra las heces y llévate el papel higiénico para tirarlo en un contenedor. Quemar el papel higiénico es muy peligroso.

3 SEN ONA

Ez egin oihu, ez bada soka-kidearekin komunikatzeko. Kutsadura akustikoak tokiko faunaren bizitza aldatzen du; beraz, ekidin musika altuko aparatu oro. Eraman txakurrak lotuta, aziendari enbarazurik ez egiteko. Itxi langak itxituretatik igarotzean, eta errespetatu artzainen bizimodua. Ez jaso fruiturik zuhaitzetatik jabearen baimenik gabe. Erabili sen ona.

haraaa!!
kar, kar, kar!!
txuutt!!



3 EL SENTIDO COMÚN

No grites si no es para comunicarte con el compañero o la compañera de cordada. La contaminación acústica altera la vida de la fauna local, por lo tanto, evita todo tipo de aparato con música alta. Lleva los perros atados, para evitar molestias al ganado y cierra las cancelas al pasar, respeta el medio de vida de los pastores. No recojas frutos de los árboles sin autorización de la persona propietaria. Utiliza el sentido común.

4 NATURA AHALIK ETA GEHIEN ZAINTEA

Ez utzi zaborrik, ez piztu surik, ez bota zigarrokinik eta ez kanpatu zure kontura. Amaiztean, garbitu heldulekuen markak eta magnesioa. Eskaladagunetik alde egiten duzunean, jaso plastiko, botila, lata edo zaborren bat gutxienez. Zaindu ur-iturriak eta -korronteak.

Izan eragin positiboa!



4 EL MÁXIMO CUIDADO DE LA NATURALEZA

No dejes basura, ni enciendas fogatas, ni tires colillas y no acampes por tu cuenta. Cuando abandones la zona de escalada recoge al menos algún plástico, botella, lata o desperdicio que veas. Cuida las fuentes y corrientes de agua. ¡Impacta positivamente!

5 MATERIALAK

Materiala erosten duzunean, lagundu zure erosketarekin ingurumena eta langileak babesteko konpromiso handiena hartzen duten enpresei. Zure sokaren, zinten, mosketoien eta abarren balio-bizitza amaitzen denean, birziklatu ezazu materiala; marka batzuek jaso egiten dituzte. Magnesioa erabiltzen baduzu, erabili, ahal dela, likidoa: higienikoagoa eta garbiagoa da.



5 LOS MATERIALES

Cuando adquieras material, apoya con tu compra a las empresas que más se comprometen con la protección del medio ambiente y de sus trabajadores. Cuando acabe la vida útil de tu cuerda, cintas, mosquetones, etc. recicla el material, hay marcas que los recogen. Si utilizas magnesio, usa preferentemente el líquido, es más higiénico y limpio.

6 BIODIBERTSITATEA

Eskalada-gune bakoitzeko florak eta faunak bertako biodibertsitate berezia osatzen dute. Informa zaitetz eskalatzen duzun lekuko espezie mehatxatuen eta habiak egiteko garaien inguruan. Urtariletik uztaiera, kontu handiz ibili behar duzu. Errespetatu arauak, eta, horman habia bat aurkituz gero, ez pasa gainetik, jaitsi ahalik eta lasterren zaratarik egin gabe, eta jakinarazi Gipuzkoako Mendizale Federazioari.



6 LA BIODIVERSIDAD

La flora y fauna de cada zona de escalada constituye su particular biodiversidad. Infórmate activamente de las especies más amenazadas del lugar donde escales y de las épocas de nidificación. Desde enero hasta julio has de extremar la precaución. Respeta las regulaciones y en caso de encontrar un nido en la pared no rebasarlo y bajar lo antes posible sin hacer ruido e informar a la Federación Guipuzcoana de Montaña.

7 GEODIBERTSITATEA

Eskalada-guneetan bizi diren faunak eta florak leku horietako biodibertsitatea osatzen duten bezala, haitzezko hormek ere geodibertsitatea osatzen dute; bien artean balio handiko natura-ondarea eratzen dute, kontserbatu beharrekoa. Eskalatzen ari zarenean, saiatu hormetatik harriak eta landareak ez kentzen, segurtasunagatik ez bada. Landare asko ingurunearentzat onuragarriak dira, eta animalientzat elikadura eta babesa izan daitezke.

7 LA GEODIVERSIDAD

Así como la fauna y la flora que vive en las zonas de escalada forman la biodiversidad de estos lugares, las propias paredes de roca componen la geodiversidad, constituyendo entre ambos un patrimonio natural de incalculable valor que es necesario conservar. Cuando estés escalando intenta no quitar piedras y plantas de las paredes, si no es por seguridad. Muchas plantas son beneficiosas para el medio y pueden suponer alimentación y resguardo para los animales.



8 AZTARNATEGI ARKEOLOGIKOAK

Gune harritsu batzuetan, batez ere haitzuloetan, kultur-ondarearen parte diren aztarnategi arkeologikoak daude. Ondare hori babestea administrazio publikoaren ardura da, eta, ondare hori zaintzen laguntzea, guztion betebeharra. Batzuetan debekuak egon daitezke bide edo sektore jakin batean eskalatzeko; informazio-plaka baten bidez jakinaraziko dira. Errespetatu eta eskalatu beste bide edo sektore batean.



8 LOS YACIMIENTOS ARQUEOLÓGICOS

En algunas zonas rocosas, principalmente cuevas, se encuentran yacimientos arqueológicos que forman parte del patrimonio cultural. La protección de este patrimonio es responsabilidad de la administración pública y colaborar en su conservación es deber de todos. En ocasiones podrán darse prohibiciones para escalar en una determinada vía o sector que se informarán mediante una placa informativa. Respétalas y escala en otra vía o sector.

9 BAIMENAK: EREMU BERRIAK

Oraindik eskalada egiten ez den gune berri batean bide bat ireki nahi baduzu, kontuan izan horma hori babestutako naturagune batean egon daitekeela, eta, beraz, baimena eskatu beharko diozula organo kudeatzaileari (Aldundia), Gipuzkoako Mendizale Federazioaren bitartez. Bestalde, gogoratu eremu hori dagoen lursaila jabetza bat dela (pribatua edo publikoa). Joan zaituz dagokion udaletxera, eta han jakinaraziko dizute norena den lursaila, baimena eskatzeko.



9 LOS PERMISOS: NUEVAS ZONAS

Si deseas abrir una vía en una nueva zona donde todavía no se practica la escalada, ten en cuenta que esa pared podría encontrarse dentro de un espacio natural protegido, por lo que se debe pedir permiso al órgano gestor (Diputación), a través de la Federación Guipuzcoana de Montaña. Por otra parte, el terreno donde se encuentra es una propiedad (privada o pública).

Dirígete al Ayuntamiento correspondiente donde te informarán a quién pertenece la parcela, para solicitar su autorización.

10 TOKIKO EKONOMIA

Lagundu landa-ekonomiak bultzatzen inguruko zerbitzuak erabiliz eta tokiko produktuak kontsumituz. Zerbitzurik behar baduzu, erabili tokian bertan eskaintzen direnak, eta kontsumitu herri eta auzo txikietako denda, taberna eta baserritarren saltokietan. Aparkalekuren batean edo kanpin libreko guneren batean bazaude, aprobetxatu inguruko tabernaren batean gosaltzeko. Tokiko negozioak sustatzeaz gain, naturari lagunduko diozu, komunak erabiliz.



10 LA ECONOMÍA LOCAL

Ayuda a impulsar las economías rurales utilizando los servicios de la zona y consumiendo productos locales. Si necesitas cualquier servicio, utiliza los que se ofrecen en el propio lugar, consume en tiendas, bares y puntos de venta de los baserritarras en los pueblos y pequeños barrios. Si estás instalado en algún aparcamiento o zona de camping libre, aprovecha para desayunar en alguna taberna de la zona. Además de promover los negocios locales, estarás ayudando a la naturaleza utilizando sus aseos.

Jasangarritasun eraginkorrena norberaren segurtasunetik hasten da. Nork bere burua babesteko neurriak zorroztu behar ditu. Zaindu zure burua eta zure ingurua. PRAKTIKATU ESALADA JASANGARRIA!

La sostenibilidad más eficiente empieza por la seguridad de uno mismo. Cada cual debe extremar las medidas de autoprotección. Cuidate tú y tu entorno. ¡PRACTICA LA ESCALADA SOSTENIBLE!

Informazio gehiago lortzeko, sartu gure webgunera:

- a) Eskalada jasangarria, oro har: <https://www.gmf.eus/Aurkezpena/lang/eusk/>
- b) STOP COVID19: <https://www.gmf.eus/STOP-COVID19/>

Para + información, consulta nuestra web:

- a) Escalada sostenible en general: <https://www.gmf.eus/Aurkezpena/lang/cast/>
- b) STOP COVID19: <https://www.gmf.eus/STOP-COVID19/>



GIPUZKOAKO MENDIZALE FEDERAZIOA
Federación Guipuzcoana de Montaña

Kirol Etxea - Anoeta Ibildea 5 - 20014 DONOSTIA

Tel: 943 461 440 • Email: gmf-administrazioa@kirolak.net



GIPUZKOAKO MENDIZALE FEDERAZIOA
Federación Guipuzcoana de Montaña

Jardunbide egokien dekalogo



Decálogo de buenas prácticas

1 2021-EKO MENDIKO LASTERKETEN RANKINGA BERTAN BEHERA UZTEA ERABAKI DU EUSKAL MENDI FEDERAZIOAK

Gaur egun, COVID-19ak sortutako egoerak erabateko ziurgabetasuna izaten jarraitzen du. 2020. urtea oztopo handia izan da diziplina guztientzat, bai txapelketei eta lehiaketei dagokienez, baita kirol-jardunari berari dagokionez. Eta badirudi, 2021a ere ez dela ezberdina izango, udara arte behintzat. Gaur egun, Euskal Mendi Federazioak ez du aurreikusten 2021eko Mendiko Lasterketen Rankinga antolatze moduko gutxieneko lasterketa kopuru bat ospatzeko bermerik, eta ez die ziurgabetasun gehiago gehitu nahi jokoan dauden aldagaiei. Ondorioz, eta azken urteetan lehiaketa mota hori aurrera ateratzeko federazioarekin lankidetzan estuan aritu diren klubei jakinarazi ondoren, EMF-FVMk ez du 2021eko ekitaldia antolatuko.

Behin erabakia hartuta, EMF-FVMk elkarlanean jarraituko du antolatzaileekin, lineako, bertikaleko eta ultra distantziako txapelketak aurrera ateratzen saiatzeko. Bien bitartean, eta aurrerago normaltasunera itzultzeko zain, agurtzen da EMF-FVM. Denon artean lortuko dugu!



2 EL KOLITZA FUE TESTIGO DEL DIA DE LA HERMANDAD DE LOS 100 MONTES

Si bien la situación que atravesamos socialmente no es la más deseable, tanto la Federación Vasca de Montaña como el Balmseda Mendi Taldea entendíamos que era necesario un esfuerzo extra para consolidar este día en el que tienen especial protagonismo las nuevas y nuevos "hermanos". Entre 5 y 10 años han precisado todas y todos para formar parte de la Hermandad, y era de obligado cumplimiento reconocer este denuedo con un acto público.

El lugar elegido para ello un monte centenari, ¡por supuesto!, con mucha historia, acorde a una convocatoria de las de antaño, el Kolutza. Y el recorrido sencillo, para disfrutar de la jornada, apto para cualquier mendizale. Solo faltaba el tiempo, que también estuvo a la altura de las circunstancias, porque después de la entrega de diplomas y regalos a las y los protagonistas, nuestros



anfitriones nos agasajaron con un hamaiketako a la altura de la situación y tuvieron un bonito detalle con los allí presentes.

Desde estas líneas queremos agradecer la presencia en esta celebración anual del medio centenar de integrantes de la Hermandad, acompañados en muchos casos de familiares y amigos. ¡Muchas gracias por vuestra presencia y por el ambiente generado en torno a la Hermandad de Centenarios! Son ya 4315 mendizales los que han participado, a lo largo de más de cien años de historia de este concurso, y desde la federación seguiremos apostando para que esta sección tenga el reconocimiento que merece y siga cuajando entre los más jóvenes. ¡Nos vemos el próximo otoño!

3 EMF-REN TEKNIKARI TALDEAK AURREIKUSITAKO PRAKTIKEKIN JARRAITZEN DU

Joan den asteburuan, urriaren 17an eta 18an, Euskal Mendi Federazioko Alpinista Gazteentzako 2020/2022 Teknikakzio Taldea, La Lezeko Eskalada Eskolan (Ilardia-Egino, Araba) bildu zen 2020. urterako aurreikusitako jarduerekin jarraitzeko. Joseba Hernandez, Markel De la Fuente eta Sergio Delgado gazteek osatu zuten taldea, Iñaki Txabarri Hueda (jardueraren zuzendaria) eta Juanma Ruiz Martinez de Marigorta arduradunekin batera.

Bi egunetan, besteak beste, honako sistema hauek landu zituzten: autosegurtasuna bikoitzean eta sinpleki, marruskadura eta balaztatzea areagotuz, soka bakun eta bikoitz bidezko igoeira-sistemak, soka tenkatu bidezko jaitziera-sistemak eta korapiloak lasterlean pasatzea.

Jardueraren arduradunek helburu zehatzak zituzten;

- Teknikakzio-taldeko kideei gutxieneko ezagutza eta teknika batzuk ematea horman autoerreskatea egiteko, jardueran erabili ohi dituzten zorizko baliabideekin eta/edo oinarritzko materialekin.



- Egoerak baloratzen eta autoerreskate-protokoloak ho-rietara egokitzen ikastea, norberaren segurtasuna, bikti-marena eta prozesuaren eraginkortasuna kontuan hartuta. Asteburua amaitzean, taldekideek eta arduradunek ondorio onak atera zituzten; izan ere, funtsezko jarduera izan zen horma eta lur zailetan tamaina handiagoko enpresak garatu ahal izateko, eta autonomia handia izan zuten, baita logistika- edo laguntza-prekariatateko egoeretan ere (espedizioak, etab.). Taldeko hiru kideek ikasteko interes handia erakutsi zuten, eta iradokizunak, galderak eta abar egin zituzten, praktikak girotzeko eta edukiak modu eraginkorragoan finkatzeko.

4 "NO TE MONTES PELÍCULAS" ES LA NUEVA APUESTA DE LA EMF

En las últimas décadas las montañas han experimentado una afluencia creciente de visitantes, llegando incluso a convertir en un importante reclamo turístico en muchas partes del mundo. El incremento de personas que acuden a la montaña como actividad lúdico-deportiva ha propiciado un aumento espectacular de la incidencia de accidentes en el medio natural.

En este 2020 y a raíz del COVID-19, se ha dado un cambio en el paradigma con el efecto desconfiamiento, y esto ha disparado los rescates y búsquedas en nuestro entorno y en las montañas que visitamos.

Es por ello que la Euskal Mendi Federazioa, ha elaborado cuatro videos con el lema "No te MONTES películas", donde las palabras **fórmate**, **planifica**, **equípate**, **actúa** y **fedérate**, serán el reclamo de los senderistas para evitar más rescates innecesarios.

El planteamiento sobre el que se ha trabajado era el de huir del pesado tono aleccionador, tan habitual en este tipo de campañas, para trabajar un lenguaje más actual y un formato más amable, que invite a identificarse con las historias que se cuentan y los personajes que las protagonizan.

No te **MONTES** películas
MENDIAN pelikularik ez

FÓRMATE
PRESTATU

PLANIFICA
ANTOLATU

EQUIPATE
EKIPATU

ACTÚA
ZINTZO JOKATU

Cargar con una imprudencia es una mochila que no te quitas nunca
Inoiz kenduko ez duzun motxila da arduragabekeri baten zama izatea



Euskal Mendi Federazioa

ADARTIA

konpainia berriz sortua

5 MIKEL LINAZISORO (BERGARA, GIPIZKOA, 2000)

"Urtea amaitzerako *l'Il Domani* (9a) bidea egiten saiatuko naiz"

Urriaren 25ean kateatu zuen Euskal Seleksioko kide den Mikel Linazisorok Obaba (Bizkaia, 9a zailtasuna) bidea Baltzolan. Bere garaian Iñaki Marco 'Kongi'-k prestatutako bideak, jarraipena izan du. 2017an Iñaki Arantzamendik zailtasun gradu berria ipini zionetik, inork ez zuen igotzerik lortu. Orain, *l'Il Domani* (Baltzola, 9a zailtasuna) igotzen saiatuko da urtea amaitu aurretik



-Zorionak Mikel! Zenbatgarren 9a izan da zure ibilbidean?

Hau nire hirugarren 9a zailtasuna izan da. Lehena, 2016an "*Beti puntuan*" (Etxauri) izan zen, eta bestea "*Sistematik ihes*".

-Noiz hasi zinen Obaba prestatzen?

Udan dezente denbora pasa dut arrokan eskalatzen, eta *Tas-Tas* (8c+/9a) eta *Chambao* (8c/+) osatzeko aukera izan nuen lehenbizi. Abuztuan Munduko Koparako proba batera abiatu aurretik, *Obaba* ikustera gerturatu nintzen, eta unean bertan asko gustatu zitzaidan. Irailean etxera itzuli nintzenez, pare bat asteburutan *Obaba* probatzen hasi nintzen serioago. Une batean, bidea busti egin zen, eta hilabete batean azaldu gabe egon nintzen. Urriaren 25ean, ikusirik nahiko lehorra zegoela, saiatzea erabaki nuen. Ez nuen espero egun horretan kateatzea. Hamar saiakera behar izan nituen.

-Zergatik Obaba?

Bidea apurtu zenetik, Iñaki Arantzamendik bakarrik zeukan egina. Denbora askoan egon da inor saiatu gabe. *Tas-Tas* bidea osatu eta handik jaisten ari nintzela, oso itxura ona hartu nion bideari. Harrituta nengoan zergatik ez zen inor hura egiten saiatzen. Nire buruari, probatu egin behar nuela esaten hasi nintzaion. Konturatzeko, bidea probatzen nengoan.

-Zein dira bidearen zailtasunak?

Bideak hiru pausu zail ditu, hiru bloke balitu bezala. Zailena berez, azken blokea da, azkeneko zinta delako eta nahiko nekaturata iristen zarelako. Halere, niretzat, erdiko zatia da zailena. Nik probatu nuenean, bustita zegoen, eta hantxe gelditu nintzen, ezin aurrera joan. Saiakera egunean lehorra zegoen, eta behin zati hura pasa eta gero, azken blokean behin bakarrik erori nintzen.

-Neguan zerbait egiteko asmorik baduzu?

Neguan *l'Il Domani* (Baltzola, 9a zailtasuna) egiten saiatuko naiz. Aspalditik daukat begiz jota, eta orain dela gutxi saiakera txiki bat egin nuen eta nahiko ondo joan zitzaidan. Egoerak nola jarraitzen duen ikusi beharko dut, baina negurako hura izango da erronkarik gogorra. Urtea amaitu aurretik saiatu nahiko nuke.

-Zure prestakuntza Moskuko Europako Txapelketara begira zegoen halere.

Bai, dena bertan behera gelditu da, eta urtea horrela amaitu dugu, txapelketarik gabe. Ikusten genuen oso zaila zela txapelketa jokatzea, eta ez nau ezustean harrapatu. Arrokan gehiago entrenatzeko probestuko dut geldialdi hau. Ez dugu kanpora bidaiatzeko aukerarik izango, eta alde horretatik lasaiago ibiliko naiz. Asteburu honetan Bartzelonara joan behar nuen egonaldi batera, baina bertako rokodromo guztiak itxita daude, eta dena bertan behera utzi behar izan dugu.

1 LINEAS GENERALES DE TRABAJO DE LA NUEVA JUNTA DIRECTIVA

La federación son los clubes, técnicos y federada/os, y a ellos nos debemos, es por ello que queremos que tengan mayor presencia y participación.

Los clubes de montaña son los transmisores del conocimiento del territorio y del medio, facilitando el aprendizaje y la práctica segura. El guiado benévolo es imprescindible y forma parte de la transmisión de los valores del montañismo.

Esta Junta Directiva, ve la necesidad de implantar un canal de comunicación con nuestros clubes y las personas federadas, con programas de impulso y estimulación de sus actividades.

Las líneas generales de trabajo son las siguientes:

1º.- Establecer un protocolo de buenas prácticas medioambientales para las actividades de montaña.

2º.- Ampliar la oferta formativa, valorando las necesidades de las y los deportistas y sus clubes.

3º.- En el tema de Senderos apostaremos por mantener una red de senderos de calidad, actualizada y fiable para nuestros deportistas y visitantes, buscando la implicación de los clubes, personas federadas y entidades locales en la conservación y mantenimiento de los senderos, apadrinando un sendero a través del club y sus voluntarias/os y promoviendo sus recorridos entre los más pequeños.

4º.- Dar continuidad a la liga de carreras por montaña, aportando criterios de calidad y buen hacer en colaboración con las organizaciones.

5º.- Continuaremos con nuestro proyecto de mejora y mantenimiento de las áreas de escalada de Bizkaia, con la colaboración y apoyo de las y los escaladores y la Diputación.

6º.- Promocionar la actividad en la montaña través del Deporte Escolar, impulsando la participación de los niños y niñas sin exigencias clasificatorias.

7º.- Apoyar el deporte inclusivo colaborando con clubes y asociaciones afines.

8º.- Reducir las barreras de género, promoviendo la participación femenina en los deportes de montaña a todos los niveles.

9º.- Promover actividades de promoción de la Marcha Nórdica entre los clubes y las y los federados, una actividad ideal para el entrenamiento y la salud.



10º.- Establecer con la EMF espacios de colaboración, formando equipo con los tres territorios, desarrollando la formación y el reciclaje de nuestros técnicos, tecnificación deportiva y captación de talentos.

2 2019 URTEKO "ZENBAT URTE HAINBAT MENDI" LEHIAKETAREN FINALISTAK

Izaro eta Onintze Bravo, Iker, Asier eta Egoitz Zaldibar, Aitana eta Pablo Güemes, Olatz eta Uxue Alberdi, Xantal eta Xabier Goikoe-txea, Irati Bengoetxea, Irati Martin eta Gontzal del Moral.

Zorionak guztioi.



GMF GIPUZKOA FGM



1 GIPUZKOAKO GOI MENDI ESKOLA. GARAI BERRI BAT, ARO BERRI BAT

Inongo abixuririk gabe eta bapatean, gutxien espero genuenean, berritu ohiturak eta egunerokotasuna erabat aldatu zaizkigu. Garai zail hau norberak ahal duen edo dakien modura bizitzen ari da, baina argi geratu dena da, jende askok naturan eta mendian bilatu duela egoera gogor honi aurre egiteko behar duen energia iturria. Gipuzkoan federatu kopuruak marka guztiak hautsi ditu eta gure inguruetako mendi eta haitzak inoiz baino jende gehiagorekin ikusi ahal izan ditugu.

Gipuzkoako Goi Mendi Eskolak ere bere egitaraua bertan behera utzi behar izan zuen udaberriari, Mendi Elkartea eta federatuekin hitzartuta zituen hainbat saio burutu ezinik. Uda ondoren, urriaren 17-18ko astebukaeran, normaltasun egoera batetara itzultzen ari ginela sinistu nahian kirol eskalada ikastaroa aurrera ateratzea lortu genuen, giro eta partaidetza bikainarekin. Halere egoerak berriro ere txarrera egin du, eta ezin izan ditugu gure jaituria eta ezagupenak betiko ilusioarekin gipuzkoar mendizaleen artean zabaltzen jarraitu.

Dena den, oso argi dugu egoera zail edo gogorretan etorkizunari begira apostu egin beharra dagoela. Gure zerbitzuek gizar-tearentzat duten balioaz jabetuta, besoak gurutzatuta geratu beharrean, GGME birmoldaketa prozesu batean murgilduta dabil,

bai barne arautegiari dagokionez, baita giza baliabideei dagokionez ere. Denbora ez da alperrik pasatzen eta gure kasuan ere urte askotan gipuzkoar mendizaleen prestakuntza eta segurtasunean lan handia egin duten teknikariak adinean gora doaz, beren tokia teknikari berriei uzteko unea helduz.

Azken 15 urteetan hainbat arazo edo traba zirela medio, ez dugu kide berriak eskuratzeko aukerarik izan, baina azaroan bertan Kirol Teknikari berriak GGMEko partaide izatera heltzeko deialdia zabaldu dugu, hasera batean lan poltsa batetara egongo direnak, baina barne arautegian egin beharreko aldaketa sakonen ondoren, kide bezela barneratuko direnak.

Jende berria, esperientzia handiko mendizale, eskalataile eta eskialataileak, ondo prestatutakoak, hauetako asko mendi gidariak, ilusioz beteak, mendizaletasuna beraien bizimodua izatea lortu dutenak, ideia berriz josiak. Ez dugu zalantzarik guztion artean lehendik gaudenen maila berdindu eta hobetzea lortuko dugula, eta aurretik dauden esperientziari berrien gogoia batu-ta, gipuzkoar mendizale eta elkarteen beharrak modu egokiagoan asetzeko bidean jorratuko dugula.

Gaur egungo amesgaizto hau pasako dela zalantzarik ez dugu, eta honen ondoren aro berri bat hasiko dela. Une hori iristen denean zuen alboan egon nahi dugu eta bertan aurkituko gaituzue, gure grina, ezagupen eta aholkuak esakiniz, mendian zuen segurtasuna eta gozamena handitzeko asmoz.

Lerro hauetan, hemendik aurrera GGMEtik antolatutako edo Mendi Elkarrekin eskuraturiko ikastaroetan parte hartzera gonbidatzen zaituztegu, giro onean eta norberaren mailara egokitutako saioak eskainiz, mendian segurtasun neurriek duten garrantziaz ohartzen jabetuz eta zuen mugak gainditzen lagunduz. Zaindu zaitzete eta laister arte,

2 GMFKO HELDUEN IBILALDIA MUTRIKUN

Pasa den urriaren 25ean, GMFren 34. Helduen Ibilaldia ospatu genuen Mutrikuko inguruetan. Eguraldiaren iragarpena ona izan ez arren, azkenean goizak ateri irau zuen eta partaideek (40 inguru) Burumendi Elkarrekin antolatutako ibilbide ederraz gozatzeko aukera izan zuten. Eguraldiarena ez ezik bazeuden gizarte mailan oso onak ez ziren beste iragarpen batzuk ere, 2020 urtea hankaz gora jarri dutenak. Baina horiei ere aurre egitea lortu genuen eta Burumendiko antolatzaileek erakutsi zuten lanerako duten pres-tutasunari eta partaideen segurtasuna bermatzeko gaitasunari esker ibilaldia ospatzeko aukera izan genuen. Azkenik, Mutrikuko Udalarari biziki eskertzen diogu gaur egun bizitzea tokatzen ari zai-gun egoera nahasi honetan oso ongi antolatuta zegoen ekitaldia burutzeko baimena eman izana.



ARGAZKIA: Esteban García

GGME-REN 2021EKO IKASTAROEN EGUTEGIA - CALENDARIO DE CURSOS G.G.M.E. 2021	
IKASTAROA / CURSO	EGUNAK / FECHAS
Mendiko Eskia (hastapena eta trebakuntza) / Esquí de Montaña (iniciación y perfeccionamiento)	Urtarrila - enero 23, 24
Izotz Eskalada (espezializazioa) / Escalada en Hielo (especialización)	Urtarrila - enero 30, 31
Elur mota guztietan jaisteko teknikak (hastapena eta trebakuntza) / Técnicas de descenso en todo tipo de nieves (iniciación y perfeccionamiento)	Otsaila - febrero 6, 7
Mendiko Eskia (hastapena eta trebakuntza) / Esquí de Montaña (iniciación y perfeccionamiento)	Otsaila - febrero 13, 14
Elur mota guztietan jaisteko teknikak (hastapena eta trebakuntza) / Técnicas de descenso en todo tipo de nieves (iniciación y perfeccionamiento)	Otsaila - febrero 27, 28
Gipuzkoako Mendizale Federazioaren Eski Zeharkaldia / Travesía de esquí de la Federación Guipuzcoana de Montaña	Martxoa - marzo 6, 7
Glaziarretako Alpinismoa (hastapena) / Alpinismo Glaciar (iniciación)	Martxoa - marzo 13, 14
Snowboard (hastapena) / Snowboard (iniciación)	Martxoa - marzo 27, 28
Kirol Eskalada (hastapena eta trebakuntza) / Escalada Deportiva (iniciación y perfeccionamiento)	Maiatza - mayo 8, 9
Arroila Jaitsiera (hastapena eta trebakuntza) / Descenso de Barrancos (iniciación y perfeccionamiento)	Maiatza - mayo 29, 30
Espeleologia (hastapena eta trebakuntza) / Espeleología (iniciación y perfeccionamiento)	Ekaina - junio 5, 6
Eskalada abentura guneetan / Escalada en terreno de aventura	Ekaina - junio 12, 13
Mendi-ertzetako hastapena / Iniciación a las aristas	Ekaina - junio 26, 27
Kirol Eskalada (hastapena eta trebakuntza) / Escalada Deportiva (iniciación y perfeccionamiento)	Iraila - septiembre 18, 19
Mendiko Orientazioa: iparorratza erabiliz / Orientación en Montaña: con brújula	Iraila - septiembre 25, 26
Mendiko Orientazioa: GPSa erabiliz / Orientación en Montaña: con GPS	Urria - Octubre 2, 3
Glaziarretako Alpinismoa (hastapena) / Alpinismo Glaciar (iniciación)	Abendua - diciembre 11, 12
2022	
2022 Mendiko Eskia (hastapena eta trebakuntza) / Esquí de Montaña (iniciación y perfeccionamiento)	Urtarrila - enero 22, 23
2022 Izotz Eskalada (espezializazioa) / Escalada en Hielo (especialización)	Urtarrila - enero 29, 30
2022 Elur mota guztietan jaisteko teknikak (hastapena eta trebakuntza) / Técnicas de descenso en todo tipo de nieves (iniciación y perfeccionamiento)	Otsaila - febrero 5, 6



1 RUTAS CIRCULARES FÁCILES

El autor es un especialista en libros guías sobre las montañas del País Vasco y uno de sus principales divulgadores. En esta ocasión, ha seleccionado escenarios poco conocidos para intimar con la orografía de Euskal Herria. Con una narrativa básica, sin alardes, afinando en certeras descripciones para llevar a buen fin los 44 destinos incluidos, nos descubre excursiones fáciles y circulares que suponen nuevas posibilidades para conocer más y mejor las montañas de todos los territorios y a través de las cuatro estaciones. Aun le quedará tiempo en su vida para ofrecernos nuevos proyectos, serán siempre bien recibidos.

AUTOR: Txusma Pérez Azázeta EDITORIAL: Sua AÑO: 2020
PÁGINAS: 167 PRECIO: 18,50 €



2 IKER KARRERA. BIDEA IPAR

Biografía honetan, elkarrizketa formatuan, Unai Ugartemendiak Iker Karreraren kirol ibilbidea eta ibilbide pertsonala erreparatzen ditu, baita bere arrakasta eta porrotak, bere hastapenak eta mundu profesionaletik erretiratzea ere. Munduko mendiko lasterkari onenetako baten kontakizun bizi eta zintzoa, kirol hutsaren mugak gainditu dituen. Mendiaren espezializatutako kazetariak bere galderak egiten ditu protagonistaren egiara eta interesatzen zaionera hurbiltzeko: hain kirol gogorraren motibazioei eta eskakizunei buruz hausnartzea, mendiko lasterketen mundua desmitifikatzea, porrotei eta porrot-sentsazioari buruz hitz egitea, baita irabazten denean ere.

EGILEA: Unai Ugartemendia
ARGITALETXEA: Desnivel ORRIALDEAK: 208 URTEA: 2020 PREZIOA: 22 €



3 ARALAR. MUNDUA LEKU DEN LURRA

Mendiz mendi, basoz baso, iturriz iturri, bidez bide, haitzez haitz. Landarlan ingurumen elkarteak, *Aralar, mundua leku den lurra* dokumentalaren bultzatzaileak, Natura 2000 sarietan Europar Batasunak azken bi urteetako 27 ingurumen proiekturik onenen artean hautatua, bost liburu argitaratu ditu irakurle Aralarko mendietara hurbiltzeko. Alde batetik, 8 urtetik aurrerako irakurleentzako lau ipuinen bilduma ilustratua, Patxi Zubizarretaren testuekin eta Jokin Mitxelenaren marrazkiekin: Joanes eta kanpaiak, *Aiert eta herensugea, Maren eta azeria, Goliat eta izarrak*. (<https://www.ibaizabal.com/nota-de-prensa/garalar-maralar-y-las-historias-de-las-montanas-92>). Bosgarren liburua, *Aralar, mundua leku den lurra*, Lorea Agirrek eta Idurre Eskisabelek sortutako filmaren gidoia jasotzen du Iban Toledoren fotogramekin ilustratuz.

EGILEAK: Lorea Agirre Dorronsoro, Idurre Eskisabel Larrañaga eta Iban Toledo Ibañez ARGITALETXEA: Erein
Argitaletxea ORRIALDEAK: 52 URTEA: 2020 PREZIOA: 12 €



4 PARQUE NATURAL DE AIZKORRI-ARATZ

En el parque natural de Aizkorri-Aratz los paisajes grandiosos se concatenan: cimas orgullosas como Aketegi o Andarto dan sombra a rasos kársticos como Urbia o Degurixa; hayedos infinitos visten la sierra de Altzania, en cuya ladera sur asoman desfiladeros y surgencias como la de La Leze. Y no faltan lugares mágicos como Arantzazu o el túnel de San Adrián. El montañero Jon Iraola ha descrito una treintena de rutas para recorrer el parque natural de Aizkorri-Aratz, ascender sus montañas y cruzar bosques y arroyos. En definitiva, para conocer y amar un espacio natural único.

AUTOR: Jon Iraola Trecu EDITORIAL: Sua
AÑO: 2020 PÁGINAS: 152 PRECIO: 18,50 €

5 2 REINAS Y 9 REYES, LA TRAVESÍA DE LAS TRAVESÍAS

Relato que describe la travesía de los principales tresmiles pirenaicos, efectuada por Enric Casellas y Jaume Balaguer el año 2019. Narra las experiencias vividas al encadenar los puntos culminantes de los 11 núcleos que forman el sector de los tresmiles del Pirineo, enlazando en 24 etapas consecutivas el Balaitous con la Pica d'Estats, alcanzando además el Gran Vignemale, Monte Perdido, La Munia, Pic Long, Gran Bachimala, Posets, Perdiguero, Aneto y Comaloforno. Entre los aspectos a destacar cabe citar que esa aventura coincide con el final de la etapa laboral del autor, así como el meticuloso diseño del trazado, equipamiento, aspectos técnicos e infraestructura. La obra está prologada por Luis Alejos, que realizó una travesía similar en 1986.

AUTOR: Enric Casellas Solé EDITORIAL: Autoedición PÁGINAS: 179
AÑO: 2020 PRECIO: 24 € CONTACTO: encasol57@gmail.com

6 LA MONTAÑA APÓCRIFA

Antes de morir, la abuela Juana le dejó a su nieta Julia un croquis y un mapa que había elaborado a partir de una técnica de collage. Haciendo uso de algunas revistas de escalada, había recortado las fotografías que representaban fragmentos de montañas que a ella le atraían especialmente y los había unido con celofán. El resultado era un desvarío cartográfico sin pies ni cabeza. La Juana había creado aquellos dos dispositivos inútiles y caóticos como puro entretenimiento, para jugar a inventar un itinerario imposible que recorriera los lugares a los que ella habría querido ir: el Nanga Parbat, el Cerro Torre, El Capitán... A partir de los cabos sueltos de Juana, otras personas se adentran en el gran juego.

AUTORA: Olga Blázquez Sánchez
EDITORIAL: Ediciones Cordillera Cantábrica
PÁGINAS: 160 AÑO: 2020 PRECIO: 12,50 €





Todo lo que hacemos en Ternua está alineado con nuestro compromiso con el planeta y con las personas que viven en él. Cada uno de los pasos que hemos dado y todos los proyectos únicos que hemos puesto en marcha y que seguiremos protagonizando en el futuro.



ARTILESHELL

MADE FROM NATURE & FOR NATURE

TERNUAK milaka urte dituen Euskal Herriko tradizio bat, ardi latxen ilea, eta material birziklatuen azken teknologia uztatu ditu.

Horri eta diseinu dotore eta funtzionalari esker, jake hau oso produktu preziatua eta berezia izango da merkatuan, eta negurako isolamendu ona eta haizearen eta urdrén aurkako babesa emango ditu. Errendimendu eta prestazio bikainak, eta ingurumenarekiko errespetua.

Con este proyecto convertimos lo que hasta ahora era un deshecho en un aislante natural de gran poder calorífico.

Un precedente que esperamos que otras empresas puedan continuar para dar solución global al problema.

¿CÚAL ES EL PROBLEMA?

Hay un millón de ovejas latxa en el País Vasco. Son un símbolo de la región, además de guardianas del paisaje. Sin embargo, su lana plantea un problema. No cuenta con un uso comercial y no puede tirarse.



DESCUBRE
EL VIDEO
DEL PROYECTO
ARTILESHELL

EL RESULTADO

Hemos conseguido unir en nuestra ARTILE JKT (FW 2020), una tradición milenaria de Euskal Herria, la lana de oveja Latxa, junto a la última tecnología en materiales reciclados. Esta fusión, junto a un diseño elegante y funcional, hacen de ésta chaqueta un producto muy preciado y realmente único en el mercado que te ofrecerá buen aislamiento, calor, protección contra el viento y repelencia al agua durante el invierno. Alto rendimiento y prestaciones desde el respeto al medio ambiente.

El relleno interior, bautizado como ARTILESHELL, y encargado de aportarnos el aislamiento y mantener el calor corporal, está compuesto por lana pura de Latxa, totalmente natural, sostenible y biodegradable. Un producto tan simple y puro, como sofisticado y tecnológico.

- ✓ Gestiona y controla la humedad.
- ✓ Absorbe la transpiración interior y repele la humedad del exterior, consiguiendo un confort y prestaciones excepcionales en condiciones climatológicas adversas.
- ✓ La rápida expulsión de la humedad de la lana evita la aparición de malos olores y bacterias.
- ✓ Termorregulador: mantiene la temperatura corporal.



ARTILE JKT W

ARTILE JKT M

NOLA EGIN AURRE HOTZARI ETA SAIHESTU HIPOTERMIA

COMO ENFRENTARSE AL FRIO Y EVITAR LA HIPOTERMIA

ZER DA HIPOTERMIA? / ¿QUÉ ES LA HIPOTERMIA?

Larrialdi medikoko egoera bat da, gorputzaren erdiko temperatura 35 gradu zentigradetik behera jaisten denean gertatzen dena. Gure ohiko gorputzeko temperatura 36,22-36,98 °C artekoa da. Organismoaren funtzio nagusiak murrizten dira (garunak, bihotzak eta arnasbideak) eta hiltzera eraman gaitzake.

Es una situación de urgencia médica que se produce cuando la temperatura central del cuerpo desciende por debajo de los 35 grados centígrados. Nuestra temperatura corporal central habitual está entre 36,22- 36,98 °C. Se produce una disminución de las funciones principales del organismo (cerebrales, cardiacas y respiratorias) y puede llevarnos a la muerte.



NOLA SAIHESTU? / ¿CÓMO EVITARLA?

1 Ez galdu berorik honako hauen bidez / Evitar la pérdida de calor por medio de:

- Haize- eta hezetasun-eremuetan saiestu. Beharrezkoa bada, planeatuta geneukan jarduerari uko egitea. Evitar las zonas de viento y alta humedad. Renunciar a la actividad si es necesario.
- Mugitu beroa sortzeko. Baina nekea saiestuz / Moverse para generar calor pero evitando el agotamiento.
- Babes egokia bilatzea / Buscar un refugio adecuado.



- Arropa bustiak kendu berokiaren orde, eta lehorrak jarri. Ezinezkoa bada, "Lurrun-hesi" bat egingo dugu manta termikoarekin. Arropa tekniko egokia aukeratzea, geruza-sisteman oinarrituta (lehen geruza termiko transpiragarria, geruza isolatzailea eta hirugarren geruza iragazgaitz transpiragarria) / Quitarnos ropas mojadas en cuanto estemos en lugar de abrigo, y cambiarlas por secas. Si no es posible, realizaremos una "barrera de vapor" con la manta térmica. Elegir ropa técnica adecuada, basándonos en el sistema de capas (primera capa térmica, segunda capa o subcapas aislante y tercera capa impermeable transpirable, de tipo Goretex).

2 Ondo hidratatuta eta elikatuta egotea, beroa sortzeko. Edari beroak eta, batez ere, azukredunak 15 minuturo. Barra energetikoak, fruitu lehorrak. Salda beroak / Estar bien hidratados y alimentados para generar calor. Bebidas calientes y sobre todo azucaradas cada 15 minutos. Barritas energéticas, frutos secos. Caldos calientes

3 Giro beroan azkar sartzea edo isolamendu eraginkorra egitea. Gogoratu txanoa eta buruko eta lepoko buffa. Meterse rápido en un ambiente caliente o realizar un aislamiento eficaz envolviendo con la manta aluminizada o plásticos. Acordarse del gorro y buff para cabeza y cuello.

4 Eman bero-poltsak besapeetan, bularrean eta bizkarrean, baina erredurak saiesteko. Gorputzez gorputz berotzea beharrezkoa bada. Saihestu alkohola, kafeina, erretzea (oso kaltegarriak) / Aplicar bolsas de calor, en axilas, pecho y espalda, evitando las quemaduras. Cuerpo a cuerpo si fuera necesario. Evita el alcohol, cafeína, fumar (muy perjudiciales).



euskal mendizale federazioa
FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION



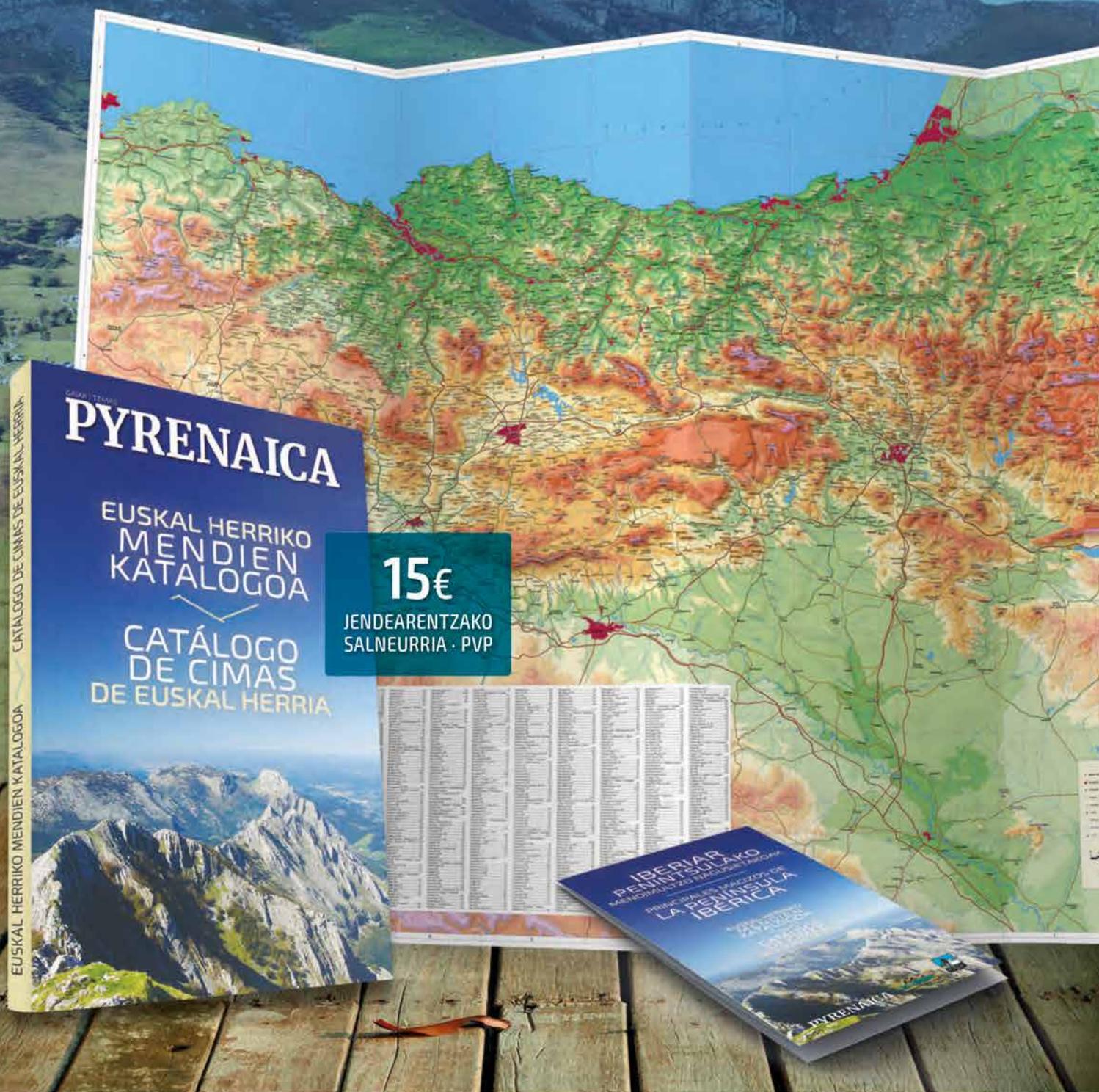
112
SOS DEIAK

EDOZEIN LARRIALDITARAKO DEITU!
ANTE CUALQUIER EMERGENCIA ¡LLAMA!

EUSKAL HERRIKO MENDIEN KATALOGOA

CATÁLOGO DE CIMAS DE EUSKAL HERRIA 2018

EDIZIO EGUNERATU BERRIA · NUEVA EDICIÓN ACTUALIZADA



Ingresa el importe en la c/c ES24 3035-0072-00-0720030006
de Laboral Kutxa y envía a contacto@pyrenaica.com:
Nombre, domicilio, teléfono y correo electrónico.

Laboral Kutxako ES24 3035-0072-00-0720030006 k/k
dirua sartu eta contacto@pyrenaica.com helbidera bidali:
Izen deiturak, helbidea, telefonoa eta posta elektronikoa.

REGALA UNA SUSCRIPCIÓN

EL MUNDO DE LOS

PIRINEOS



4 LIBROS + CALENDARIO PIRINEOS: 49,90 €



6 LIBROS: 59,90€

EUSKAL HERRIA

liburuak



www **sua**.eus

944 169 430