

PYRENAICA

EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA | FEDERACIÓN VASCA DE MONTAÑA

MONTAÑA INCLUSIVA

Cascadas de la Tobería, rasos de Legaire y laberinto de Arno | Castildetierra
Peña Rocías | Alt Maestrat y Els Ports | Halgurd | Ekuador
Indiako Himalaiak | Martin Urrutia
Xabier Ormazabal mendi-festa | Mendi Film Festival



Suscríbete a / Harpidetu zaitez

PYRENAICA

Año 2022 (4 números / zenbaki)

Prezioa: 18€



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.

LEHIAKETAK · CONCURSOS

XXXIX CONCURSO DE ARTÍCULOS DE MONTAÑA (2022)

Participan los artículos en euskera o castellano que se publiquen en Pyrenaica durante 2022, seleccionados entre todos los recibidos. Los artículos han de aportar novedades sobre lo publicado en cualquier medio y ajustarse a la normativa de Pyrenaica (ver en www.pyrenaica.com).

Primer premio: 500 €. Segundo premio: 300 €. Tercer premio: 200 €

XL CONCURSO DE FOTOGRAFÍA DE MONTAÑA (2022)

Participan las fotografías que se publiquen en Pyrenaica durante 2022, 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: 300 €. 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@pyrenaica.com (Asunto: Concurso Pyrenaica) ó a: Pyrenaica. Julián Gaiarre, 50-trasera. 48004 Bilbao.

Los trabajos recibidos quedarán en propiedad de Pyrenaica y no podrán publicarse en otro medio hasta su devolución. Los premios se entregarán en la Gala del Montañismo Vasco de 2023. La participación en el concurso implica la aceptación de estas bases; las dudas serán resueltas por el Jurado.

XXXIX MENDI ARTIKULUEN LEHIAKETA (2022)

2022an zehar Pyrenaican euskaraz nahiz gaztelaniaz idatzi eta argitaratutako artikuluek parte hartuko dute. Artikuluak originalak izatea baloratuko da eta Pyrenaicaren arauekin bat etorriko dira (ikusi www.pyrenaica.com).

Lehen saria: 500 €. Bigarren saria: 300 €. Hirugarren saria: 200 €

XL MENDI ARGAZKIEN LEHIAKETA (2022)

2022an zehar Pyrenaican 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 enfoke maskarak gehitzerik ere.

Lehen saria: 300 €. Bigarren saria: 250 €. Hirugarren saria: 150 €

ARTIKULU ETA ARGAZKIEN BIDALKETA

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

BIDALI: contacto@pyrenaica.com (Gaia: Pyrenaica Lehiaketa) edo: Pyrenaica. Julian Gaiarre, 50 trasera. 48004 Bilbo.

Aurkeztutako lan guztiak Pyrenaica aldizkariaren jabetzapean geratuko dira, beste edozein hedabidetan argitaratzerik egongo ez dela, hariak eta itzuliak izan arte. Epaimahaiaren erabakia eta sari banaketa 2023ko Euskal Mendizaletasunaren Galan egingo da. Lehiaketan parte hartzeak berak, honako oinarri hauek onartzen direla adierazten du. Oinarrien aplikazioan sor litezkeen zalantzak Epaimahaiak ebaztuko ditu.

ETIKA MENDIAN

ÉTICA EN LA MONTAÑA

Alpinismo Elkarteen Nazioarteko Batasunaren adierazpena (UIAA)

Declaración de la Unión Internacional de Asociaciones de Alpinismo (UIAA)

Kepa Lizarraga



Mendiaren masifikazioa eta merkaturatzea ikusita, uste dugu dokumentuaren laburpen honek gure portaera hobetzeko balio dezakeela.

Ante la masificación y comercialización de la montaña, consideramos que este resumen del documento puede servir para mejorar nuestro comportamiento en ella.

Erantzukizun indibiduala: gure erabakiz praktikatzen dugu kirol hau, eta gure eta bidea partekatzen dutenen segurtasunaren erantzule gara.

1

Responsabilidad individual: practicamos este deporte por decisión propia, y somos responsables de nuestra seguridad y de la de quienes comparten el camino.

Taldeko espiritua: taldekide guztiak hartuko ditugu kontuan.

2

Espíritu de equipo: tendremos en cuenta a todos los miembros del grupo.

Mendi-komunitatea: tratatu nahi zaituzten bezala tratatu behar duzu topatzen duzuna.

3

La comunidad montañera: trata a quien te encuentres como te gustaría que te traten.

Beste herrialde batzuk bisitatzean: beraien gonbidatuzara. Bertako jendea eta kultura errespetatu.

4

Al visitar otros países: eres su huésped. Respeta sus gentes y cultura.

Gidari-bezero harremana: erantzukizuna eta errespetua dira bere zutabeak.

5

Relación guía-cliente: la responsabilidad y el respeto son sus pilares.

Larrialdia: norbaitek behar badu, laguntza emateko betebeharrak morala dugu, arriskuaren aurrean behar ez bezala jarri gabe.

6

Emergencia: si alguien la necesita, tenemos la obligación moral de prestar ayuda, sin exponernos indebidamente al peligro.

Agonia eta heriotza: horien aurrean, errespetu osoz jokatu behar dugu, eta senideen eta lagunentzako atsekabea arindu.

7

Agonía y muerte: ante ellas, debemos actuar con el máximo respeto y aliviar la aflicción de familiares y amistades.

Natura eta ingurumena: ingurunea eta bizitza naturala errespetatu eta errespetatzen egin saiatu behar dugu.

8

Naturaleza y medio ambiente: debemos respetar, y procurar hacer respetar, el entorno y la vida natural.

Estiloa eta bikaintasuna: garrantzitsuena EZ da igoera bat egitea, baizik eta nola egiten den.

9

Estilo y excelencia: lo importante NO es hacer una ascensión, sino CÓMO se hace.



mendizale federazioa
FEDERACION VASCA DE MONTAÑA
BASQUE MOUNTAINEERING FEDERATION



((112))
SOS DEIAK

EDOZEIN LARRIALDITARAKO DEITU!
ANTE CUALQUIER EMERGENCIA ¡LLAMA!



Montañas cercanas y lejanas



Gertuko eta urrutiko mendiak



5 EDITORIAL · EDITORIALA

6 INCLUSIÓN RADICAL

DE GORBEIA AL TOUBKAL
Christian Rodríguez · Ana Zamorano Ruiz

14 CASCADAS DE LA TOBERÍA, RASOS DE LEGAIRE Y LABERINTO DE ARNO

Kikomendi

20 MENDITXIKI

CASTILDETIERRA
Mikel Arrizabalaga

22 PEÑA ROCÍAS
KILÓMETRO VERTICAL
Iñigo Jáuregui

26 ALT MAESTRAT Y ELS PORTS

EL MUNDO ESCONDIDO
M^a Begoña Fernández Díaz · Paulo Etxeberria Ramírez

34 FOTOGRAFÍA

Iñigo Santxo · Joseba Calzada · Mikel Garikoitz Horna

36 HALGURD

EN LAS MONTAÑAS DE LOS KURDOS DE IRAK
Ricardo Hernani

40 EKUADOR

SUMENDIEN ERREINUA
Beñat Aizpurua

46 INDIAKO HIMALAIK

GURPILEKIN BIDAIARI
Eneko Redondo Ikazuriaga

Alpinismo eta Eskalada



Actualidad · Berriak



56

MARTIN URRUTIA
BELAUNALDI BERRIKO UZTA

59

XABIER ORMAZABAL MENDI-FESTA
loritz Gonzalez Lertxundi · Andoni Ormazabal Aristegi

60

MENDI FILM FESTIVAL
15 URTETAKO ESPEDIZIOA

64

NOTICIAS EMMOA ALBISTEAK

65

MENDI LASTERKETAK
Alberto Mella Garate

67

EMF BERRIAK · NOTICIAS FVM

72

MEKNF BERRIAK · NOTICIAS FNDME

73

PUBLICACIONES · ARGITALPENAK

74

AUDIOVISUALES · AUDIOBISUALAK

75

XAVIMOUNTAIN

**PUBLICACIÓN TRIMESTRAL DE
EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA**

Se publica desde 1926

JULIO-AGOSTO-SEPTIEMBRE
N.º **288** - 3ª de 2022

Edita: Euskal Mendizale Federazioa

Presidente: Zigor Egia

Director: Iván Ruiz

Equipo de Redacción: Paulo Etxeberria,
Begoña Fernández, Ioritz Gonzalez, Arantza
Lazurtegi, Xabi Mujika, Mainer Senper y
Fernando Tijero

Administración: Gotzone Rodríguez

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

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

Fotografía de portada: Ascensión al Toubkal con barra direccional · Argazkia: Ana Zamorano

Mapas, maqueta y preimpresión: SUA EDIZIOAK

Diseño: Amel Mendizabal [Sua Edizioak]

Imprime: Mccgraphics, S. Coop.

Embolsado: Publimark

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

PYRENAICA^k

Te oferta la
Eskaintzen dizu

Historia testimonial del Montañismo Vasco

45€
(tres tomos/hiru liburuki)

Tres tomos escritos por **ANTXON ITURRIZA**^k idatzitako hiru liburuki



TOMO I:
El descubrimiento de
la montaña (1848 - 1936)
Páginas 240 orrialde

TOMO II:
De los Pirineos
al Himalaya (1939 - 1980)
Páginas 284 orrialde

TOMO III:
Tiempos modernos .
El Alpinismo del siglo XXI
Páginas 240 orrialde

Ingresar el importe en la c/c 3035-0072-00-0720030006 de Laboral Kutxa
y enviar a contacto@pyrenaica.com;
Nombre, domicilio, teléfono y correo electrónico.

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

Más información / informazio gehiago
www.pyrenaica.com

LAS MONTAÑAS PUNTO DE ENCUENTRO

Siempre he conocido las montañas como un lazo de unión entre diferentes. No tenemos más que mirar un siglo atrás para recordar cómo los “padres” del montañismo vasco, Andrés Espinosa y Ángel Sopeña, aun militando en bandos opuestos durante la Guerra Civil, mantuvieron un respeto y amistad ejemplares entre sí. Esa pasión que compartían estaba por encima de todas las cosas y creó un vínculo entre ambos que nada ni nadie rompería jamás.

Respeto; esa es la palabra que representa el eslabón que a todos nos une en la montaña. Porque si cumplimos unas normas y somos empáticos con los demás, siempre encontraremos un lugar donde convivir en armonía; así nos lo han inculcado nuestros antecesores. Da igual que seamos senderistas, pastores, trail-runners, ciclistas, o lo que sea; solo necesitamos cumplir con estas premisas para poder compartir las montañas y evitar conflictos innecesarios.

No tenemos más que echar un vistazo a este número, para ver cómo, visitando culturas tan diferentes a la nuestra, ya sea en las montañas del Himalaya, Ecuador o Kurdistán, se puede disfrutar de una de las mejores experiencias de la vida. En la diversidad está la riqueza. Pero a veces, esas pequeñas diferencias entre unos y otros son de otra índole y hacen que, a esa gente que necesita “un poco más” para subir a las montañas, haya que darle el empujoncito que le ayude a volar y alcanzar esas cimas que a todos nos quitan el sueño en ocasiones.

Hoy en día la montaña es más inclusiva que nunca, y aunque todavía queda mucho camino por hacer, son cada vez más las asociaciones que, como Ibilki, ofrecen en ella actividades para personas con discapacidad, inmigrantes, personas sin hogar y todo aquél que lo necesite en general; porque todas las personas cabemos en la montaña. Seguro que, más pronto que tarde, veremos con asiduidad a estos grupos inclusivos recorriendo nuestras montañas, ya sea en Entzia, las Bardenas o en cualquier otra de las propuestas que os hacemos en la revista que tenéis entre manos.

Posiblemente, en este primer contacto con nuestro magacín habréis notado ciertos cambios que nos hemos visto obligados a realizar. Tal y como adelantaba en el anterior editorial, Pyrenaica tampoco ha podido resistir intacta el duro golpe asestado por la crisis de las materias primas y la subida de precios. Nuestro deber es pues, adaptarnos una vez más para garantizar la supervivencia de la revista y seguir siendo el lazo de unión de la comunidad montañera vasca.

DIRECTOR DE
PYRENAICAPYRENAICA
ALDIZKARIAREN
ZUZENDARIA

Iván Ruiz Rotaache

MENDIAK ELKARGUNE

Beti ezagutu ditut mendiak ezberdinen arteko lotura gisa. Mende bat atzera begiratzea besterik ez dugu gogoratzeko euskal mendizaletasunaren gurasoek, Andres Espinosak eta Angel Sopeñak, Gerra Zibilean aurkako bandoetan ibili arren, elkarren arteko errespetu eta adiskidetasun eredugarria izan zutela. Partekatzen zuten grina hura gauza guztien gainetik zegoen, eta bien arteko lotura bat sortu zuen, ezerk eta inork hautsiko ez zuena.

Errespetua; hori da guztiok mendian elkartzen gaituen katebegia irudikatzen duen hitza. Izan ere, arau batzuk betetzen baditugu eta besteekin enpatikoak bagara, beti aurkituko dugu elkarrekin harmonian bizitzeko leku bat; horrela irakatsi digute gure aurrekoek. Berdin dio mendi-ibiltariak, artzainak, trail-runnerak, txirindulariak edo dena delakoak garen; mendiak partekatzeko eta beharrezkoak ez diren gatazkak saihesteko premisa horiek betetzea besterik ez dugu egin behar.

Zenbaki honi begiratu bat ematea besterik ez dugu, Himalayako, Ekuadorreko edo Kurdistango mendietan guretik hain desberdinak diren kulturak bisitatuz bizitzeko esperientzia onenetako batez nola goza daitekeen ikusteko. Aniztasunean dago aberatasuna. Baina, batzuetan, batzuen eta besteen arteko desberdintasun txiki horiek beste mota batekoak izaten dira, eta, mendietara igotzeko pixka bat gehiago behar duten horiei, hegan egiten laguntzeko bultzadaxoa eman behar zaie, batzuetan loa kentzen dituzten gailur horietara iritsi ahal izan daitezen.

Gaur egun mendia inoiz baino inklusiboagoa da, eta oraindik egin beharreko bidea luzea den arren, gero eta gehiago dira Ibilki bezalako elkarteak, mendian desgaitasuna duten pertsonentzako, etorkinentzako, etxerik gabeko pertsonentzako eta behar duen ororentzako jarduerak eskaintzen dituztenak; izan ere, pertsona guztiok sartzen gara mendian. Ziur aski, berandu baino lehen, maiz ikusiko ditugu talde inklusibo horiek gure mendietan barrena, Entzian, Bardean edo eskuartean duzuen aldizkarian egiten dizuegun beste edozein proposamenetan.

Seguru, gure magazinarekin duzuen lehen kontaktu honetan, aldaketa batzuk sumatuko zenuzuten, egitera behartuak izan garenak. Aurreko editorialean aurreratu bezala, Pyrenaicak ere ezin izan dio bere horretan eutsi lehengaien krisiak eta prezioen igoerak eragindako kolpe gogorrari. Gure eginbeharra, beraz, beste behin egoerara egokitzea da, aldizkariak bizirik iraungo duela bermatzeko eta euskal mendizaleen arteko lotura izaten jarraitzeko.

INCLUSIÓN RADICAL DE GORBEIA AL TOUBKAL



TEXTO



Christian Rodríguez
(Guatemala, 1976; radicado en Bizkaia desde 2009)

Guía de Montaña y representante del Área de Inclusión de la Federación Vizcaína de Montaña.

FOTOS



Ana Zamorano Ruiz
(Sodupe, 1992)

Filmmaker, fotógrafa, storytelling. Apasionada del lado humano de la montaña y de los viajes en bicicleta.

Muchas personas aún se sorprenden cuando ven personas con discapacidad en el monte, como si fuera algo novedoso. Hace ya más de medio siglo que John Wilson, fundador de la organización Sightsavers, organizó un proyecto de montaña para personas ciegas de Kenia, Uganda y Tanzania, que culminó en la cima del monte Kilimanjaro (5895 m), en febrero de 1969.

Personalmente participé en actividades puntuales con personas con discapacidad en montañas de Guatemala desde los años 80, cuando un conocido mío se dispuso ascender las montañas más altas del país después de haber perdido una pierna al pisar una mina antipersona durante la guerra. Pero no fue hasta el año 2007 que, con el Comité de Pro-Ciegos de ese país, comenzamos a trabajar en un proyecto de inclusión impartiendo talleres a guías locales, con quienes he-



El equipo contemplando la paz de un atardecer en el desierto

mos hecho ascensos con personas con discapacidad física, intelectual y sensorial a muchas montañas, incluida la más alta, Volcán Tajumulco (4220 m). Proyecto que comencé a replicar en Euskadi en el año 2015 cuando fundamos la asociación IBILKI, trabajando temas transversales como: discapacidad, inmigración, cultura local, multiculturalidad, con personas sin hogar y en el empoderamiento de las mujeres migradas y exiliadas.

Gracias a estos proyectos conocimos a la documentalista Ana Zamorano Ruiz (Sodupe, 1992), incansable viajera que va por el mundo en bicicleta buscando historias con gran valor humano. De ella surgió la idea de grabar un corto au-

diovisual sobre nuestro trabajo, y cuando lo conoció en profundidad pensó en hacer algo más grande, un documental.

Muchas ideas se nos venían a la cabeza: montañas de Turquía, Armenia, Venezuela, Guatemala... para aprovechar el trabajo en red que realizamos con asociaciones en esos países. Pero nos frenó el hecho de que nuestras voluntarias, de Mujeres con Voz, no se podían costear viajes de ese tipo, y, aunque lográramos conseguir fondos, muchas de ellas son trabajadoras del hogar y no tienen vacaciones o no pueden elegir cuándo cogerlas. Además, varias se encuentran en situación irregular y no se les permite viajar. Al mismo tiempo, nos dimos cuenta de que nuestro objetivo no era la montaña en sí, era nuestro punto de encuentro para tener experiencias de inclusión total.

GORBEIA - OCTUBRE 2020

La primera salida que documentó Ana fue a Gorbeia con dos personas con discapacidad: Begoña Otxagavia (Ondarroa, 1967), una mujer con discapacidad visual que había redescubierto su pasión por la montaña en este mismo sitio, cuando lo ascendió con IBILKI durante un taller con la Federación Vizcaína de Montaña (BMF-FVM) en 2016; y Teresa Garnica (Guatemala, 1982), que utilizaría una silla de ruedas adaptada, de una sola rueda, conducida por dos personas.

Desde Pagomakurre, Begoña iba segura, aunque no podía ver el camino, lo conocía muy bien, para ella no tenía mayor complicación más que andar cuesta arriba hasta las campas de Arraba. Con Teresa la historia era diferente, la silla adaptada tenía una asistencia de motor eléctrico, pero ese día falló y tuvimos que tirar con nuestras propias fuerzas turnándonos junto con Ion Etxegarai (Euskadi, 1983) y Samuel Báez (Canarias, 1979). Tras alcanzar el paso de Arrabakoate (1073 m) continuamos hasta el refugio Ángel Sopeña de la BMF-FVM, donde pernoctamos y grabamos varias entrevistas.

La unión y complicidad entre Bego y Ridouane ha resultado crucial en cada ascenso





Nekane, Tessa y Jon disfrutando de una jornada de montaña inclusiva en Gorbeia

A la mañana siguiente se adivinaba una cumbre con demasiado viento y fuertes lluvias por la tarde, así que debíamos salir temprano. Pero tardamos demasiado por las entrevistas. Nos llevó varias horas llegar al paso Aldape (1109 m) y a los refugios de Egiriñao (1083 m).

La parte más compleja vendría a continuación. Para alcanzar el collado Aldamiñoste (1321 m) debíamos superar un repecho empedrado de gran inclinación, muy arriesgado con la silla adaptada. Teresa, que tenía cierta movilidad, podría andar poco a poco y luego volveríamos a intentarlo con la silla. Ella estaba física y mentalmente preparada, además de muy motivada, sería su última oportunidad de ascender esa mítica montaña vasca. Su visado le exigía volverse a Guatemala al día siguiente, de lo contrario quedaría en situación irregular complicándole sus estudios y trabajo.

Me preocupaba el tiempo, cada vez más oscuro y con vientos más recios. Me di cuenta de que no llegaríamos, así que reuní al grupo y les comuniqué que teníamos que darnos la vuelta. Begoña se lo tomó de manera tranquila, confiaba en nuestra decisión. Pero Teresa se sentía decepcionada. No quería darse cuenta hasta dónde había llegado, mucho

más lejos que la mayoría de personas. Finalmente lo entendió y comenzamos la retirada. Nos pilló el mal tiempo justo al llegar a Pagomakurre.

COSTA VASCA - MARZO 2021

No podíamos viajar muy lejos por las restricciones de la pandemia, así que fuimos a hacer senderismo de Barrika a Sopela, ascendiendo y descendiendo pequeños montes que configuran la impresionante costa vasca y el famoso flysch.

Al proyecto se sumaba un chico con discapacidad visual, Ridouane Chakouch (Marruecos, 1981), nacido en el desierto de Merzouga, radicado en Barakaldo y fundador de Agharas Asociación de Imazighen. Él iría al medio mientras que Begoña, que usualmente va en esa posición, iría como guía secundaria en la parte de atrás. Porque las personas con discapacidad también pueden guiar y acompañar a otras que tienen diferentes o menores habilidades. En otra barra, Jazmina, una chica ciega que conocía la barra direccional, pero jamás en este tipo de terrenos tan accidentados. Las tres personas pertenecen a la Asociación Retina Bizkaia Begisare.

Cuando la nieve llegó al País Vasco, no dudamos en probar el material de invierno



Comenzamos en Barrika dirigiéndonos a la playa de Muriola, adentrándonos en un pequeño bosque. Fuimos ascendiendo por terreno inclinado sorteando rocas y raíces, pasando en pocos minutos del nivel del mar a los 45 m de altura en Gaztelu. La vista de la bahía de Gorniz era espectacular, el color del agua parecía partir el mar en dos, gracias a las mareas. Begoña era capaz de verlo, caso contrario a Ridouane quien no podía definir los colores, pero era capaz de ver pequeños puntos negros que se movían en el agua, surfistas que Begoña era incapaz de ver. Jazmina se concentraba en cada paso, no sabiendo cómo enfrentar las características del terreno, por lo que Ruth de la Hera (Euskadi, 1984) le fue indicando cómo superarlos.

Siguiendo la senda bien marcada llegamos a Bustintza (82 m), en algunos tramos elevando las barras sobre nuestras cabezas para no pincharnos con la vegetación que cerraba el paso. Nos detuvimos en un merendero sobre la playa de Barrika con unas magníficas vistas del flysch. En ese lugar comimos tortilla de patata, frutas, pastas y no podía faltar el té negro con hierbabuena marroquí.

Continuamos subiendo la cuesta hasta el monte Kurtzio (141 m), bajamos hasta el acceso a la playa de Meñakoz y posteriormente ascendiendo por el borde de un impresionante

acantilado. Por último, nos desviamos desde la urbanización Sopelmar a Sopela, para coger el metro de vuelta a casa.

ERETZA - MARZO 2021

El grupo compuesto de 20 personas de diferentes nacionalidades, incluidas Gloria, una persona con sordera, y Diana, con discapacidad intelectual, ambas paraguayas, acompañaban las tres barras direccionales con Begoña, Ridouane y Sammir (Casablanca, Marruecos), un chico ciego que recién comenzaba su vida en Getxo y, al hablar poco castellano, gracias a Ridouane recibió las instrucciones en idioma árabe.

Elegimos subir por la cresta desde Sodupe (60 m), con mucha inclinación pasando por el bosque y luego por todo el borde de la cresta hasta la cumbre del Eretza (887 m). Para Sammir la vegetación era algo totalmente nuevo, también decía sentir la altitud, acostumbrado a vivir a cotas bajas. Podía sentirla a través de la presión atmosférica en sus oídos.

El terreno se superaba siguiendo senderos zigzagueantes dentro del bosque, pero tras alcanzar la cota de los 400 m, la ruta continuaba directa y con mucha inclinación hasta los 600 m, con un estrecho sendero bordeando una pronunciada caída a la derecha. Los últimos 100 metros iban por una zona despejada sin árboles. Con Sammir fuimos los primeros en llegar a los 887 m del Eretza, con el corazón que casi se nos salía del pecho porque nos pidió ir corriendo cuesta arriba. Con sus propias manos les dibujamos en el aire los contornos de las demás montañas y otras características de la zona. Exploraron el buzón y explicamos un poco de su uso e historia.

Para volver, decidimos ir por el barranco de Grazal, pasando por el refugio Saratxo (585 m) y posteriormente por el collado de Arbori (440 m), hasta una cómoda pista que nos llevó al punto de partida.

LARRANO - PRINCIPIOS DE MAYO 2021

Este recorrido, ida y vuelta, de 10 km y unos 470 metros de desnivel no tenía mayor complicación, a pesar de la ceguera de algunos. Sin embargo, había un detalle que le daba cierta dificultad y era el hecho de que Ridouane se encontraba celebrando Ramadán, por lo que no podía comer ni beber durante todo el día. Por solidaridad me uní en el ayuno, como lo había hecho años atrás en una travesía de tres días en los montes del Duranguesado con personas que vivían en condición de calle y que dormían en un refugio en Deusto.

Iniciamos el recorrido en el santuario de Urkiola (730 m) a paso lento, porque el ayuno nos lo exigía. Los primeros en llegar a la cumbre fueron la "cordada vasca": Bego, Asier Mentxaka (1982) y Ion Etxegarai. Detrás íbamos «los de fuera», incluida Txompi, que, aunque es nacida en Palencia, ha vivido en Sudamérica y se adapta bien a los ambientes multiculturales. Nuestra primera parada fue la cima del monte Urkiolamendi (1008 m). Descendimos cerca de Pol Pol (870

Ridouane siendo guiado por Asier (izq) y Jamal (derecha) al comienzo del descenso del Toubkal





Isa y Christian describiendo el paisaje pirenaico a Ridouane (centro)

m), y de nuevo cuesta arriba por un sendero angosto y lleno de piedras que meses antes habíamos recorrido con Teresa en la silla adaptada. Llegamos a la parte alta del collado (957 m). Con el tacto Ridouane exploraba las rocas con algunos símbolos vascos tallados recientemente en ellas.

GORBEIA - FINALES DE MAYO 2021

Nuevamente desde Pagomakurre con Begoña, Ridouane y Sammir, ni siquiera nos detuvimos en el refugio, seguimos directo y no hicimos la primera parada hasta el collado de Aldamiñoste (1321 m) entre Aldamin y Gorbeia. Begoña y Ridouane iban ganando en habilidad y equilibrio para enfrentar terrenos de ese tipo, y Sammir, que andaba como una cabra, siempre pidiendo ir más rápido.

Cuando tocamos la cruz en la cumbre de Gorbeia (1482 m), Begoña recordó su primera vez en esa cima junto con otra persona ciega, nuestra buena amiga Mayte Minaya (Marruecos, 1961). Entonces abrazó la Virgen de Begoña y soltó lágrimas de alegría y agradecimiento. Mientras tanto Sammir acariciaba la cruz para adivinar su forma y nos pilló por sorpresa cuando comenzó a escalarla. Desde media altura nos pidió que le hiciéramos fotos y bajó con la misma seguridad con la que había subido.

La bajada nuevamente nos traía problemas, sobre todo en las partes rocosas. A paso lento, pero seguro, fuimos resolviendo

hasta los refugios de Egiriñao. Allí Bego compartió una deliciosa tortilla de patata, mientras Ridouane sacaba un hornillo para hacer té marroquí, icon tetera moruna y vasos de cristal!

MESA DE LOS TRES REYES - JUNIO 2021

Teníamos que superar un recorrido bastante largo con un desnivel considerable, pero nos preocupaba más el descenso por la zona kárstica, porque a las personas con discapacidad visual se les hace muy difícil, al no tener referencia de profundidad para dar los pasos.

Comenzamos en el refugio de Linza, 5:00 am, considerando que, a modo normal, la ruta ida y vuelta puede llevar entre 6 y 7 horas. En nuestro caso calculábamos 10. Nos preocupaba que Bego recién acababa de recibir la segunda dosis de la vacuna Covid y decía sentir dolor de cabeza y mareos.

Armamos las barras de acuerdo a la altura de las personas, resultando dos equipos: uno vasco, con Bego, Ion y Txompi; y otro de inmigrantes, con Ridouane, Isabel Hernández (Guatemala, 1988) y yo -Christian. Ana iba a modo satélite haciendo fotos y planos de vídeo.

La temperatura rondaba los 0° C. Nos pusimos los frontales, aunque para Bego y Ridu su luz no es suficiente como para que logren ver algo. En la barra de Ridu subíamos a buen paso, él estaba muy motivado al saber que estaba su-



Por el desierto elegimos caminar sobre la arena en vez de en camello durante un buen rato

biendo al techo de Navarra y de Euskal Herria. Pero la historia era diferente con el otro equipo. Bego tenía problemas de mareos, dolor de cabeza y sentía su cuerpo muy pesado.

Amaneció cuando estábamos llegando a una altitud de unos 1700 m. El sol calentaba al alcanzar el collado de Linza (1900 m) y la hoya de la Solana. Atravesamos pequeños neveros y algunas trepadas sencillas, buscando terrenos que dieran juego a mejores tomas para el vídeo, que nos llevaron hasta el collado de Escoueste (2121 m) para luego enlazar en dirección norte con la ruta normal. Comenzamos a trepar por la roca entre el laberinto que se había formado entre las rocas y el hielo. Alcanzamos la cima (2488 m) alrededor de las 13 horas, mucho más tarde de lo que habíamos planificado.

Volvimos por la senda de la vía normal, bajo la pared de Budogia, siguiendo por la hoya del Portillo de Larra, hasta que un enorme hito nos marca el desvío al SSO para atravesar la meseta kárstica. Alcanzamos el refugio de Linza a las 5:00 pm, casi 12 horas después de haber partido.

TOUBKAL - OCTUBRE 2021

Arribamos en Marrakech un grupo muy diverso de Euskadi, Marruecos, Guatemala y un chico rumano-euskaldun, Raúl Mihai (Rumanía, 1997) quien haría de segundo cámara. También se nos unía a la expedición Yahya Boulmane, un chico ciego de la etnia amazigh que jamás había

ascendido ninguna montaña. En el aeropuerto nos esperaba Jamal, guía líder junto con Abdalá, guía y cocinero de expediciones de Hafida Hdoubane, primera mujer guía de montaña de Marruecos.

Llegamos a Imlil (1700 m) por la tarde, hicimos algunas compras de último momento en un pequeño bazar con artículos de montaña de segunda mano, botas y ropa de abrigo para Yahya. Nos fuimos a nuestro campamento base en el poblado de Aroumd (1900 m), ascendiendo por estrechas callejuelas de tierra mientras escuchábamos la *adhan*, la lla-

La primera montaña de Yahya fue el Toubkal que, sin duda, ha marcado un antes y un después en su vida



mada a la oración, en la que la voz del almuédano resonaba en los pliegues de las montañas.

Pasé la noche dándole vueltas a la manera de organizar las barras, porque guías íbamos los justos. Tenía varias variantes: tres barras, tres personas con discapacidad visual, cuatro guías de IBILKI y dos guías locales. Me preocupaba el idioma, ya que en el grupo se entremezclaban conversaciones en castellano, inglés, francés, euskara, maya k'iche, árabe y amazigh.

A la mañana siguiente ya lo tenía claro: Barra A) Bego, Asier y Txompi; B) Ridouane, Isabel y Abdala; y, C) Yayha, Jamal y yo. Necesitaba la presencia de Jamal en mi barra porque se maneja en fluido inglés y francés, y podía traducir al árabe a Yahya.

Antes de iniciar la marcha, impartimos un taller exprés de barra direccional a los guías locales. Guiaron y luego fueron guiados, les cubrimos los ojos para que sintieran las sensaciones de estar en la posición media de la barra sin poder ver. Para que quedaran claras las instrucciones, el taller lo di en castellano, el cual fue traducido al árabe por Ridouane y luego al francés por Jamal.

Iniciamos la marcha a las 11 de la mañana en dirección sur. Tardamos más de tres horas para alcanzar la población de Sidi Chamharouch (2300 m) con varios puestos de comida y recuerdos. Al fondo, una gran roca pintada de blanco que era una mezquita a la que está prohibido el acceso a perso-

nas no musulmanas. A los 2350 m nos detuvimos a comer y refugiarnos del sol.

Continuamos nuestro recorrido en dirección suroeste. Las cuestas eran potentes y al final de ellas, convenientemente ubicados, nos encontrábamos con puestos de refrescos. Fuimos ganando altitud junto a un impresionante barranco. Llegamos al refugio del Club Alpino Francés (3207 m), a las 19 horas. Más de 8 horas de marcha, nada mal para un grupo de personas ciegas. Nos fuimos a descansar temprano, la jornada del día siguiente sería larga y agotadora, intentaríamos hacer cumbre y regresar a Imlil en el mismo día.

Partimos a las 4:00 am. Algunos problemas se daban en las diferentes barras: mal de altura, cansancio, malestar por las bajas temperaturas. Nos cruzamos con algunas personas que se habían dado la vuelta sin la cumbre. Eso nos alentaba a continuar, porque, a pesar de las dificultades, el grupo seguía con fuerza y animado. Aunque en algunos momentos nos desesperaba el saber que el collado del Toubkal (4000 m), que lo veíamos cerca, parecía alejarse con cada paso. Desde el collado enfilamos los pies hacia el noroeste, con la cumbre a 1 km y poco más de 150 m de desnivel. ¡La cumbre a 4167 m!

Teníamos un largo descenso por delante. Habíamos superado 960 m de desnivel positivo, tocaba bajar más de 2200 m. Algunos llegamos al campamento base pasadas las 9:00 pm tras más de 15 horas de actividad. Momento de descansar pues, al día siguiente, nos íbamos a caminar al desierto.

De izda. a dcha.: Christian, Ridouane, Yayha, Asier, Begoña y Txompi, después de degustar un zumo de naranja a medio camino en el Toubkal



CIRCULAR POR LAS CASCADAS DE LA TOBERÍA, LOS RASOS DE LEGAIRE Y EL LABERINTO DE ARNO DESDE ANDOIN

El monte Baio (1197 m), al igual que la cruz de Mirutegi (1167 m) y Surbe (1157 m), están enclavados en la sierra de Entzia, ubicada en el extremo nororiental del Territorio Histórico de Araba además de ser la continuación occidental de la sierra de Urbasa que se adentra en Nafarroa en la cima de Legunbe, muga entre los territorios de Araba y Nafarroa. En este recorrido coronaremos estas tres cimas, pero además podremos visitar tres puntos de gran interés paisajístico y natural: las exuberantes cascadas de la Tobería, los rasos de Legaire, y el laberinto de Arno.

Cascadas de la Tobería

TEXTO Y FOTOS



Kikomendi

Natural de Gasteiz, comenzó en el mundo mendizale por la inquietud de conocer y recorrer los viejos caminos que unían los valles y montes de Araba. Con el tiempo el radio de influencia se ha ido ampliando, pero aún se mantiene, como el primer día, la ilusión de la salida mañanera al lado de casa. Socio del Club de Montaña Gasteiz. Blog: <https://kikomendi.blogspot.com/>



De las tres cimas que vamos a visitar es Baio, con sus 1197 metros de altitud, la de mayor altitud de la sierra, además de puntuar en el Concurso de los Cien Montes del Catálogo de Montes de Euskal Herria, pero son las cotas secundarias de Mirutegi y Surbe las que ofrecen una mejor panorámica sobre la Llanada y su vecina sierra de Alzania. Los cortados rocosos cercanos a la Cruz de Mirutegi y el atractivo de su ascenso, en especial cuando se efectúa por el portillo de Ataun, hacen de este monte un clásico mendizale de Araba.

A los pies de la peña de Belleku brota con fuerza una corriente de agua que se desliza envuelta en musgos y tierra, conformando un lienzo natural conocido como "Las Cascadas de la Tobería / Toberiakor-jauziak". Las formaciones geológicas



Buitres cerca de la cima de Baio

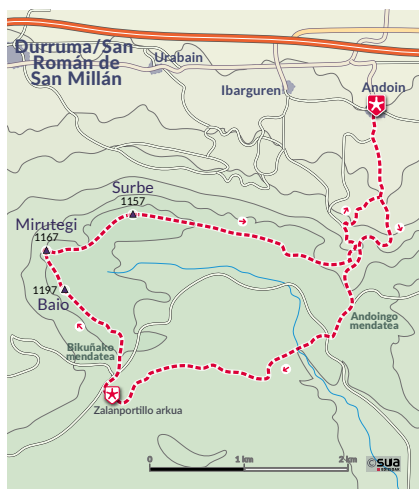


que encontramos en el río se denominan "toba", una roca porosa formada por la precipitación del carbonato cálcico sobre el musgo. De ahí procede el nombre de "La Tobería". La porosidad es el espacio que queda una vez que la planta ha muerto.

El recorrido entre Andoin y las cascadas está jalonado con marcas de pintura o hitos. El tramo entre el nacedero y el enlace con el camino normal de ascenso al puerto de Andoin también está señalizado con hitos, pero hay algunos tramos confusos, así que hay que prestar atención.

Tras las cascadas alcanzaremos los rasos de Legaire. En ellos se ubica el Parque Megalítico de Legaire, donde se han catalogado numerosas construcciones megalíticas.

Dejaremos los rasos y nos encaminaremos hacia el laberinto de Arno, un lugar de especial encanto donde destaca el arco natural de Zalanportillo. Se trata de una zona con formaciones rocosas de singular belleza y centenarias hayas que se retuercen entre las rocas creando curiosas formas. Caminaremos por el hayedo que tapiza este bello laberinto para acercarnos a la cima de Baio.



ITINERARIO

ACCESO: Desde Gasteiz nos dirigimos por la autovía A-1, con dirección a Irún, hasta dar con la Salida 389 Egin - Andoin, a donde nos dirigimos. Aparcamos en la amplia plaza del pueblo, frente a la Sociedad Legaire, si hay sitio y no molestamos. Desde Gasteiz habremos recorrido unos 36 kilómetros.

📍 0 h 00 min - 0,00 km - **ANDOIN (INICIO)**

En la amplia plaza del pueblo tomamos la calle que desciende en dirección al monte. Una vez que hemos salido del pueblo, tras

SIERRA DE ENTZIA

pasar una última casa que dejamos a nuestra izquierda, cruzamos un pequeño arroyo. Poco después llegamos a una langa y tras esta aparece una bifurcación (0 h 08 min - 0,35 km). Continuamos por la pista de la izquierda y, apenas 70 m después, en otra bifurcación del camino, ignoramos la pista que sale a nuestra izquierda. Continuamos nuestro camino, que discurre paralelo al barranco de Tobería, unos 700 m más desde la langa, hasta llegar a otra bifurcación.

📍 0 h 15 min - 1,02 km - CRUCE IZQUIERDA

El camino se vuelve bifurcar. El que continúa a la derecha es el que vamos a utilizar para la vuelta. Seguimos el de la izquierda y pronto cruzamos un arroyo afluente del Tobería. Ahora, por senda, nos acercamos al barranco, que en apenas 5 minutos hemos de cruzar, dejándolo a nuestra derecha. Ascendemos por bellos parajes que en época de lluvias dejan caer las aguas que brotan de las peñas superiores para formar el arroyo Tobería que, algo más abajo, en Egino, vierte sus aguas al río Burunda. Sin apenas darnos cuenta llegamos a las primeras cascadas. Se continúa por la marcada senda hasta que finaliza en el nacedero.

Txabolos de Legaire



Calzada de Andoin / Senda de las Cascadas de la Tobería

El ascenso por las cascadas, hasta el nacedero, tiene fuerte pendiente. Tras el nacedero o, mejor dicho, sobre este, en una zona rocosa, hemos de estar atentos a seguir bien el sendero que queda a nuestra derecha, no muy claro al prin-

cipio pero que unos metros después se hace más visible. También hay hitos. Así que, si no nos salimos de la senda, y con la ayuda de los hitos, llegaremos sin problemas a la calzada de Andoin. Una vez en ella, la seguimos a nuestra izquierda para llegar al puerto de Andoin, puerta noreste de los rasos de Legaire.

📍 1 h 15 min - 2,98 km - ANDOINGO MENDATEA

Seguimos la pista hasta el aparcamiento de Legaire o, más cómodamente, por el acolchado manto verde de sus campos, para continuar por estas, rumbo suroeste y siguiendo unas rodadas de vehículo, hasta las cercanas chabolas de Legaire. Las dejamos atrás y mantenemos el rumbo unos 325 metros más hasta dar con una alambrada. La seguimos, a nuestra izquierda, hasta que unos 125 metros más adelante da un giro a la derecha, y nosotros con ella. El camino está balizado con pequeños círculos de color rojo. La pista, que discurre paralela a la alambrada, se dirige al puerto de Bikuña. Nosotros vamos a seguir esta traza, que se bifurca unos 1100 metros más adelante (1 h 45 min - 5,45 km). El camino que continúa paralelo a la alambrada enlaza con el puerto de Bikuña, pero en nuestro caso, como queremos pasar primero por





Arco de Zalanportillo - Laberinto de Arno

Zalanportilloko arkua, vamos a proseguir por el camino de la izquierda que nos lleva al laberinto de Arno en apenas 15 minutos.

📍 2 h 00 min - 6,33 km

ZALANPORTILLOKO ARKUA

Acompañamos la línea de bloques rocosos que nos interna en este bello laberinto hasta su corazón, donde nos mostrará el singular arco de Zalanportillo. Hay trazas de senda que nos ayudan a seguir la ruta. Tras disfrutar de la belleza natural de este lugar, protegido por el bello hayedo, seguimos nuestro camino en busca del puerto de Bikuña, llegando en apenas un par de minutos a un cruce balizado con indicaciones del GR-282 (Senda del Pastoreo) y del GR-120 (Camino Ignaciano/Inaziotar Bidea) y una langa de madera que hemos de atravesar. Seguimos la ancha pista, que en época de lluvias puede estar embarrada, y en apenas unos minutos llegamos a una bifurcación muy cerca

del puerto. La pista que desciende a nuestra izquierda es el camino a Durruma/San Román. Nosotros continuamos de frente para salir al puerto de Bikuña, ya en zona despejada donde podremos disfrutar de la vista del cordal oeste de Baio.

Acompañamos la línea de bloques rocosos que nos interna en el bello laberinto de Arno hasta su corazón, donde nos mostrará el singular arco de Zalanportillo

📍 2 h 10 min - 6,78 km - BIKUÑAKO MENDATEA

Iniciamos el ascenso a Baio siguiendo la alambrada. Unos minutos más tarde volveremos a cruzar nuevamente la alambrada, y un poco más adelante otra vez. Ya solo queda seguir el sendero que nos acercará hasta la cima. Si hace bueno y no hay

viento lo mejor es dejar la senda balizada con las marcas del GR-282 que transita por el bello hayedo y salir a los cortados para disfrutar de la vista sobre los montes de Iturrieta y la Llanada. También, si hay suerte, observaremos algún que otro buitre en los roquedos del cortado. Seguimos hasta alcanzar la cima.

📍 2 h 35 min - 8,10 km - BAI0 (1197 m)

En la cima hay un vértice geodésico. También encontramos un curioso buzón montañero con forma de caseta sobre una torreta, instalado por el Club Alpino Manu Yanke de Agurain en 1985. Las vistas, amplias, se extienden por todos los puntos cardinales y tienen siempre como referencia la Llanada. Apreciaremos el cordal Altzania-Aizkorri-Urkilla. Aratz, Umandia, Arbarain, la sierra de Aralar con Larrunari/Txindoki en primer término, se extienden de norte a noreste. Por el este, Legunbe, Maiza, Beriain y las cercanas campas



Paisaje de Baio

de Legaire ofrecen toda su grandeza. De este a sur divisamos, en el borde sur de Entzia-Urbasa Murube, y frente a esta pero ya en la sierra de Lokiz el Arnaba. En los limpios días de invierno una antena nos indica que está cerca la cima de Ilarratza y, más al fondo, en la sierra de Kodes, las inconfundibles siluetas de Costalera, Joar, así como la del “León Dormido” o Castillo de Lapoblación, entre las sierras de Kodes y Toloño. De sur a oeste y más cercano tenemos Arrigorrista y la sierra de Toloño en el horizonte, así como los Montes de Victoria. De oeste a norte se extiende La Llanada y son visibles los embalses, así como Gorbeia, Anboto y la sierra de Elgea.

Dejamos la cima de Baio para acceder a la cercana Cruz de Mirutegi, excepcional balconada sobre la Llanada, procurando recorrer los últimos metros cerca de los

cortados para poder contemplar la verticalidad de las paredes que sustentan el espolón donde se ubica la Cruz de Mirutegi (1167 m), una cota de segundo orden que, aunque de menor altitud que su vecino Baio (1197 m), nos ofrece una mejor panorámica. En la cima de Mirutegi, junto a la cruz, hay un pequeño buzón de acero inoxidable instalado por M.I.K.A. sin fecha de colocación y reparado por la AMF/FAM el 4 de julio de 2016.

Dejamos la cruz para continuar, en cómodo caminar, hacia la siguiente y última cima del recorrido. Para ello vamos a retomar el trazado del GR-282 que pasa muy cerca del portillo de Atau. Sin llegar a él trazamos una línea imaginaria hacia la parte más elevada de la loma herbosa que se inicia tras el portillo. En la parte más baja hemos de cruzar el pequeño arroyo que aquí nace. Si la visibilidad es buena,

podemos dejar de seguir el balizado GR-282 y como se ha comentado antes trazar una línea imaginaria hacia la cima de Surbe. En ambos casos alcanzamos esta cima en apenas 20 minutos. En la cima de Surbe, de 1157 m de altitud, hay un mojón (Udal Muga) y un bonito buzón montañoso, que se eleva casi un metro del suelo, instalado por el Grupo de Montaña Uztar-gi el 19 de junio de 1994. La cima, también abierta hacia la Llanada, ofrece una amplia panorámica.

Recorremos los últimos metros cerca de los cortados, para apreciar la verticalidad de las paredes que sustentan el espolón de la Cruz de Mirutegi

De Surbe continuamos cerca de los cortados por el trazado del GR-282 que se dirige al puerto de Andoin, a donde vamos a llegar. Antes, a unos 1500 metros de Surbe localizaremos, a nuestra izquierda, los restos de un monumento megalítico prehistórico. Aquí abandonamos el GR-282 y bajamos los escasos metros que nos separan de esta Cista y Menhir de Arrizazen, que se ubica en un pequeño collado herboso. La cista, tapada desde hace siglos, vio la luz tras las excavaciones realizadas en 2018. El túmulo que protege la cista tiene un diámetro de 5 metros y su altura máxima es de 20 centímetros. En el Parque Megalítico de Legaire se han catalogado numerosas construcciones megalíticas: 14 menhires, 70 túmulos, 3 dólmenes y un círculo de piedras. Tras contemplar los restos de esta construcción funeraria de nuestros ancestros nos encaminamos hacia la cercana alambrada que acota una

zona boscosa. Seguimos la alambrada, dejándola a nuestra izquierda, hasta localizar un paso habilitado muy cerca de una alta palomera.

📍 3 h 25 min - 11,53 km - PASO ALAMBRADA/
PALOMERA

Unos metros antes de llegar a una torre palomera localizamos una escala de madera que nos permite cruzar la alambrada. Tras ella el camino cambia de sentido y retrocede junto a la alambrada unos 30 metros antes de dar un giro a la derecha para iniciar el descenso que nos llevará al encuentro con la calzada de Andoin. Es un camino poco transitado así que algunos tramos están algo sucios, pero se transita sin dificultad. Recorridos unos 700 metros salimos a una alambrada, al otro lado está la calzada. Ya en ella, iniciamos un pronunciado descenso por este antiguo camino transitado por los pobladores de Andoin

para subir el ganado a pastar en los rasos, así como para extraer la madera del bosque. Un minuto antes de llegar a una bifurcación localizamos, a nuestra izquierda, una fuente-abrevadero. Un poste nos indica la dirección a seguir y la distancia restante (Andoin 1,5 km).

📍 4 h 20 min - 14,62 km - ANDOIN (final)

Descendemos por la ancha pista que, unos 600 metros más abajo, se reencuentra con el itinerario de subida. Solo resta desandar los últimos 1000 metros para regresar a la plaza de Andoin, donde dejamos el vehículo, y así daremos por terminada esta circular por los bellos parajes que rodean los rasos de Legaire.



MÁS INFORMACIÓN ➔

Cista y menhir de Arrizazen



MENDITXIKI-NAFARROA

CASTILDE TIERRA

Erribera kontrastez betetako lurraldea da. Batetik, Ebro ondoko lur emankorren barazki ederren lur sail handiak ikus daitezke eta bestetik, Nafarroa eta Aragoi artean zabaltzen den Bardeako basamortuan haizeak higatutako bide, zulo, aldapa eta mendi muinoek osatzen duten paisaia harrigarria bezain liluragarria. Estepa itxura duen Bardeako paisaia eder hau bitan banatu ohi da: Zuria eta Beltza. Bardea Zuria lautada idorra da, pitzatua, gatz eta buztin argiak, haizeak eta uraren hiduraren ondorioz erliebe bitxia duena, kasik landaretzarik gabe. Bardea Beltzean, berriz, lurra ilunagoa da eta pinu mediterraniar baso ugari ikus daitezke. Landaretza ere ugariagoa da. Bardeak, Euskal Herriko basamortua dela esan ohi da.

Mendizale txikiak erraldoiarekin hizketan

TESTU ETA ARGAZKIAK



Mikel Arrizabalaga
(Donostia-Eibar, 1957)

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



Higaduraren eraginez tximinia itxura duen mendixkaren ondoan dagoen aparkalekuan emango diogu hasiera ibilaldiari. Barranco de las Cortinas aldera jarraitu eta, eskuinerantz joko dugu hormen artean zabal-tzen den bidetik. Pista zeharkatu eta berriro murgilduko gara sakanean, eskuin aldetik aurrera eginez. Zelai berdera ateratzean, Cabezo de las Cortinillas gertuago ikusiko dugu. Errege Bardeako paisaia tipikoa irudikatzen duen gainalde eder honetara gerturatzean, eremu militarren mugak adierazten duen kartela ikusiko dugu. Oso garrantzitsua eremu horretan ez sartzea eta mendigunetik gertu aurrera egitea.

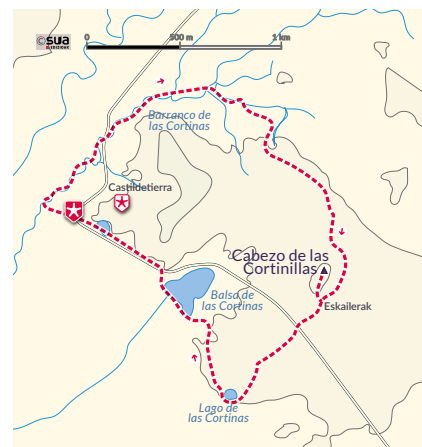


Barranco de las Cortinas zeharkatuz


Aitzina jarraituko dugu bide estu eta lasai batetik eta, minutu batzuk igaro eta gero, gure eskuinera eskailera batzuk ikusiko ditugu. Horietatik gora eginez gero, Cabezo de las Cortinillasera helduko gara. Ez gara damutuko, goitik Errege Bardeako Parke Naturalaren bista ederrak daude eta. Igotako lekutik atzera egin eta berehala, aparkaleku batera iritsiko gara. Jarraian, bidea gurutzatu eta, bidezidorraren ondoan dagoen Tripako etxolara iritsiko gara.

Xendan zehar aurrera egingo dugu Cortinillasen ondoraino, erliebe polit baten azpian dagoen laku txikia. Hau inguratuz, zuzen jarraituko dugu Balsa de las Cortinasen ondora ailegatzeko. Ikusgaitz den xendatik, ihien artean ezkutaturik dagoen urmaela agertuko zaigu, aurrekoa baino handiagoa. Bere ondotik ibiltzen segituko dugu ibilgailuentzat egokitutako pista zabalera atera arte. Castildetierra gertu ikusi

eta harantz zuzenduko ditugu gure urratsak. Bertara heltzean, segelariaren monumentua ikusiko dugu.



LUZERA: 5,8 km
DESNIBELA: 78 m



TESTU ETA ARGAZKIAK



Iñigo Jáuregui

Docente de profesión y antropólogo de vocación, el mayor legado que heredó de su padre fue la pasión por las montañas. Una pasión que le acompaña desde hace cinco décadas y que sigue tan viva como el primer día

PEÑA ROCÍAS: KILÓMETRO VERTICAL

Peña Rocías es una montaña modesta y cercana. No destaca ni por su altura, ni por sus dimensiones, ni por su dificultad. Sin embargo, la carencia de estas u otras cualidades semejantes no le restan un ápice de interés. Un interés que reside, sobre todo, en sus fortísimas pendientes y en los cerca de mil metros que separan su cima de la aldea a la que debe su nombre y que apenas sobrepasa los 400 m. Además, aunque su cara norte, la vertiente por la que discurre el itinerario que describiremos a continuación, no alcanza la escala y está desprovista de los obstáculos de su homóloga del Castro Valnera, parece tan inexpugnable y amenazadora como ella. Su ascensión constituye, por tanto, todo un desafío para los buscadores de nuevos retos y los amantes de las rutas poco o nada frecuentadas.



Cara Norte de Peña Rocías

APROXIMACIÓN

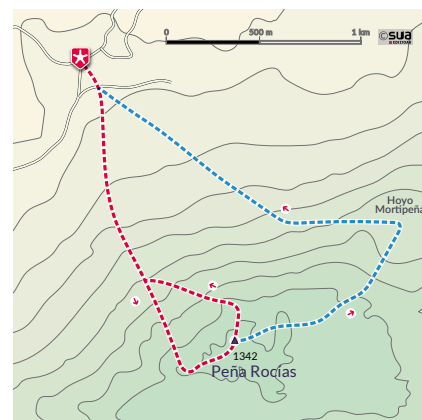
El barrio de Rocías, el lugar desde el que parte esta ruta, es una aldea perteneciente al ayuntamiento cántabro de Arredondo que se localiza en la margen derecha del río Asón, a escasos kilómetros de la capital del municipio. Para llegar hasta él es preciso tomar la Autovía del Cantábrico hasta Colindres y, una vez aquí, continuar por la N-629 y la carretera autonómica 261 hasta Ramales y Arredondo. Pero ojo, antes de cruzar el puente sobre el Asón para acceder a esta última localidad hay que tomar una desviación a la izquierda y ascender un par de kilómetros por una pista estrecha y asfaltada que cuenta con media docena de curvas muy cerradas. Una vez

finalizado este tramo, hay que seguir de frente en dirección a un término llamado Hoyos Negros y hacerlo hasta que la prudencia o el estado del firme nos obligue a detenemos y orillar el vehículo.

Es importante evitar el núcleo principal de la aldea porque en sus proximidades se inicia la vía normal, la que asciende por la Canal de Cantispuela y aparece descrita en todas o casi todas las reseñas que se ocupan de esta montaña. Nuestro verdadero destino no es la vertiente noroeste sino la norte, la que se encuentra al otro lado de la arista y comienza o finaliza en el Valle de Ruesga.

RUTA DE ASCENSO

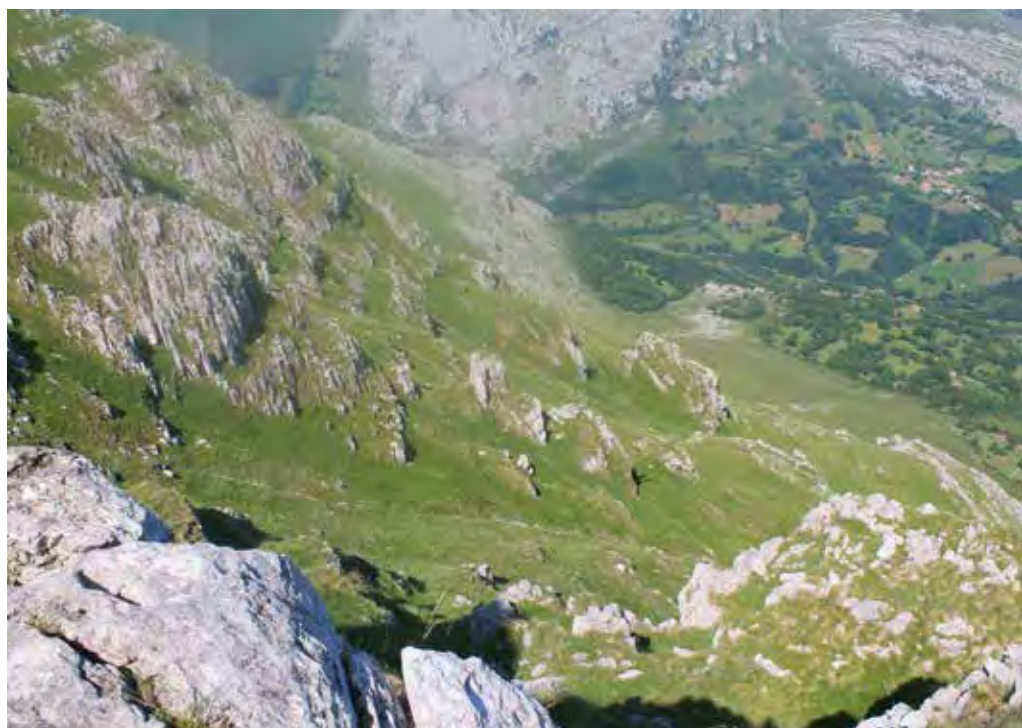
Tras estacionar el coche junto a un pajar procurando no interrumpir el paso (0 h), pasamos revista a toda la cara norte de Peña Rocías con el fin de encontrar un camino que nos lleve hasta su cima. A fuerza de mirar una y otra vez, observamos la existencia de tres zanjas o surcos paralelos que recorren su vertiginosa pendiente y parecen haber sido excavados por las aguas procedentes de la lluvia o el deshielo. Desde donde nos encontramos, resulta muy difícil decidirse por uno de los tres pero, al final, optamos por seguir la línea más directa, la



que, además de recorrer de arriba a abajo toda la ladera, aparenta estar libre de obstáculos. Esta línea, la más occidental de las tres, se localiza en el extremo derecho, a escasa distancia de la ruta normal, y es conocida con el nombre de Canal del Tijo.

Comenzamos a ganar terreno atravesando un par de alambradas y un pequeño lapiaz atravesado por multitud de senderos conocido localmente con el nombre de El Peñascal. Al llegar al pie del acantilado (0 h 20 min), descubrimos la magnitud y la inclinación de la ladera que estamos a punto de remontar, pero... es tarde para el arrepentimiento. Paso a paso, ascendemos por un cono de deyección hasta la

Vista general del descenso





Peña Lavalle y Porracolina

base de un zócalo o contrafuerte rocoso y la trinchera que el agua ha ido abriendo a sus pies (0 h 35 min). Superados uno y otra (0 h 50 min), alcanzamos el inicio de una interminable pendiente tapizada de hierba que, como más tarde descubriremos, va a acompañarnos casi hasta la cumbre.

Los primeros compases de esta segunda parte son relativamente sencillos. Avanzamos lentamente y lo hacemos ayudados por un bastón que lo mismo nos sirve para sondear la altura de la hierba que para evitar una caída de fatales consecuencias, guardar el equilibrio o afianzar los pies. La pendiente sigue incrementándose hasta alcanzar porcentajes del 65 o 70%. Nos introducimos en una especie de cuello de botella (1 h 10 min) que va estrechándose progresivamente hasta encajonarse y convertirse en un pasillo (1 h 35 min) de poco más de dos metros de anchura que se asemeja a alguna de las secciones de la Canal del Agua. Este tramo de unos 150 metros de longitud constituye la clave de todo el recorrido y no admite errores ni vacilaciones. Su única dificultad adopta

la forma de bloque empotrado, un bloque que puede sortearse fácilmente mediante un corto desvío hacia la izquierda y un par de metros de fácil trepada.

Su única dificultad adopta la forma de bloque empotrado

Tras coronar la parte más delicada de la Canal del Tijo (1 h 50 min), las dificultades y el riesgo disminuyen. Nos encontramos en la base de los farallones rocosos que rematan la muralla. Alrededor y por encima del punto en el que nos encontramos, observamos una serie de balcones, espolones o terrazas herbosas muy parecidas a las que hemos ido dejando atrás. Las gramíneas no están solas, junto a ellas crecen cientos y cientos de asfódelos recién florecidos y de una blancura casi sobrenatural que contrasta con el verde intenso de las gramíneas. Falta encarar el último tramo, el que lleva hasta el cordal y la cumbre. Completamos la primera operación en veinte minutos (2 h 10 min) que

es el tiempo que empleamos en remontar las últimas rampas, las que conducen al collado que marca la divisoria existente entre la vertiente norte y el Hoyo Cantispuela. Una vez aquí, el instinto nos empuja a girar hacia el este y avanzar por el filo del acantilado hasta una antecima y una cruz conmemorativa dedicada a un tal José. La cumbre principal se encuentra unas decenas de metros más allá, al final de una pequeña plataforma sobre la que se levantan un montículo de piedras y un buzón (2 h 30 min).

Si hacemos caso a los datos facilitados por el I.G.N., nos hallamos a 1342 metros de altitud. Eso significa que el desnivel que acabamos de superar se aproxima o ronda los 900 metros. El cielo está despejado, brilla el sol y las vistas son magníficas. Hacia el norte divisamos el Cantábrico, la Bahía de Santander, Santoña, El Buciero; al oeste, los picos que forman parte del P. N. Collados del Asón: Castro Valnera, Porracolina, Peña Lavalle, Peña Lusa y Picón del Fraile y al sur, la Sierra de Hornijo, Soba y el Portillo de la Sía.



rar a la izquierda, superar la cresta que se desprende del Picón de Mortipeña, perder altura y negociar un paso que nos permita atravesar y dejar atrás el zócalo rocoso que recorre la base de esta vertiente.

La tercera, y la que elegimos en esta ocasión, es simple y rápida, aunque entraña algún que otro peligro porque implica volver a la cara norte y destrepar algunos tramos rocosos que, a pesar de su exposición, no requieren mucha pericia técnica. El descenso comienza precisamente en la arista que conduce hasta la mismísima cumbre. La línea que hay que seguir resulta lógica

y está compuesta de 2 ó 3 tramos rocosos y otros tantos corredores que finalizan al pie de una cima subsidiaria. A partir de aquí, las dificultades empiezan a remitir porque ya estamos familiarizados con el terreno que ahora pisamos. Perdemos altura mientras nos vamos desplazando hacia a la izquierda con el fin de enlazar con la ruta de ascenso. Tras hacerlo, sentimos cierto alivio sabiendo que se acabaron las sorpresas o los imprevistos. Al llegar al coche, consultamos el reloj para descubrir que hemos empleado bastante menos tiempo en bajar que en subir, una hora menos para ser exactos.

En la parte más delicada de la canal

RUTA DE DESCENSO

Es hora de volver y para hacerlo barajamos varias posibilidades. La primera y más sencilla consiste en regresar por la Canal de Cantispuela que viene siendo el itinerario más popular, frecuentado y seguro en caso de que la niebla, acompañada o no de lluvia, haga acto de presencia. Lógicamente, existen otras alternativas. La segunda requiere grandes dosis de paciencia y mucha atención porque discurre en su mayor parte por la garma, por el laberinto de caliza que se extiende al este de la cima. Los primeros centenares de metros son los más complicados por la ausencia de puntos de referencia y porque resulta imposible avanzar en línea recta. El terreno es un caos y se halla repleto de pozos, dolinas, grietas, afloramientos rocosos o áreas acuchilladas que dificultan la marcha. Por fortuna, todas estas dificultades desaparecen progresivamente a medida que nos acercamos y descendemos a la dolina que separa el Hoyo Masallo de Riva y del Valle de Ruesga y recibe el nombre de Hoyo Mortipeña. Alcanzado ese punto, es imprescindible gi-



RUTAS EN L'ALT MAESTRAT Y ELS PORTS

EL MUNDO ESCONDIDO

Las comarcas de l'Alt Maestrat y Els Ports se ubican en el extremo noroeste de Castellón. Presentan un atractivo paisaje, cuyo núcleo es un altiplano en torno a los mil metros, con rotundas muelas calcáreas y profundos e intrincados barrancos. Este relieve torturado nos guía a través de una experiencia montañera inusual: un mundo al revés en el que a menudo habremos de descender para poder descubrir un magnífico paisaje escondido.

TEXTO



Mª Begoña Fernández Díaz

Natural de Trapagarán, amante de la montaña y la naturaleza, pasión que compagina con la lectura, los viajes y la escritura. Perteneció al equipo de redacción de Pyrenaica. Miembro de la directiva del Bilbao Alpino Club, y socia del Tallu Mendizale Kirol Kluba.

TEXTO Y FOTOS



Paulo Etxeberria Ramírez

Donostiarra afincado en Bilbao, miembro de la directiva del Bilbao Alpino Club y socio del Tallu Mendizale Kirol Kluba y Club Vasco de Camping Elkartea. Dedicó la mayor parte de su tiempo libre a la montaña y fotografía. Perteneció al equipo de redacción de Pyrenaica.

En este artículo presentamos tres recorridos circulares realizados en temporada invernal. Uno de ellos tiene como objetivo ascender una cima significativa, mientras en los dos restantes el hilo conductor de la actividad es recorrer barrancos y ramblas. El paisaje que nos rodeará es en todos los casos sorprendentemente rico y variado, tanto en su vertiente natural como desde un punto de vista etnográfico, con magníficas construcciones de piedra en seco (declaradas Patrimonio de la Humanidad en 2018).



RIU MONTLLEÓ Y PENYACALVA

15 KM, +/-800 M, 4 H 45 MIN

La bonita localidad de Culla (l'Alt Maestrat) nos recibe con unos pocos copos de nieve desprendidos de las nubes que están entrando por el noroeste, desde Teruel. A lo largo de la excursión recibiremos la visita de otras nubes con sus correspondientes regalos.

Echamos a andar por una carreterilla, luego pista de hormigón, que comunica el centro del pueblo con la ermita de San Cristóbal y un observatorio astronómico turístico. El viento dificulta nuestro caminar, pero a cambio podemos disfrutar de cierta tibieza por parte del sol y una boni-

ta luz. Retamos con la mirada a las nubes agarradas en los montes de Teruel, siendo conscientes de que tenemos muchas posibilidades de perder el duelo.

El paisaje más cercano está compuesto de bancales de cultivo al lado de masías y los omnipresentes muros de piedra en seco. Pasada una pequeña agrupación de masías, abandonamos la pista y comenzamos a descender por el barranc dels Infernals, un precioso sendero entre encinas y sabinas, con aromas de lavanda y romero. En todo momento vamos siguiendo las señales blancas y amarillas del PR-CV 225.

En un improvisado mirador podemos contemplar las verticales paredes calcáreas de La Masana. Por allí abunda la

cabra montesa, pero, como después nos explicarán, el viento hoy las ha obligado a quedarse a buen resguardo. A nuestra izquierda, la mole de Penyacalva y unas pedreras que tendremos que atravesar. Alcanzamos otro mirador con vistas sobre los meandros que traza el río Montlleó. Tras unos zigzags, el sendero nos deposita en una vaguada que en pocos metros nos llevará al lecho del río.

Descendemos por el barranc dels Infernals, un precioso sendero entre encinas y sabinas, con aromas de lavanda y romero

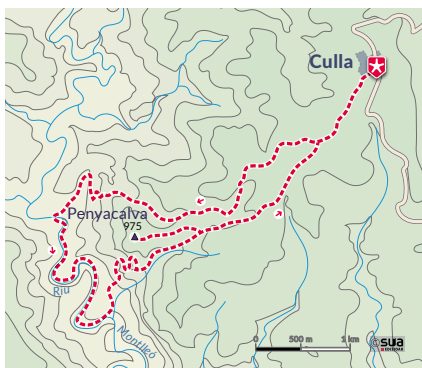
De vuelta a Culla





En la rambla de Montlleó, bajo la mole de Cingle Verd

Como esperábamos, el Montlleó está completamente seco. Así se pasa la mayor parte del año, exceptuando días de deshielo y/o fuertes lluvias. Estas últimas,



sin mucha intensidad, nos han alcanzado y nos obligan a ponernos el impermeable. Aquí comienza uno de los tramos más interesantes, por lo novedoso, de la excursión de hoy: el poder caminar varios kilómetros por una rambla flanqueados por imponentes paredes talladas por el paso del líquido elemento. Andar sobre cantos rodados de muchos tamaños diferentes nos resulta, al principio, sorprendente. Enseguida nos acostumbramos al hecho de que nuestros pies se hundan un poco más de lo habitual. Una pareja que venía detrás de nosotros nos alcanza y nos supera. No coincidiremos con nadie más en el monte ni hoy ni los próximos dos días.

El sendero, en determinados momentos, se sale del cauce y discurre por las riberas cubiertas por pinos, pero hacemos la mayor parte del recorrido sobre cantos y más cantos. Tras un buen rato de cras-cras, en una curva de la rambla, las señales nos indican que debemos abandonar el río para subir por una vaguada entre Penyacálva y el Cingle Verd, dos impresionantes moles rocosas. El sol mediterráneo, tímido hoy, parece que quiere hacer acto de presencia. Aprovechamos la caricia del astro rey para parar al poco de comenzar la subida, comer algo y secar la ropa. Quizás no tengamos más oportunidades de tomarnos hoy un refrigerio sin mojarnos.



Nuestras amigas las nubes vuelven a tocar el timbre de nuestra casa y empiezan a descargar sobre nosotros agua acompañada de fuerte viento, por lo que apenas podemos apreciar las vistas desde el alto. La lluvia se convierte en una ventisca que no nos abandonará hasta que estemos ya cerca de Culla. Por lo menos, el camino de vuelta es una pista de tierra, luego de hormigón, por el que podemos andar ligeros.

Con Culla a la vista, el cielo se limpia un poco y nos regala una preciosa luz que utilizamos para tomar bonitas estampas de la colina sobre la que se asienta el casco antiguo, una fisionomía urbana que comparten muchos pueblos de esta comarca.

NEVERA (1286 M)

15 KM, +/-750 M, 4 H 15 MIN

Nevera (o Tossal de la Nevera) es uno de los montes clásicos de l'Alt Maestrat. Como bien indica su denominación local, *tossal* (colina o cerro en catalán/valenciano), se trata de un monte alomado con numerosas vías de acceso por sus diferentes vertientes.

El pronóstico del tiempo ha descartado lluvia o nieve por esa zona, pero, al mismo tiempo, se prevé un fuerte temporal de viento noroeste (cierzo, que aquí llaman

también *mistral* o *mestral*), con ráfagas violentas en zonas expuestas. Así que decidimos hacer un recorrido parcialmente circular desde el pueblo de Catí, subiendo por la vertiente sureste que, esperamos, estará lo suficientemente a cubierto del viento del noroeste. Con un poco de suerte, el vendaval solo nos azotará cuando lleguemos a la cima y nos asomemos a la otra vertiente. Nos vamos a perder el recorrido por el cordal y la visita a la ermita y casa de baños de l'Avellà, pero es lo más sensato y además siempre es bueno tener una excusa para volver.

Salimos del centro del pueblo por el Camino del Bosque, una carreterilla entre tierras de cultivo y plantaciones de almendros, que, recorrido un kilómetro, abandonamos por la izquierda para seguir una pista de gravilla que nos conduce a unas sencillas construcciones para el ganado. El *tossal* nos muestra su perfil redondeado con varios afloramientos calizos horizontales y suaves barrancos.

Enfilamos un sendero que se adentra en una vaguada y que nos lleva hasta un encinar que atravesaremos hasta llegar a las ruinas de varias masías. Continuamos el ascenso por un precioso sendero entre encinas y hierba alta, entre la que asoman

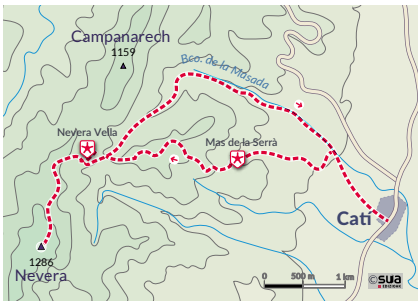
La Masana y el barranco de Penyacalva

Repuestas las fuerzas, acometemos la subida del recorrido de hoy. Toca aceptar por primera vez este "cambio de paradigma" montaño: echar a andar en un pueblo alto (a 1000 m muchos de ellos), bajar al fondo de un barranco, y retornar al pueblo cuesta arriba... y para más bemoles después de comer. En este caso son unos 500 m que nos tomamos con paciencia. El paisaje que nos rodea lo merece: vertiginosas paredes de caliza, tramos de pedrera y bellos ejemplares de sabina. El sendero, bien trazado, nos hace ganar altura fácilmente y nos sitúa en una pista que debemos tomar a la izquierda si queremos asomarnos al barranco desde lo alto de Penyacalva.





Cabaña de piedra seca cerca de Las Artigas



algunos níscalos resecos. Poco a poco, el terreno se despeja y llegamos a un collado en el cual comienza el barranco de la Masada por donde bajaremos después.

El *tossal* nos muestra su perfil redondeado con varios afloramientos calizos horizontales y suaves barrancos.

El viento es muy molesto a ratos, pero contábamos con ello y llegaremos hasta donde podamos. El camino, bien armado, sube constante por las lomas que conforman esta vertiente y nos sitúa en la primera de las dos neveras que visitaremos hoy: la nevera del Mas de la Serrà, de planta circular y bien conservada. Una vez terminada la excursión, un paisano nos contará, en uno de los bares de Catí, que esta nevera es de propiedad particular y que la enorme nevera situada un poco más arriba (la Ne-

vera Vella) es de propiedad municipal y le vendría bien una restauración. El paisano en cuestión nos confesará, además, que se nos ha acercado para confirmar que somos los cuatro locos que, según se comenta por el pueblo, han subido al *tossal* con semejante *mestral*.

Pues sí... los cuatro locos llegan como pueden a la segunda nevera por un sendero que discurre por una terraza natural, cada vez más hostigados por el inmisericorde viento. Poco nos queda ya hasta la cima, que alcanzamos literalmente a cuatro patas. Un vistazo fugaz a los montes de Teruel (que lucen una nevada reciente) y al macizo de Penyagolosa y volvemos sobre nuestros pasos.

Como bajamos por el camino por el que hemos subido, ya conocemos los puntos en los que las ráfagas son especialmente violentas, y caminamos atentos a ellas. Pasada la Nevera Vella, tomamos otra terraza para llegar a la primera nevera y, en el collado, comenzamos a bajar ahora por el barranco de la Masada. Otro precioso sendero entre encinas y muros de piedra seca y, para nuestra alegría, protegidos del viento.

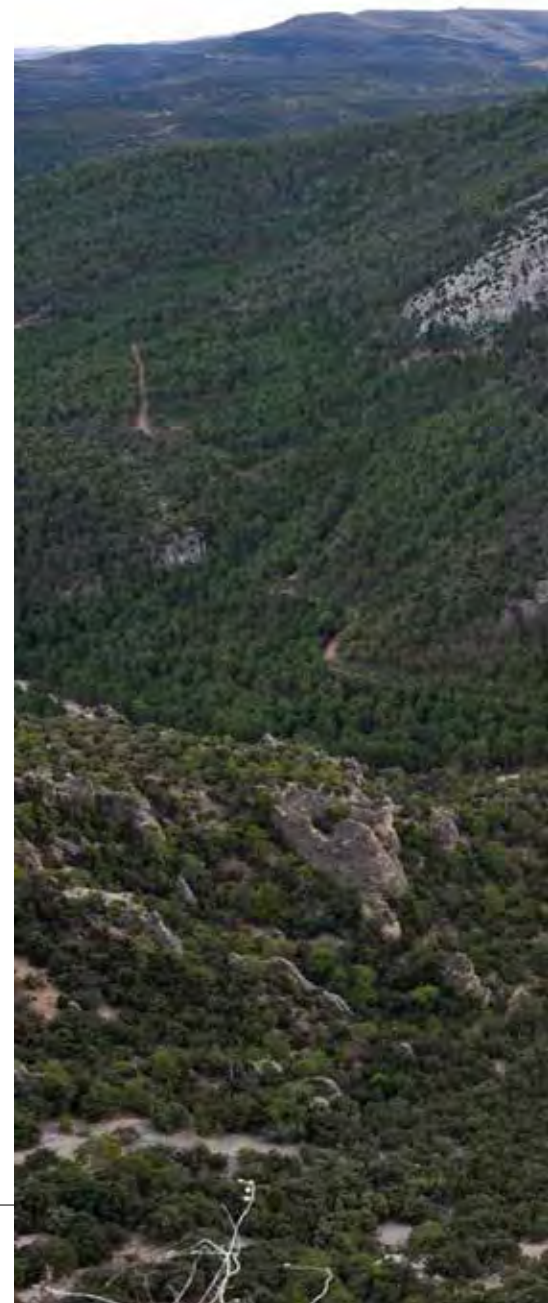
Aprovechamos un pequeño bancal para comer algo al sol y proseguimos el descenso por un claro camino que pasa al lado de la fuente de la Masada, un espectacular pilón de piedra seca. Allí comienza una pista que, entre explotaciones ganaderas, confluye con la carreterilla que nos devuelve a Catí.

RAMBLA DE SELLUMBRES

18 KM, +/- 500 M, 5 H 15 MIN

Tras varios días de incansables vendavales, hoy parece que se nos concede una breve tregua que aprovecharemos para visitar el Paraje Natural Municipal de la Rambla de Sellumbres, un espectacular cañón que se puede recorrer caminando sobre el lecho seco del río, tal como hicimos el primer día en el Montlleó.

Portell de Morella (bella localidad de la comarca de Els Ports) nos recibe con frío (si bien menos que los días anteriores) y con sus calles desiertas. No es una población frecuentada por los turistas; por el contrario, en la cercana Morella, el flujo de visitantes puede llegar a resultar agobiante.



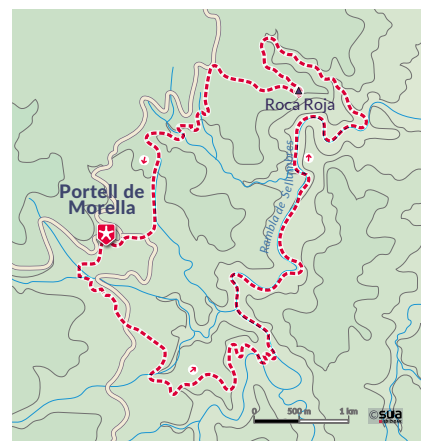
Atravesamos la localidad por su calle mayor hasta llegar al lavadero donde tomamos una pista (señales del PR-CV 408) que, entre cultivos, nos lleva a El Molinet, un mirador sobre un pequeño barranco. Seguimos un muro de piedra a nuestra derecha y atravesamos la rambla de la Cova Antolà para subir hasta la cruz de Las Artigas, caminamos unos pocos metros por una carretera vecinal y tomamos un sendero por un pinar. Enseguida tenemos ante nuestra vista la primera de las tres bien conservadas cabañas de piedra seca que veremos a lo largo de la jornada.

Con las primeras vistas sobre la rambla de Sellumbres comenzamos a oír un fuerte sonido que identificamos como el choque

de cornamentas de dos cabras montesas, que no alcanzamos a ver, en el bosque que tenemos enfrente.

El sendero flanquea a cierta altura la rambla y desciende por un pinar a su fondo seco. Para acortar el primer meandro subimos a un pequeño collado y descendemos hacia el otro lado. La temperatura es agradable y nos invita a lucir la manga corta por primera vez.

Comenzamos a oír un fuerte sonido que identificamos como el choque de cornamentas de dos cabras montesas



A partir de aquí, la historia del primer día se repite, esta vez sin la molestia de la lluvia. Disfrutamos de varios kilómetros

La rambla de Sellumbres





sobre los cantos rodados del lecho del río entre verticales paredes: la enorme proa del Cantil y las impresionantes paredes de la Roca del Corb, la Roca Parda y la Roca Roja. A esta última, 300 m por encima de nosotros, tendremos que ascender para completar el recorrido circular previsto. En sus pedregosas faldas primero oímos y luego vemos varias cabras montesas.

Comprobamos que en la ladera opuesta están regenerando un bosque caducifolio mixto típico de barrancos (un hábitat Tilio-Acerion). Las marcas blancas y amarillas que venimos siguiendo nos sacan de la rambla y nos invitan a seguir un sendero que sube por el barranco de La Barcilla. La senda gana fácil y rápidamente cota entre encinas y pinos, a ratos atravesando pedreras y, finalmente, alcanzamos un cruce de caminos.

Nos salimos del camino principal en busca de los cortados que delimitan la meseta de la Roca Roja. Sentados en unas rocas, con vertiginosas vistas sobre la rambla que acabamos de recorrer, comemos algo de pan con queso y jamón. Esta vez hemos retrasado el almuerzo para evitar tener que subir mientras hacemos la digestión, por lo que estamos hambrientos. Charlamos unos minutos con un vecino del pueblo donde estamos alojados. Le indicamos por dónde bajar a la rambla la próxima vez que venga por aquí. Por lo que nos dice, es una de sus asignaturas pendientes.

Nos abrigamos, ya que se ha levantado un poco de aire frío (el viento ha vuelto tras un



Muro de piedra seca

brevísimo descanso) y nos ponemos a caminar. Nos restan hasta Portell de Morella unos pocos kilómetros repletos de interés: varios tramos de preciosos muros, dos cabañas de piedra, abrigos en roca maciza extraplomada... Un continuo disfrute para los amantes de la "arquitectura sin arquitectos".

OTRAS PROPUESTAS CERCANAS

En Ares del Maestrat merece la pena visitar el Paraje Natural Municipal "La Mola d'Ares" y la faja del barranco de Cantallops en un recorrido circular de 15 km y 600 m de subida acumulada.

Si nos entusiasma caminar fuera de sendero, tenemos el agreste barranco de Gisbert y su precioso bosquecillo de tilos, álamos, tejos y otras especies, en un recorrido circular desde la carretera del puerto de Mosqueruela (13 km, 700 m).

El Turmell (1276 m) es accesible desde Vallibona en una interesante circular subiendo por la ermita de Santa Águeda y bajando por el barranco del Codina (19 km, 900 m).

Al sur del Maestrat destaca el conocido macizo de Penyagolosa, a cuya cima principal podemos ascender desde el santuario de Sant Joan de Penyagolosa por la ruta clásica del barranco de la Pegunta (10 km, 550 m). Si partimos de Xodos, es posible combinar dicha ruta clásica con un recorrido de vuelta por diferentes *mas* (explotaciones agrícolas tradicionales) y completar una interesante circular de 21 km y 1000 m de subida acumulada.

BIBLIOGRAFÍA

- Martínez J.P. *Senderismo en Castellón*. Editorial Prames. 2019.
- Cuéllar E. *Caminando por la Comunidad Valenciana 6. El Alto Maestrazgo. 20 itinerarios circulares*. Editorial IRV. 2009.
- Cuéllar E. *Caminando por la Comunidad Valenciana 4. Ramblas, barrancos y cañones*. Editorial IRV. 2006.
- Puig A., Membrado J.J. *Guía de senderos homologados de Els Ports-Maestrat Vol. I*. Editorial Asociación Portmader. 2005.

Las tres actividades descritas fueron realizadas por los autores con Xabier Amorós y Juan Eizmendi en diciembre de 2021.

Una mirada a la rambla de Sellumbres



IÑIGO SANTXO



Vignemaleko handitasunean txiki

JOSEBA CALZADA



Udaberri zuria Atxondoko bailaran

MIKEL GARIKOITZ HORNA



Ortanzurieta

HALGURD

EN LAS MONTAÑAS DE LOS KURDOS DE IRAK

Las montañas que abrazan la abigarrada localidad de Choman, en el Kurdistán iraquí, constituyen a priori uno de los destinos de montaña más peliagudos que podemos hallar sobre la cartografía política actual...

TEXTO Y FOTOS



Ricardo Hernani
(Bilbao, 1968)

Miembro de la Royal Geographical Society de Londres y del Travelers' Century Club, ha escrito en numerosas ocasiones en Pyrenaica, tanto sobre montañas peninsulares como, en especial, sobre destinos *off-the-beaten-path*.

[Halgurd \(3607 m\), una montaña unida a los kurdos de Irak](#)



Apenas dos semanas antes de nuestro aterrizaje en Erbil, capital desde 1991 del incipiente KRG (*Kurdish Regional Government*), varios drones explosivos y misiles de corto alcance surcaron con sigilo una tranquila y cerrada noche para colisionar en el aeropuerto de la ciudad. Tan solo unos días más tarde, los mismos perpetradores –desde el otro lado de la frontera iraní– lanzaron una nueva retahíla de mortíferos artefactos que aterrizaron en esta ocasión sobre varias aldeas y macizos fronterizos. Nuestros anfitriones kurdos rezumaban sorprendentemente tranquilidad; no en vano –en tiempos de Saddam Hussein– fueron miles las peque-



Ascendiendo al collado del Halgurd

ñas poblaciones que se vieron sometidas al abandono forzoso debido al genocidio protagonizado por el entonces dictador. Y desde hace ya algunos años, los habitantes de las localidades fronterizas con Turquía sufren a diario los bombardeos de su aviación en busca de guerrilleros del *Partido de los Trabajadores del Kurdistán* (PKK). Choman lo reúne todo, además de numerosos e indeseables vestigios de la dictadura, está junto a la frontera iraní y Turquía se encuentra relativamente próxima, teniendo el PKK una de sus bases más activas en uno de los valles cercanos: Qandil.

Paradójicamente, el viaje a esta remota población desde Erbil no es largo, apenas 140 km de excelente carretera y túneles de reciente construcción, con un trazado más sinuoso a medida que nos adentramos en la montaña. Aprovechamos el viaje para detenernos en varias ocasiones, una de ellas en el turístico pueblo de Rawanduz y más en concreto en la cascada de Ali Bek, en la cual nos llevamos una mayúscula sorpresa; y es que frente a la imagen que esbozábamos de lugar bucólico y solitario, nos topamos con centenares de iraquíes –mayoritariamente árabes– que disfrutaban del destino bajo una música atronadora.

Repuestos del *impacto cultural*, seguimos la panorámica *Hamilton Road* –donde

acontecieron algunas de las batallas más cruentas entre *peshmergas* kurdos y tropas regulares de Saddam Hussein en las décadas de los 60 y 70– para acceder a Choman (1050 m) y buscar así en uno de sus barrios altos la casa de Mohammad Hussein quien será nuestro anfitrión y guía al día siguiente.

Desde su azotea disfrutamos del melódico canto del muecín, rodeados por completo de altas cumbres. El paisaje sigue siendo ocre, pajizo, mientras intentamos otear algún atisbo del tapiz verde que atribuyen los locales a esta castigada geografía.

Desde su azotea disfrutamos del melódico canto del muecín, rodeados por completo de altas cumbres

A nuestra espalda (NW) se esconden tanto el Halgurd (3607 m) como el Cheekha Dar (3611 m), el techo oficial del Kurdistán iraquí y de Irak. Ambos separados por un amplio collado, pero inaccesible, a pesar de ello, el segundo, desde que Irán construyó a lo largo de su vertiente una pista que le ha permitido estacionar un retén de soldados de forma casi permanente en esta cima fronteriza. Tanto Mohammad como





Momento de descanso oteando el paisaje hacia Irán con el Cheekha Dar a la izquierda

su amigo Karwan –que nos acompañan durante el atardecer– juzgan imposible su acceso en el momento actual; tan solo durante el crudo invierno podría haber alguna posibilidad de éxito, pues creen que los iraníes permiten entonces ausentarse a sus soldados. Nos deleitamos, mientras tanto, con la placentera visión al frente (SE) del monte Sakran (3411 m) –cuyo topónimo acompaña al Halgurd en la denominación del *Halgurd Sakran National Park*– y del Girmand (2513 m), cuyas laderas se encuentran minadas por completo fruto de una de las más encarnizadas batallas de la guerra Irán-Irak.

Esparcimos varias colchonetas en una de las estancias de la casa y hacemos uso de las mantas que Mohammad y Karwan nos proveen. La noche es cálida y seca pero corta.

A las cuatro y media de la madrugada estamos ya en pie. Desayunamos el fino pan local con miel en paneles, una cuaja-

da de sabor ahumado, mermelada y otros dulces, así como té, mucho té azucarado. Preparamos las mochilas para la jornada, estamos a finales de setiembre y apenas metemos material de abrigo. Las temperaturas alcanzan por estas fechas los treinta grados en el Kurdistán, con mínimas de quince. Así, y aun cuando en las montañas el mercurio no se presente tan generoso, nos sobra con una segunda capa y agua, ante todo mucho líquido.

Son las cinco de la mañana cuando saltamos al interior del destartado todoterreno de Mohammad, para abandonar con prontitud Choman (1050 m) cruzando veinte minutos más tarde su *checkpoint* de salida. Varios *peshmergas* piden nuestros pasaportes y se quedan con las fotocopias que Karwan ha impreso el día anterior. La estrecha carretera enfila hacia el norte con la esbelta figura del Halgurd al fondo bajo cuya silueta apreciamos las humildes edificaciones de

Nawanda, la última aldea. Vamos superando siempre en pendiente diversas casitas de agricultores kurdos con plantaciones de calabazas, tomates y hortalizas varias. Todas ellas con su *pickup* más o menos cuidado en la puerta. A medida que ganamos altura y mientras la noche comienza a clarear, se abre un extenso y fértil valle abajo a nuestra izquierda. Un cartel indica que hemos superado la cota 2000 tras tres cuartos de hora. La pista atraviesa poco después un canal de agua. Cuando llevamos recorridos 20 km (1 h 20 min), el todoterreno se detiene en una amplia extensión de terreno plana y estéril tras haber negociado un par de repechos con dificultad.

Nos encontramos en el paraje de Baska Piwaza (2880 m / 0 h) y ante nuestra sorpresa, en medio de un campo de minas... Ya durante la subida veíamos como nos alejábamos (a partir del canal de agua) del punto a 2570 m de altitud, al oeste de la cima, desde el que se inicia la clásica ascensión. Desde allí se sigue el ancho camino hasta un collado a 3100 m por el que se remonta al este la cresta montañera.

Nos encontramos en el paraje de Baska Piwaza y ante nuestra sorpresa, en medio de un campo de minas...

Parece ser que lluvias torrenciales han hecho inviable dicha opción, así que optaremos por una alternativa directa que aprovecha una de las canales que se precipitan prácticamente desde la cima.

La mañana es aún fresca así que, con los forros puestos y no sin ciertas dosis de intranquilidad, nos apresuramos a seguir fielmente las indicaciones de Mohammad desde la cabecera del grupo, el cual deviene en hilera nada más ponernos en movimiento, con Karwan cerrando la misma por detrás. Llaneamos hacia el oeste, siguiendo a Mohammad por una trocha apenas perceptible, desconocemos si pincelada por las pisadas de quienes nos precedieron –lo dudamos– o por algún tipo de ganado.

En veinte minutos alcanzamos un saliente de roca donde aprovechamos para acomodo-



Fotografía en la cima del Halgurd

dar las mochilas y evaluar la situación (3030 m). Nos vemos ya cerca de las estribaciones rocosas que caen del cordal del Halgurd que alcanzamos en breve. Por ellasladeamos a media altura ganando altitud de forma imperceptible al oeste por terreno inestable, muy fragmentado a nuestro paso, debido a la mala calidad de la roca y el grijo.

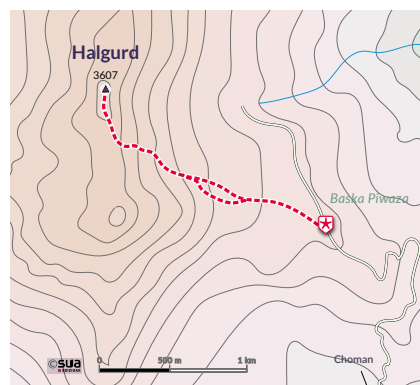
La figura del Cheekha Dar es omnipresente. Sobre los cordales próximos fronterizos con Irán apreciamos, en la distancia, alguna endeble construcción de uso militar.

Mohammad nos indica el inicio de la canal por la que vamos a ascender de forma directa

El avance es muy lento ya que la pendiente resulta muy pronunciada en especial a su salida. Karwan nos comenta que

algunos de sus clientes, mayoritariamente árabes, se dan la vuelta en este punto. Llegamos poco más de dos horas de ascenso cuando salimos al collado del Halgurd (3520 m / 2 h 10 min). Por terreno de roca descompuesta damos con calma los últimos pasos al norte hasta la cercana cima del monte Halgurd (3607 m / 2 h 30 min). Varias banderas kurdas señalan la cota; las han colocado el día anterior a modo de conmemoración del referéndum por la independencia celebrado años atrás.

Resulta difícil expresar con palabras la satisfacción del momento. Llevábamos tiempo fantaseando con esta cumbre, tanto que en 2014 con los billetes aéreos sacados nos vimos obligados a cancelarlos debido a la toma de Mosul –por el ISIS (Estado Islámico)– a tan solo 80 km de Erbil. No había ayudado tampoco toda la serie de acontecimientos de los días precedentes a este viaje, ni la casuística de minas te-



restres de la zona... Y allí estábamos, en la cima más alta del Kurdistán e Irak íntegramente dentro de su territorio, degustando una granada... de fruta...

No vimos a nadie más durante una jornada en la que nos extrañamos con la presencia de un rebaño de cabras al inicio del cordal. Tuvimos una interminable sesión de fotos, retornamos al collado desde donde elegimos una vira oblicua para tomar la canal algo más abajo. Realizamos el descenso con precaución hasta llegar a la zona minada; los guías tenían prisa por volver para entonces, con lo que, sobre la hilera que atravesaba el siniestro lugar, se nos escuchaba insistentemente gritarles la expresión kurda “jeidi jeidi” (espacio espacio)...

DATOS DE INTERÉS:

-Erbil se mantiene conectado vía aérea con el exterior por medio de Turkish Airlines, British Airways, Lufthansa o Austrian.

-Para recorrer el país confiamos en el guía Sardar (00 964 750 494 3914), mientras que en las montañas hicimos lo propio en Karwan Jabbar (00 964 750 831 8281).

De regreso del Halgurd, ya cerca de Baska Piwaza, atravesando la zona minada



EKUADOR

SUMENDIEN ERREINUA CHIMBORAZO (6263 m) ETA COTOPAXI (5897 m)

Bi mila eta hogeita bateko abenduaren hogeita bosta, Eguberri eguna. Quito, Ekuador, Andeak. Bi mila zortziehun eta berrogeita hamar metroko garaiera. Hamar graduko tenperatura. Gaueko bederatzia eta berrogeita hamasei.

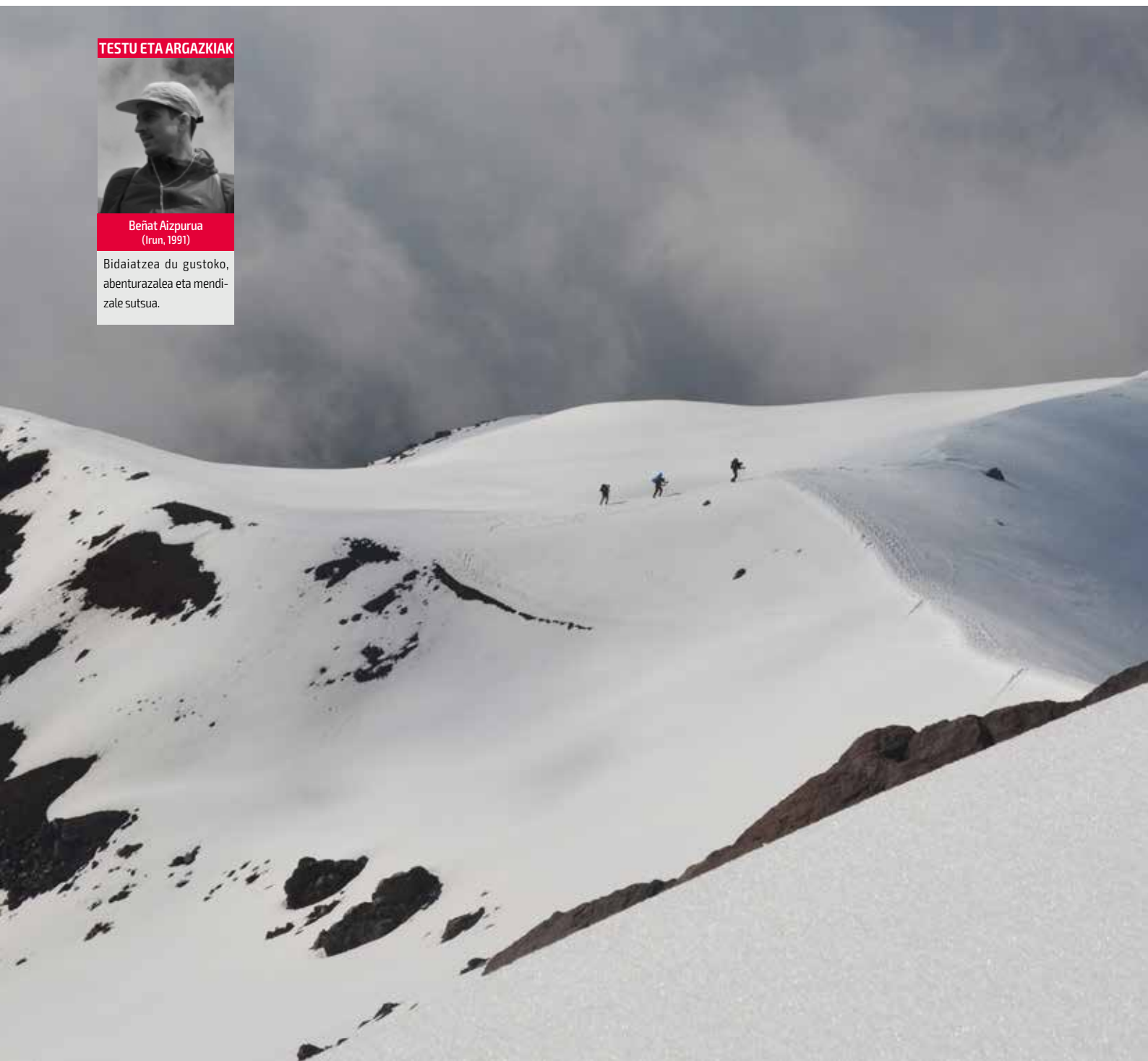
Cotopaxiko goi-kanpalekurako bidean

TESTU ETA ARGAZKIAK



Beñat Aizpurua
(Irun, 1991)

Bidaiatzea du gustoko,
abenturazalea eta mendizale sutsua.



Aspaldiko lagunekin elkartzeko leku txarrik ez den arren, hauxe hautatu dugu guk: Ozeano Atlantikoaren beste aldean eta mundua bitan erdibitzen duen marra ikusezinaren gainean kokatzen den hiria.

Bakoitzak bidaia bere kabuz egin ostean, esandako leku eta orduan azaldu gara biok eta irribarre zabal batekin eman diogu elkarri ongi etorria. Egia esan, hegaldiaren ajeak jota utzi gaitu eta azkar batean oheratzea erabaki dugu. Lo-lekua hiri erdigunetik gertu dugu, oraindik aurrez aurre ezagutzen ez ditugun Ibon eta Oscarren



Cotopaxitik behera

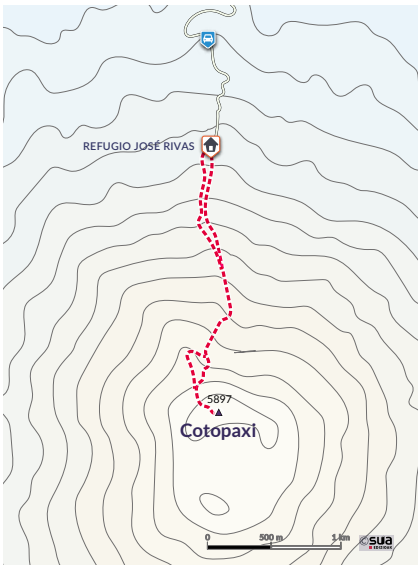
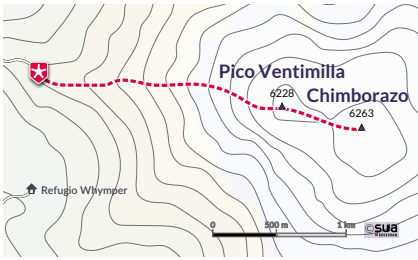
etxean. Bertako egongela zabal eta argitsua izango dugu atsedeen-toki hurrengo bi astetan. Beira luze batek hiriaren ikuspegi zabala eskaintzen digu bertatik eta goizeko lehen eguzki printzak gogor iristen zaizkigu. Honenbestez, goizeko seiak ingururako egunsentiak esnarazten gaitu, aurrez autoen soinuak esnatu ez bagaitu. Hamabi ordu besterik ez daramatzagu herrialdean eta jada martxan jartzea erabaki dugu. Etxetik irten eta aurkitu dugun okindegietako batean sabela betetzearekin batera egin dugu gora. Mendia dugu jomuga. Lehen tartetxoa errepide bazterretik egin ostean, larre piko batetik jarraitu dugu. Aldamenean, teleferikoa gora-behera etengabe doa; igandetako ohiko plana omen da hau: teleferikoan igo, mokadua, paseotxoa, argazkia eta berriro behera. Bertan elkartu gara kablean gora etorri direnekin; hauek aldiz ez dirudi mendira joateko itxura handiegirik dutenik. Guk pare bat botila ur erosi eta urrutian ikusten dugun Ruco Pichincharako norabidea hartu dugu. Bidean ez dugu jende askorik topatu, eguzkia bai ordea eta burua zein bisaia gogor kiskali dizkigu. Tontorrera hurbildu ahala, jende

andana azaldu da alde bietan. Dirudienez, altuerak jendearen erritmoa mantsoarazi eta mendizale guztiak gailurrerako 200 edo 300 metro faltan den aldapa hondartsu pikoan elkartzeko dituzte. Guk ere arnasa estutu behar izan dugu morrenan aurrera egiteko. Lehenengo eguna izateko ez dago batere gaizki, 4696m-ko gailurrean atsedean hartu eta beherako bidean jarri gara.

Biharamuna hiriaren erraiak ezagutzen eman dugu, batik bat historia ondare izendatutako ingurua. Kale garbi eta txukunak, kolonia garaiko eraikin koloretsuak ere dotoreak oso. Gainontzeko lekuak ere antzerakoak, garraio sare ezin hobea eta errepide zabalak, bizikleta bideek ere hiri barne zein kanpoaldetik joateko aukera ematen dute. Panecillos izeneko begiratokira igo gara eta Hego Amerikako hiriburua gehienak bezalaxe, hau ere amaiezina dela ikusi ahal izan dugu; erdialdeko zenbait gunetan elkartzeko da dirua eta goi alboetan berriz diru eskasia. Gorakoan, bestalde, etxe atari batetik agurtzera atera zaigun zakur batek bere letaginen arrastoa utzi dit ipurmasailean. Datozen egunetarako badugu mendi plana, Ibonek inguruko mendi eta zirrikitu guztiak

EKUADOR

ezagutzen baititu eta Pasochoa aldera bidali gaitu hankak lau mila metro inguruan gogortzera. Handik Illinizatako aterpera



Chimborazoren gailurra



egin dugu, bertan lo egiteko asmoarekin, ia bost mila metroan lo egitea ondo etorriko baitzaigu.

Gugandik hiruzpalau metrora, pare bat azeri atsegin azaldu zaizkigu

Magalean gaude, ezkerretara Hego gailurra eta honen parean lpar gailurra; bertako arroka zorrotzei txundituta begira gabiltzala, aldamenean, gugandik hiruzpalau metrora, pare bat azeri atsegin azaldu zaizkigu. Pausu eta begirada lotsatiz jan eske datozela dirudi eta bertako jabeak okela zatitxo bat eman die. Zintzo geratu dira atarian norbaitek jaki gehiago emango zain.

Bitartean, egunak iluntzeko joera hartu eta hasierako behe-lainoak elur malutekin ziprztindu du ingurua. Bihar goizean eguzkia izango omen dugu nagusi, baina kanpoan hotz da eta sukaldeko epeltasunean goxo-goxo babestu gara gainontze-koekin solasten eta berri erakargarria eman digute. Hauetako batzuk eguna esnatu aurretik lpar illinizara joatekotan dira, eta guk, gehiegi pentsatu gabe, haien arrastoa jarraitzea erabaki dugu.



Honenbestez, goizeko bostak jo aurretik jarri gara martxan lauko sokadaren itzalpean, eta egunsentiarekin batera azaldu dira gure begi-bistan Antisana, Cayambe, Cotopaxi, Chimborazo eta gainontzeko sumendi elurtu guztiak. Ikuspegi ederra utzi digu zeru oskarbiak eta sasoiatsu egin dugu gora laba-harri eta elur artean. Pausuren



Chimborazoren gailurrean Aitor Arrospide eta biok

batek urduritu gaituen arren, erraz iritsi gara 5126 m-ko tontorrera. Igoeran nahiz jaitsieran izugarri gozatu dugu, batez ere hareta-bidea korrika batean jaitsiz.

Esango nuke hurrengo goi-mendietarako prest gaudela, baina nork jakin. Badaezpada ere, Cotopaxi sumendira abiatu aurreko eguna erlaxatzeko baliatu dugu Papallactako

terma naturalei bisita eginez, sumendipetik datorren ur beroak on egingo digulakoan. Inguruan, bertako amuarraingoxoa afaldu eta etxerako bidea egin dugu gau ilunean. Eguerdi aldera abiatu gara Jorgerekin Cotopaxiren magalean dagoen aterpetxera; autoa utzi dugun lekutik ordu erdi pasatxora dago eta gure harridurarako bertan

ez dugu mendizale askorik topatu; hiru bat sokadek bakarrik egingo dugu gora goizeko ordu batean.

Teilatuaren babesa utzi eta ilargiaren arrastorik ez, zeru izartsua izango dugu lagun; kopeta-argia piztu eta ordu erdi inguruz egin dugu gora kranpoiak jantzi bitartean. Elurra egoera ezin hobean aurkitu dugu eta



Cotopaxiren gailurrean, kraterra atzean dugula

hotza ere jasagarria. Erritmo oso onean egin dugu aurrera eta aurreikusitakoa baina azkarrago iristea komeni ez zaigunez, atsedean hartu dugu izotzezko koba baten babesean. Erabateko isiltasunean goaz pauso bakoitzaren laztana sentituz eta egunsentiarekin batera zapaldu dugu gailur zuri biluzia. Ortzi-mugaren gorri koloreak zeharo liluratuta utzi gaitu, urrutian Sangay sumendia laba kanporatzen eta tximiniatik errautsa dariola atzeman baitugu. Hatsa berreskuratu eta kraterraren ertzean geratu gara, aldamenean dugun zulo sakon elurtuari so. Kono perfektu honen gainean egotea zinez da izugarria eta ametsetako inguruneak eskainitako opari eder honek erabat biziberritu gaitu.

**Sangay sumendia
laba kanporatzen eta
tximiniatik errautsa
dariola atzeman dugu**

Beharokan ez dugu presarik, baina eguzkiak gibeletik gogor jotzen duenez, kanal bat hautatu dugu jaisteko eta pauso arinez joan gara aterpeko gosariaren bila. Otordua ere, oraindik prestatzeke dagoenez, batzuk ohean eta besteak sukaldeko aulki gainean etzan gara bide-zama guztia alboratuz. Merezitako deskantsua izango dugu hurrengo egunetan begiz jota dugun Chimborazo sumendiari aurre egiteko. Egia da, Chimborazo aipatzen dugun bakoitzean ez dugula nahi genukeen berririk jasotzen; azken sasoiaren mendizale dezente hil baita bertan. Elur jauzien arriskuak eta amildegi ertzeko xendak tentuz jokatzeari eskatzen dute. Hala ere, aurreikuspenak itxaropentsuak dira eta saiakera bat egitea erabaki dugu. Honetarako, gertuko jatetxe batean *cuy* platerkada bat jatea dela onena iritzi dugu. Inguru honetako ohiko jaki hau atzema eta guzti aurkeztu digute, eta nahiz eta itxura erakargarriegirik ez duen, haragi xamur honek erabat ase gaitu.

Azeria



Orain bai, iritsi da eguna, lau bat orduko auto bidaia egin ostean iritsi gara Chimborazoko aterpe aldameneko gunera. Bi aterpe daude bertan, baina ezagutzen ez ditugun arrazoiengatik itxirik daude. Honenbestez, goi-kanpalekura joateko hautua egin dugu. Hasierako maldan elurraren arrastorik ez, baina azkar batean zapaldu behar izan dugu geruza zuria. Bost mila hirurehun eta berrogeita hamar metroan dagoen goi-kanpalekura iristerako, elurra besterik ez dugu aurkitu. Atsedeneku zoragarria da; lau bat domok osatzen dute kanpalekua eta bertan egin dugu otordua arratsaldeko bostak aldera. Eguna lainotuta dago, baina tarteka ostar-teek gauean igaro beharko dugun horma izugarria erakusten digute. Afaltzen ari garela elur malutak hasi dira eta lau bat zentimetro pilatu dira aurrez zegoen izararen gainean; kezkatzeko inongo arrazoirik ez. Iluntzerako zaku barnean sartu gara ordutxo batzuk atsedean hartzearen, baina parez-pare dugun erronkak ez digu behar bezala begirik biltzen utzi.

Gauerdiko iratzargailuak jo aurretik ireki ditugu begiak eta ordu batak ingururako martxan jarri gara. Oraingoan, hasieratik erabili behar izan ditugu kranpoiak aurrera egiteko eta lehen tartea amildegi ertz estu batetik egin dugu, pausu bakoitza ondo neurtuz; ezkerrean harria zein izotza, eskuinean, aldiz, sekulako zuloa. Eroso egin dugu aitzinera eta, ostean, piolet zorrotza ondo sartu beharreko metro batzuetako hormari aurre egin behar izan diogu. Igoerak ez du etenik eta pausarik gabeko aldapa dugu esperoan. Zeruan ia ikusten ez den ilargi ñimiñoak ez du ingurua argitzen eta esne-bidea da gaurko ilunari distira ematen dion altxor bakarra. Aurreraxea go doazen kopeta-argiak noizbehinka sumatu arren, hauei muzin egin eta gure erritmoan jarraitu dugu.

Esan bezala, ortzia zoragarri dago eta aldapa ez da makala; aurrera egitea besterik ez dugu eta gora egin ahala gure nekea ere areagotu egin da. Horma honek ez du amaierarik eta sigi-saga batean goaz igoeraren astuntasuna sentituz; altueraren eragina nabaria da eta hasieratik gogor jotzen duten haize ufa-dek ez dute sobera laguntzen.



Mendirako prest

Egusentiko lehen argi ikaratiekin batera iritsi gara aurre gailurrera; tontor nagusitik 30 metro ziztrinetara besterik ez. Hala ere, distantzia xume hau leize handi bihurtzen da sarritan eta mendizale askok hementxe hartzen du itzulerarako bidea. Une batez, 6263 metroko gailurra ihesean sumatu dugu, baina zenbait metroko jaitziera leuna egin ondoren, gogor ekin diogu azken pendizari. Esfortzuak eragindako pauso baldarrez iritsi gara gailurrera eta orain arteko zeropeko hamar gradutik beherako tenperaturak eta etenik gabeko haize harroak aho ingurua erabat izoztuta utzi didate eta nekez ahoska dezaket. Hala ere, hala moduzko irribarreari eusten diogu malkoek masailetatik behera egiten duten bitartean. Begirada lausotuak urruneko sumendi elurtuetan jarri du ardatza; ikusgarria da nola nabarmentzen diren laino geruzaren gainetik erabat tinko.

Ostertzetik agertzen ari den eguzkia ere inoiz eta inon baino gertuago dugun arren, ez du behar adina berotzen eta jaitzierako ahaleginean bilatu behar izan dugu epeltasuna. Kostata baina, arnasa bareak lagunduta zapaldu dugu berriro ere goi-kanpalekuko aterpe desiratua. Hasperen egin eta

sukaldeko eltzeari darion usain goxoaren bila abiatu gara; ez dago hau bezalakorik! Edari bero eta platerkada on batek arima zartatuena ere senda dezake.

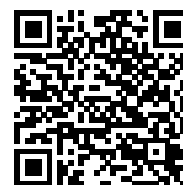
Bidaiaren hondarrean begi-bistakoa da gure zoriona, herrialde basati honetara informazio gutxirekin, baina gogo izugarri iritsi ondoren, aste-parean itsas-mailatik urrutira dauden altuera hauetan gozatzea lortu dugu, eta nola gainera, tarteka pentxaezin genituen sumendien tontorrek zapalduz. Mendian aurkitu ditugu ziurgabetasuna eta bakea, nekea eta indarra, eta honek ez du parekorik! Eguzkia egunero sortzen den moduan, guk ere gailur ezberdinen xerka jarraituko dugu. Mendi eta bizitza on!

IBILBIDEEN TRACK-AK:

COTOPAXI ↘



CHIMBORAZO ↘





INDIAKO HIMALAIAK

GURPILEKIN BIDAIARI

Abentura da heriotzari denbora kentzeko modu bakarra

Paul-Emile Victor, esploratzailea

TESTU ETA ARGAZKIAK



Eneko Redondo Ikazuriaga
(Gernika-Lumo, 1972)

Mendiko bizikletarekin, eskalatzen edo oinez mendian gora naturaz gozatzeari maite du; horrez gain, judoa praktikatzen du 4 urte zituenetik. Ahal duen bakoitzean bidaiatzera irreteten da, bidaiari horietako gehienak bizikleta gainean eta era autonomoan egin ohi dituelarik.



Lamayuru herri tibetarra

Hantxe ditut hirurak, txandaka begietara eta mahai gainera begira, zorroztasunez. 40 gradu inguru, izerditan blai eta nire gailu satelitala filma beldurgarri honen protagonista bezala, mahai gainean. Ez dakit zenbat aldiz esan diedan GPS moduan baino ez dudala erabiltzen. Lau orduz behin eta berriro galdera berdinei erantzun berberak ematen, eta halere, ez, ez dira asetzen morroi hauek! Ez dut imajinatu ere egin nahi zer izango den Indiako kartzela batean hiru urtez egotea, hori baita beraien hitzetan egin dudan legearen aurkako ekintzak agintzen duen zigorra.

WAGAH (INDIA)

Pakistan eta India arteko mugan nago, indiar postu militarren egoitzan, eta atxilotuta nagoela esaten didate behin

eta berriro. Pakistan eta India banatu zirenean, Wagah herria erdibitu zuten eta hantxe dago, pastela balitz eran, zatituta. Zaila egiten zait ulertzea nola bana daitezkeen auzo bereko etxeak alde batera eta bestera honek dakarren familia haurtuta eta banaketarekin.

Halere, herri honetako momenturik famatuena arratsaldeko bostetan ematen da. Kriston komeria antzezten dute mugako burdinazko ateak itxi eta alde bakoitzean, aurrez aurre, alde bakoitzeko soldaduek sekulako irainak esaten dizkietenean elkarri, zarataka eta builaka. Pakistan aldean apenas egoten da inor emanaldia ikusten; Indiakoan, berriz, harmailak. Honekin zenbat gorrotatzen diren antzezten dute egunero, elkarri eragindako kalte eta hildakoak nahikoa adierazpen ez balira bezala. Ez legoke gaizki munduko istiluek eta herrien arteko arazoak antzerki bitartez konponduko balira. Oraingo, tamalez, eta ikusitakoak ikusita, ez du ematen lehen aukera denik.

Birritan pentsatu gabe sinatu dut ez daramadala nirekin GPS satelitalik, zer egingo dut ba? Zaborretara bota? Hirugarren aldiz nire bizikletako poltsa guztiak X izpidun tramankulutik pasatzerakoan lehegailu nuklearra aurkitu izango balute bezala erreazionatzen dute, alajaina!

Amritsar, sij erlijioaren epizentroa da eta bertan dago Urrezko Tenplua deritzon santutegia

Sekulako oihuak! Zer demonio gertatzen da ba? Banekien debekatuta zegoela mezuen bitartez komunikatzeko balio duen nire tresna hau. Segituan espioia banintz bezala tratatzen naute, eta egoera nahikoa konplikatua egongo ez eta, dena okertu da Kaxmirrera joateko asmoa dudala esan diedan. Militarrei erantzunak ematerakoan nire tripek komune-

Khalsi herriko gompan





Damkhar herriko biztanleak

ra joateko gomendio serio bat eman didate, literala. Badaramat aste bete bakteriak bizilagun ditudala eta zeharo ahulduta sentitzen naiz, baina txoropito hauek ez daude txantxetarako eta nik ez dakit nondik atera behar ditudan honi guztiari aurre egiteko indarrak. Azkenean, gailuaren bateria bukatu da. Denok gaude neka neka eginda eta azkenean, libre utzi naute! Oraindik kilometro dezente ditut Amritsarrera heltzeko eta eguzkiaren azken izpiak agur esatear daude.

AMRITSAR (PUNJAB)

Logela alokatzeko asmoz, hainbat lekutan galdegin dut. Garestiak iruditzen zaizkit eskainitakoak eta, azkenik, nahi nuena baino sos gehiago jarri ditut mahai gainean aire egoakitua duen logela batengatik. Egun amaigabea izan da eta ez daukat ezertarako adorerik. Dutzatu, zerbait jan eta, indiar militarren amesgaiztoak lagun, loak hartzen ahalegindu naiz.

Amritsar, sij erlijioaren epizentroa da. Bertan dago Golden Temple (Urrezko Tenplua) deritzon santutegia eta gaur egun Taj Mahal (Agrako tenplu famatua) berak baino bisita gehiago jasotzen ditu, ia 100.000 lagun astero, gehiengo zabala indioak izanik. Amritsarreko historian zehar hainbat guda eta

Amritsarren dagoen Golden Temple (Urrezko Tenplua)



sarraski izan dira. Mongol inperioak zuen bere kontrola 1650 urte inguru arte, gero afganiarrak, azkenik indioek berreskuratu zuten arte; eta horrela ibili dira historian zehar gaur egun ezagutzen den egoera bilakatu arte. 1947ko abuztuaren 14an gauzatu zen banaketa zoro hau (Pakistan eta India) milioika pertsonaren migrazioa eraginez.

Goiz esnatu eta, beroak eta trafiko zoroak indarra hartu orduko irten naiz bizikletarekin, Golden Temple edo Urrezko Tenplua ikusteko helburuz. 40 graduko beroak bekokian kolpea jo orduko, autotxokeak bezala kaleetan zehar abiatu naiz. Denok batera atera garela dirudi. Buruan ezinbestekoa den



Leh eta Manali herrien arteko bide galduetan

zapi gorria jantzita, oinutsik nago Urrezko Tenpluaren aurrean. Eguna eman dut bazterrak arakatzen eta hainbat bisitarirekin hitz egiten. Eguzkia kolore gorritz jantzi da eta milaka pertsonak jarraitzen dute amaigabeko ilaran. Denek nahi dute beraien erlijioak agintzen dien errituala gauzatu. Ikuskizun honen aurrean, berehala ohartu naiz nire espiritualitate eskasaz.

**Une oro, pedalak ematerakoan,
niri biziko azken uneak izan
daitezkeela sentitzen dut**

Amritsar eta sij mundua atzean utzita, iparraldera jo dut, Kaxmir aldera. Indiako bideetako hautsak, aldapa eta trafikotraketsak une oro erne egotea exijitzen dit. Kamioi, rickshaw, auto eta motorrak edonondik edonora doaz, eta gutxi izango balitz, une oro zoramen guzti honen erdian txakurrak, tximinoak eta behiak daude! Imajinagaitza da, orduak joan eta orduak etorri, txirrundulari bat anabasa honetan murgilduta. Une oro, pedalak ematerakoan, niri biziko azken uneak izan daitezkeela sentitzen dut, baina modu misteriotsu eta harrigarri batean denok lortzen dugu elkar saihestea, estropezu egin gabe. Ezaguna da behiak animalia sakratuak



Khurdun La mendi igarobidea

direla Indian, eta gobernuak emandako pribilegioei kasu eginez, hauek ez dute inolako lizentzia eskatu behar beraien pekorotz plastoak edonon uzteko. Saihestu beharreko beste oztopo bat gehiago! Hau da hau!

KAXMIR

Mendi dotorez inguraturik dagoen Srinagar herrira "bizirik" heldu naiz. Musulmana den herrialde batetik (Pakistan) Indiako lurretan dagoen beste batera igaro naiz. Laku ederrak ditu bere ondoan eta larreetako freskotasuna airean nabari

dut. Warm Showers bizikleteroen abegia jasotzen duen plataformari esker, bertako familia baten etxean nago. Gustura hartu naute eta, beti bezala, ni ere eroso sentitzen naiz musulmanen artean. Bost egun egin ditut beraiekin, nire osasuna berreskuratu eta mendietarantz joan baino lehena-go atsedean hartzeko. Ahmed, familiako mutil gazteenarekin eman ditut ia egun guztiak, inguruak ikusten eta beraren etorkizunari buruz hitz egiten. Europako herrialdeetan lana aurkitu eta familia bat eraikitzeko beste diru irabaztea amesten du. Ez du berantzako etorkizunik ikusten Kaxmiren, eta, Indiak eta Pakistanek beraien artean duten gatazka dela eta,



Amritsar eta Punjabeko sij etniako laguna

didate. Bihotza eta beste gauzatxo bi eztarriaren inguruan nabaritu ditut. Jarraian dena batu eta Sonamarg herrira joateko agindu didate, bertako logela batean gaua igarotzeko.

Bidea, ia guztia lurrezkoa da, aldapa hasten denean batik bat

Egun argitsu batekin abiatu naiz gogotsu Zoji-La mendi igarobideari aurre egiteko prest. Bidea, ia guztia lurrezkoa da, aldapa hasten denean batik bat. Bizikleteroek, bidaiatzeko eta

Khardun La igarobidea



zeharo nekatuta daudela esaten dit behin eta berriro. 1947an, bi estatuen arteko tentsioak hasi zirenetik ez dirudi egoera lazgarri hau konponduko duen elkarren arteko akordiorik egongo denik. Munduko lekurik militarizatuena dela esaten dute azkeneko datuek.

Indarberrituta irten naiz Srinagarretik eta erreka eta mendietako edertasunean murgilduta noa. Ahazten ez diren egun horietako bat. Dena primeran doa akanpatzeko momentua heldu arte. Kaxmir osoan 100.000 militar baino gehiago dauka, pakistandarrak kontatu gabe. Horietako batzuk, kanpin denda muntatzen amaitzear nagoela sekulako sustoa eman

urteetan zehar eskarmentu handia eskuratzen dute, ia denetarikoko egoerak bizi behar izaten dituzte eta. Baina beti dago ezustekoentzako tartea eta hauek dira egun bakoitza bestetik bereizten dutenak. Egoera batzuetarako prestatuta nagoela esan dezaket, aldiz, beste batzuetan ez dut jakiten nondik nora jo eta badira gutxi batzuk, aurrez aurre estralurtar batekin aurkituko banintz bezala sentiarazten nautenak. Azken hau da nire sentsazioa 112 kamioi militar eta beste horrenbeste militar estiloko jeepak bata bestearen atzean kontatzen ditudanean. Zeharo harrituta egin dut aurrera hautsezko "bonba nuklearra" desagertzten denean. Imajinagaitza da nolako hauts geruza itsasten zaidan gorputzean eta bizikletan, eta nolako komediak egin beharko ditudan gero hau guztia kentzeko.

Eguneko azken orduetan Kargil herrira heldu eta logela xume bat bilatuz kontsumitu ditut nire azken energiak. Nekagarria benetan, baina badakit horren ostean, hurrengo egunerako erregaia gorputzari emateko eta itsatsita dudana hautsa kentzeko momentu gozoa heltzen dela. Logelaren prezioa ia erabakita dagoen momentuan... Eneko! Nire izena entzun dut nonbaiten. Hugo eta Bego dira, Donostiako txirrindulari bi.

Bazekiten Pamir eta Karakorum mendiak zeharkatzetik nentorrela, Tajikistan, Kirgistan, Txina eta Paskistandik pasatuz. Beraiek hegazkinez heldu dira Srinagarrera eta Himalaietan zehar nire ibilbidearen zati bat partekatzeko asmoa dute. Ezustean, lagun artean aurkitzea oso atsegina da eta bizikleteroen artean dagoen elkartasuna berehala loratzen da, daukagun informazioa elkar trukatzeko eta pedal kontuen inguruko abenturak kontatzean.

LADAKH

Kargil eta Leh artean, mundu musulmana atzean utzi eta tibetar kulturaren barna bete betean sartu gara Lamayuru, Tikse eta bestelako herri maitagarriak zeharkatuz. Ladakh eremua. A ze plazerra mendizarren artetik doazen bideetan galtzea! Ez dakit, tibetar biztanleek ematen duten bakea den ala bertako aldapa amaigabeek ematen duten neke gozoa, baina

Likir herriko gomparako bidea



arima, gorputz eta burmuina garbi eta lasai sentitzen ditut. Bakean sentitzen naiz. Tiksen dagoen Gompa edo monasterioan hartu gaituzte sos gutxi batzuegatik eta nire kasuan inbidia puntu batekin begiratzen dut bertakoek duten bizimodu sinplea, gure gizartean ezagutzen dugunarekin konparatzean batez ere. Bizitako beste egoera askotan bezala, agian bada-goela hauengandik zer ikasi pentsa arazten didate.

**Mundu musulmana atzean utzi
eta tibetar kulturaren barna
bete betean sartu gara**



Namika La mendi igarobidea jaisterakoan

Indiako Himalaiako errepide birrinduek 4000 metroko mendi igarobideetatik garamatzate. Zerua eta hodeiak ezberdinak dira altuera hauetan eta egun berean eguzkia, haizea eta txingorra jasan ditugu. Halako batean norbaitek margotutako kuadro bat balitz modura, paisaia irreal bat dugu begi aurrean. Hodei beltzak, euria alde batean, eguzkia bestean eta dena lotzen duen ostadar erraldoi bat. Momentu horretan ez dut erreakzionatu, zeharo txundituta sentitu naiz, aurrean dudan edertasunaz eta momentu hura bizitzeko dudan zortean pentsatu gabe. Hantxe, liluratuta, geldi eta irudi surrealista hura benetakoa dela konturatzean argazki kameraren txanda da.

Lagun bizikleteroekin Leh herrian





Namika La mendi igarobidea

Ruben Elejalde, Patagoniako herritxo batean ezagutu nuen. Orduan Tasio nire lagun minarekin nindoan Usuiara heltzeko asmoz. Ruben zakutoz jantzita dagoen bizikleta maitalea da, hamaikatxo bidaia egindakoa eta Lehra dator, nirekin elkartu eta ia hilabete elkarrekin pedalei eragiteko asmoz.

SPITI ETA KINAUR

Spiti eta Kinaur haranetan zehar gabiltza, Tabo, Kibber, Moorang edo Kaza herrixketako tibetar kulturaren murgilduta. Mendien arteko lurrezko bide nekagarriak errazago gainditzeko ditugu lagun arteko giro ederrak lagunduta. Konbinazio

ederra izanda eta, taldean joateak lagundu arren, errealitatea gogorra da. Altuera eta bide malkartsuen aurkako borroka norberak egin behar du eta bakoitzak bere erritmoa hartzen du, begirada zerbaitetan finkatu eta pedalei ekinez. Eguna bukatzerakoan dator handitasun horren aurrean zer nolako txikiak garen konturatzeko momentua. Lur eremu horietan eguneko argitasunak laster egiten du alde eta behin eguzkia sartzerakoan kolpera jaisten dira graduak. Izarrek laster hartzen diote erreleboa eguzkiari eta lozakura sartu aurretik, inoiz baino gertuago somatzen ditut Mikel Laboaren izarren hautsak. Momentu berezia benetan.

Indiako kastarik baxuenek egiten dituzte lan hauek, gizon, emakume eta umeak, lurrian belauniko hautsez itota

Thikseyko Gompa



Inguru horietan isolatuta dauden herrietan baino ez da oinezkorik ikusten. Baina bideetan agertzen diren neurri ezberdineko harri tontorrek halabarrez salatzen dute norbaiten existentzia. Bide ondoan daude harriak txikitzen noizbehinka pasatzen den kamioiren bati sos gutxi batzuen truke saltzeko. Indiako kastarik baxuenek egiten dituzte lan hauek, gizon, emakume eta umeak, lurrian belauniko hautsez itota. Bihotza hunkituta ikusten ditut beraien bizi baldintzak. Plastikoko beltza dute teilatu gisa eta lurrezko esterila zoruan. Lau

arto eta gari garauez egindako txapatiak eskaini dizkidate. Hau da mundu krudela!

Badira hilabete batzuk 3000 metrotik gorako altueran nabilela, eta jadanik kilo batzuk ere galdu ditut bidean. Horretaz aparte, inoiz baino larru kolore ilunagoa izatea paraje hauetako eguzkiaren astinduaren erakusgarri ona da. Amak ikusiko banindu, "hau da itxura eskasa daukazuna" esango luke. Nire gorputzari so egitean, Maurizia eta Leon trikitilari famatuak datozkit burura behin eta berriro. Nire azalak Mauriziaren panderoa bezalako larru lehor eta kolpatua ematen du eta, nire birrikak, Leonen trikitixaren hauspoa bezain besteko lanetan dabilta. Ondo elikatzea eta ondo hidratatuta egotearen garrantzia nabaria da aldapan gora edo egunaren azken izpiekin batera guztiz hustuta aurkitzen naizenean. 112 marka-tuz gero, mugikorrean ez dizu inork erantzungo hemen!

HIMACHAL PRADESH

Mendietatik jaisten garen heinean, herrixketan bizitasun gehiago ikusten dugu. Gauetan ere ez du horrenbesteko hontzik egiten eta montzoiaren lehenengo tantak sentitu ditugu. Egunak pasatu ahala, etxerako hegaldia dela eta, gero eta gehiago larritu da Ruben. Hugo eta Bego atzean utzi ditugu horrexegatik eta Shimlara heldu gara, Indiako Himalaiaren magalean dagoen herria. Hiri txiki honek germaniar estiloko eraikinak ditu eta honek guztiz jokoan kanpo utzi gaitu.. Ez du ematen Indian gaudenik.

Tibetarren bakeak zoramenari eman dio paso beste behin ere, Himachal Pradesh deituriko probintzian

Mendietako altuera galtzearekin batera, magia ere desagertzen hasi da eta tibetarren bakeak zoramenari eman dio paso beste behin ere, Himachal Pradesh deituriko probintzian gaude. Bide lasaiak bukatu dira eta errepide hauetan barna bizia galtzeko arriskua sentitu dugu behin baino gehiagotan. Ruben estresak jota dago, justu libratu baita bere burua kamioi baten azpian ikusteaz. Ni ere zeharo beldurtuta murgildu naiz trafikoan, trailer, autobus, kamioi, kotxe, rikshaw, moto, txakur, behi eta tximinoz osaturiko anabasan. Eta gu, txirringulari ero eta tentel bi, txokolate guzti honen erdian.

Ruben laguna agurtu eta gero, Chandigarren kanpo aldean dagoen hostel lasai batean hartu dut ostatu, India eta Nepaleko jaki ezberdinak dastatuz. Nire plana Nepalera doan bidea jarraitu eta Kathmandu hirira heltzea da. Planak egitea alferrikako da askotan. 2015eko urrian Nepaleko Terai lur eremuan istilu latzak sortu ziren bertako agintariekin. Hainbat hildako izan ziren eta Indiarekin duten muga guztiak itxi zituzten. Zortzi egun itxaron eta gero, Indiako hiribururantz abiatu naiz.

Delhin nago nire bidaia berrantolatu beharrean eta egia esan ez da erabaki erraza. Ezin dut jakin noiz arte irauango duen Terai eta mugen inguruko gatazkak (hilabete batzuk geroago mugak beste hiru hilabetez itxita egon zirela jakin nuen). Horretaz gain, Mianmarrerako bisa lortzeko (nire beste aukera) gutxienez 15 egun itxaron beharko dudala esan didate. Larregi Dheliko infernua itzaroteko.

Nolakoa den patua eta bidaiek izkutatzen dizkiguten ezuste-koak. Nork esan zezakeen bidaia luze honetako azken orduko aldaketek Nepalera eraman beharrean Japoniara eta Thailandiara eramango nindutela, bertako bideetan gurpilekin bidaiari. Nire bidaia planean sekula egon ez ziren lurraldeak. Baina ez ote dira bidaiek gordetzen dituzten misterioak benetan liluratzen gaituztenak? Ez ote da bizia bera abenturarik liluragarriena?

Tso Moriri lakua, Ladakh



MARTIN URRUTIA

BELAUNALDI BERRIKO UZTA

21 urteko Elorriotarra belaunaldi berriko eskalatzailea da, rokodromoetan hasi eta hezi den belaunaldikoa; soka lehenengo aldiz gurasoekin lotu zuen horietakoa. Eskalatzaile indartsu bezain umila, zarata handirik egin gabe gauzak egin ohi dituen kirolaria.

ELORRIOTAR GAZTEAK MAILA GORENEKO BIDEAK EGITEA ERDIETSI DU AZKEN BI URTEETAN

Azken aldian Martinek harkaitzean eskalatzen dihardu gehienbat, eta erdietsitako helburuak ez dira nolana hikoak. Bi urteren buruan, goi mailako hiru bide egin ditu; *Psikoterapia* (9a) Valdegobian, 4x4 (8c+/9a) Atxarteko kobazurin, eta ora-

in gutxi Araotzen *Ménage à Trois* bidea, 9a mailako zailtasuna proposatuz.

Hona hemen bere eskaladaren ikuspegi eta bizipenari buruzko hainbat aburu:

Mugarra · ARGAZKIA: HODEI TORRES



Noiz eta nola hasi zinen eskalatzen?

Sarri egin ohi didaten galdera bat da; zenbat urterekin hasi nintzen edo zenbat urte daramatzadan eskalatzen. Egia esan ez daukat honetarako erantzun zehatzik, soilik bizitza osoa daramadala dakit. Nire gurasoek betidanik izan dute lotura mendiarekin, hainbat jarduera praktikatuz. Haiekin hasi nintzen mendian murgiltzen txikitatik, eta badirudi kirol eskalada izan zela gehien erakarri ninduen jarduera.

Kirola eta aisialdiaz gain, zer esango zenuke eskaintzen dizula eskaladak pertsona moduan?

Kirol moduan erronkekin lotzen dut, ilusioarekin, neure onena lortuz; azken finean sor daitezkeen oztopoak gaindituz. Prozesu hau egunerokotasuneko egoera askoren antzekoa izan daiteke (norberaren ezagutza, pazientzia, errespetua edo arazoekudeaketa).

Aisialdiaren ikuspegitik, askatasuna, gozamena eta lasaitasuna ematen dizkidala uste dut, duen osagai sozial indartsua ahaztu barik, noski.



Untuosa Giuanduja, 8a+/b · ARGAZKIA: RAQUEL MARTINEZ

Zure ibilbidean zehar aipamen edo oroitzapen berezia duen eskaladaren bat? Zergatik?

Erantzun zaila, bat bakarrik aukeratu behar badut. Bat aipatzekotan *El fustigador* bidea aukeratuko nuke; bide hau Margalefen dago. Leku honek eskalatzaile bezala izan dudana garapena argi islatzen duela uste dut, leku berezia da niretzat. Egin nuen egunean zortzigarren mailako bideak eskalatzen hasi berri nintzen, baina oraindik errespetu handia ematen zidaten: batez ere luzeak eta atzera egiten zutenak. Lagun bat probatzen ari zelako hurbildu nintzen. Bidea eskalatzen ari nintzela, bigarren saiakera on baten ondoren, hirugarrenean egitea lortu nuen. Nire bigarren 8a+ mailako bidea zen, egunean bertan egiten nuen lehenengoa, eta gainera horma luze horretan. Neure buruarengan sinesten hasteko gakoa izan zen, kalitate itzeleko bidea izateaz gain.

Zuretzako, eskalatzeko berezia den lekuren bat Euskal Herrian? Eta Euskal Herritik kanpo?

Euskal Herritik kanpo aipatu dudana Margalef. Bertan asko gozatu ohi dut eta nire garapenerako hainbat pausu bizi izan ditut: bertan egin ditut 7c-tik 8b arte bistaz egindako lehen bideak.





Malatesta, 8b. Mugarra · ARGAZKIA: HODEI TORRES

Euskal Herrian, Mugarra oso berezia da niretzat, nahiz eta ez dudan marka pertsonalik hautsi bertan. Han momentu oso politak bizi izan ditut, eta ingurune ikaragarria izateaz gain, lagunez inguratua egon ohi naiz. Kalitatezko bideez gain, xarma berezia duen lekua da, dudarik gabe. Valdegobia edo Araotz bezalako lekuak ere aipatu nahi nituzke, hauetan txikitatik eskalatu izan dudalako eta azken urteotan bide interesgarriak egin ditudalako.

Gaur egun, eskalatzaile asko rokodromoan oso zailduak daude eta beraien helburuak txapelketetan oinarritzen dira, harkaitzean gutxiago eskalatzeko joera dutela esan daiteke. Zein da zure ikuspegia?

Zentzuzkoa deritzot indartsu dauden eskalatzaile asko rokodromoan eskalatzeko joera izatea, kirolari bezala txapelketak direlako haien xede nagusia. Hala ere, kasu batzuetan bi jardueren arteko banaketa handiegia egiten dela uste dut, urte osoan zehar harkaitza ukitzen ez duten eskalatzaileak baitaude. Hainbesteko dedikazioa beharrezkoa al da?

Nik uste mundu mailako eskalatzaile onenetariko askok ere joera hau erakusten dutela; ez dut uste datuak ematea beharrezkoa denik. Eskalatzaile askok harkaitzarekin duten konexio-falta hori (batez ere gazteenen artean) arraroa egiten zait, nik ez dudalako eskalada harkaitzik gabe ulertzen. Bestalde, aberasgarria izango litzateke harkaitzean eskalatzeko ohituak dauden eskalatzaile askok txapelketak begirune handiagoz ikusiko balituzte. Euskal Herrian eta estatu mailan, gazteez gain, ia ez dago lehiakiderik.

Nola ikusten duzu zeure burua urte batzuk barru?

Eskalatzeko, seguru! Neure onena emanez, baina nola egingo dudan ez dakit. Ez daukat helburu zehatzik buruan. Kirol honek eskaintzen digun guztiaz disfrutatzen eta ikasten jarraitzea da nire nahia. Agian, nire jardunaz gain, beste lotura mota batzuk izatea gustatuko litzaidake; entrenatzaile edo

prestakuntza arloan lan egiten. Oraindik eskalatzaile gutxi batzuekin dihardut lan hauek egiten, baina espero dut denboraren poderioz gero eta gehiago izatea.

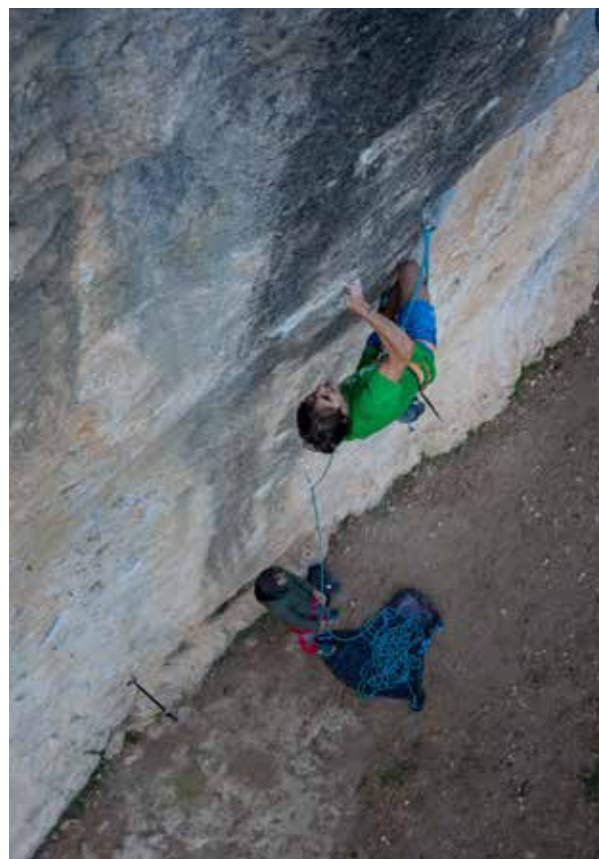
Identifikatua sentiarazten zaituen esaldi edo lema bat?

Oraintxe bertan ez zait esaldi zehatz bat bururatzen. Agian, hauxe esango nuke: "Utzi pentsatzeari, gehiago sentitu". Andre Agassiren *Open* liburuan irakurri nuen (historiako tennis jokalaria onenetariko) bere neska-lagunak esan ohi ziola (Steffi Graf, hau ere historiako emakumezko tennis jokalaria onenetakoa). Sentitzeari espazioa utziz gero, dena hobeto irteten dela uste dut, duda gutxiagoz, gozamen eta lasaitasun gehiagoz...

Galdetutakoaz gain aipatzea nahiko zenukeen zerbait?

Aurreko erantzunetan nabaritu zen zerbait: buruak kirolean duen garrantzia azpimarratzea gustatuko litzaidake. Duela gutxi arte, entzun ere egiten ez zen gai bat zen. Zorionez, azkenaldian garrantzia hartzen ari da kirolean. Eskaladaren kasuan, bereziki garrantzitsua da, beldurra eta arriskua oso presente baitaude; esango nuke zenbait une gainditzeko ezinbestekoa dela. Askotan, arazo bat dagoenean soilik landu ohi da, baina ez du zertan; indarra entrenatzen dugun moduan, burua ere entrenatu baitezakegu gure maila hobetzeko. Psikologia landuz, askok pentsatzen dutena baino gehiago hobetu daitekeela uste dut.

Psikoterapia, 9a. Valdegobia · ARGAZKIA: JOSEBA HERNANDEZ



XABIER ORMAZABAL MENDI-FESTA

AUTOREAK



Ioritz Gonzalez Lertxundi

Pyrenaica aldizkariaren erredakzio taldeko kidea.



Andoni Ormazabal Aristegi

Xabierren anaia, mendizalea eta eskalatzailea. Honetaz gain, estatu mailan erreferentziazko fisioterapeuta: euskal eskalada selekzioko fisioterapeuta moduan dihardu 15 urte baino gehiago.

Mendizalearen ibilbidea eredutzat hartu eta oroitzapena bizirik mantentzeko, familiak "Xabier Ormazabal mendi-festa" antolatu ohi du

2004. urtean zendu zen Xabier Ormazabal mendizale urretxuarra, 23 urte zituelarik. Cho-oyu mendian. Zuen adinerako, ibilbide oparoa zuen; Ande eta Alpeetan hainbat gailur erdiesteaz gain, Elurretako Lehoinabarra titulu lortu zuen: Bata-sun sobietikoa zenaren bost mendi altuenak igotzeagatik eman ohi den titulu.

Xabierrek Takolo bekaren bitartez laguntza jaso zuen Batasun sobietikoko proiektua gauzatzeko, eta laguntza hari esker ona adierazi ohi zion. Haren mendi-ibilbidea eredutzat hartu eta oroitzapena bizirik mantentzeko, mendizalearen familiak Xabier Ormazabal beka eta mendi festa sortu zuen 2016. urtean, Urretxuko udalaren laguntzaz.

Maiatzaren 28an hirugarren urteurrena ospatu zen, eta Maialen Rojo gasteiztarrantzat izan da beka. Aurten ere, beka ematearekin bat festa antolatu eta gerturaturiko jendeak ikuskizunaz gozatzeko parada izan zuen; kalean atonduriko eskalada-egitura ikusgarrian, txikienek eskalada frogatzeko aukera izan zuten; trebatuenentzat berriz, boulder erronkak izan ziren.

Izen handiko mendizale eta eskalatzaileak izan ziren festan, bai eskalatzen, zein ikusle moduan, eta giro aparta bizi izan zen

Ezker-eskubi: Patxi Usobiaga, Alberto Iñurrategi, Marc Toralles, Eneko cesar, Eneko Pou, Mikel Zabalza, Gorka Karapeto, David Carretero, Iker Pou eta Unai Mendia · ARGAZKIA: POTRONKO



Erronkako partehartzaileak, Andoni Ormazabal erdian dagoela · ARGAZKIA: POTRONKO



Mendi-festara hurbiduriko jendetza · ARGAZKIA: POTRONKO

Ondoren, bazkari herrikoia ospatu ostean, erronka nagusia etorri zen: Euskal Mendi Federazioko selekzioko gazteenak, izen handiko eskalatzaileen aurka aritu ziren (Iker Pou, Patxi Usobiaga, Gorka Karapeto, Esther Cruz, Leire Agirre eta Ane Hernani). Ikusleen artean ere izen handiko mendizale eta eskalatzaileak bildu ziren. Festa giroari ukitu berezia eman zioten Alex Txikonek eta Josean Mulasek, esatari lanak eginez. Amaitzeko, iluntzean, entzute handiko zenbait proiektzio ikusteko aukera izan zen.

Lerro hauen bitartez, antolatzaileek parte hartu zuten erakunde eta hainbat boluntariori eskerrak eman nahi dizkiete, haiei esker ez baitzen posible izango giro ezin hobe ospaturiko festa. Eskerrik asko bihotzez!

MENDI FILM FESTIVAL

15 URTETAKO ESPEDIZIOA

2022ko abenduaren 9tik 18ra egingo dena 15. edizioa izango da



Giro ona Euskalduna Jauregian, 2021ean: Aritz Aranburu, Natxo Gonzalez, Igor Bellido eta Kepa Acero "La Isla de los Tigres"-en estreinaldian

Mendi Film 2008an sortu zenetik, 15 urte bete dira. Edizioak ere hainbat, beraz 2022ko abenduaren 9tik 18ra egingo dena 15.a izango da. Han lehia parte hartuko duten pelikulen zerrenda urrian publikatuko da, eta hortik aurrera jakinaraziko da zein gonbidatu, zuzendari, ekoizle eta atleta protagonista bilduko diren abenduan geurera.

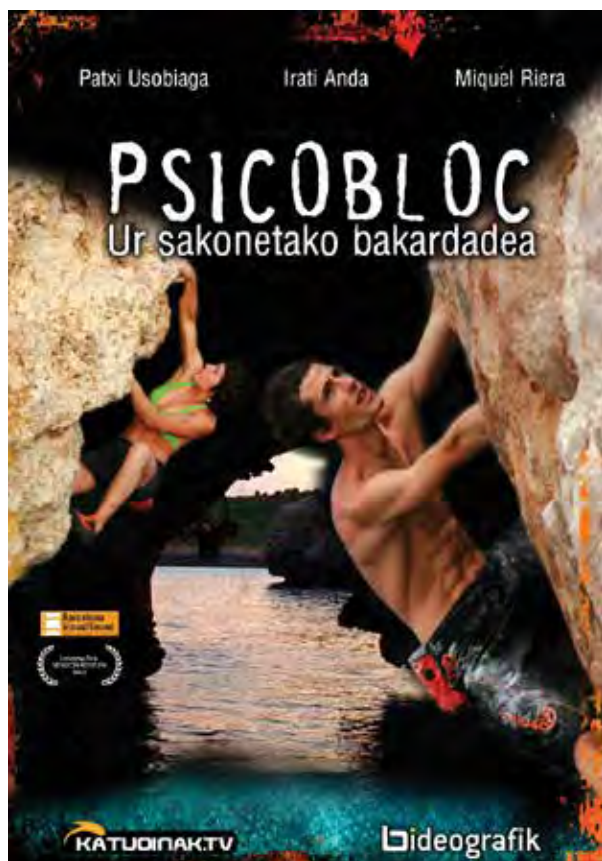
Hala izan da beti, bidea 2008an Gasteizen abiatu zenetik. Lehen lau urte eder haietan gorpuztu zen Euskal Herriko mendi zinema jaialdia, bertako mendizaletasunari erantzunez eta mundu osoko mendi zinematografia berriena eta aktualena geurean aurkezteko gogoz sortu zena. Pyrenaicako aurreko aleetan (284. zenbakia) aipatua dugu haren aurrekari arrakastatsua izan zen Donostiako mendi zine jaialdiaren eredua, 1979tik 1985era bitartekoa. Bada, Gasteizen Mendi Film sortu zenerako, erreferentziak Torello, Trento, Banff edota Diablerets jaialdiak ziren. Jabier Baraiazarra, Eduardo Martinez eta konpainiak, ametsari bide eman zioten, eta Mendi Film Festival jarri zuten martxan.

Europa Jauregia eta Artium museoa Kanpaleku Nagusi bihurtu, eta han abiatu zen jada 15 urte dituen espedizioa. Horma handi bat bailitzan, beste horrenbeste luzetan gogora dezagun:

"PSICOBLOC: UR SAKONETAKO BAKARDADEA" ETA BIDEOGRAFIK

Pelikula honek zabaldu zuen Mendi Filmeko lehen edizioa, Gasteizko Europa Jauregian, 2008ko abenduaren 15ean. Etxeko ekoizpen bat, Bideografik durangarrena. Etxeko protagonistekin: Patxi Usobiaga eta Irati Anda, Balearretako Miquel Rierarekin (gb) batera, "psicoblocaren aita". Bideografik-eko Xabier Zabala, Asier Maeztu, Carlos Iglesias eta Eukeni Arriortua pelikula asko eta onak aurkeztutakoak dira Mendi Filmen: aipatu "Psicobloc"-ez batera, "Slack Line: grabitateari erronka" (2009), "Tamur: Kangchenjungako harribitxia" (2010), "Aizkora hotsak goi mendietan" (2011), "GR-99.

Los colores del camino" (2012), "Parapentea eta ni" (2012), "Imaginador" (2016), eta "Pastoreak" (2018).



Mendi Filmen proiektatutako lehen pelikula: "Psicobloc: ur sakonetako bakardadea" (Bideografik)

EUSKAL EKOIZPENA

Ordur geroztik asko izan dira beren lanak Mendi Filmen aurkeztu dituzten euskal ekoiztetxeak: Marmoka Films, Arena Comunicación, Gariza Films, Morgancra, Einarte Produzioak, Zirriborro, Arteman, Dimegaz, Gattiken, On Produzioak, Avis Producciones, Muxu estudio, Bideolan...



Aro berria 2019tik: BBK Mendi Film Bilbao Bizkaia

EUSKAL ZUZENDARIAK

Eta euskal zuzendari andana murgildu da mendiko zinema-gintzaren munduan, beren lanak Mendi Filmera begira jarritz: Lara Izagirre, Pablo Iraburu, Migueltxo Molina, Marga Gutierrez, Jose Larraza, Aner Etxebarria, Pablo Vidal, Ruben Crespo, Igor Bellido, Jon Herranz, Mattin Zeberio, Pablo Dendaluze, Jon Goikoetxea, Iker Larrañaga, Iñaki Peña, Egoi Markaida, Iker Elorrieta, Iñigo Grasset, Alex Areizaga, Romain Jamet, Tamara Lucarini, Carlos Rodriguez, Fredi Paia, Aitor Gisasola, Gotzon Arribas, Santi Ron, Mikel Peña...

EUSKAL PROTAGONISTAK

Zine-zuzendari lanetan sartutako euskal mendizale eta atletak ere dezente dira: Mikel Sarasola, Alex Txikon, Jose Ramon Agirre "Marron", Adolfo Madinabeitia, Josu Bereziartua, Luis Arrieta, Janire Etxabe, Mikel eta Iñaki Urresti, Xanti Ugarte, Txus Ruiz de Erentxun... Pelikuletako protagonista bezala ere, izen ezagun asko. Alpinistak: Iñaki Ochoa de Olza (gb), Alberto Zerain (gb), Alberto Iñurrategi, Juan Vallejo, Mikel Zabalza, Edurne Pasaban, Juanito Oiarzabal, Juanjo Sansebastian edo Felipe Uriarte. Eskalatzailak: Ekaitz Maiz, Gorka Karapeto, Arkaitz Yurrita, Unai Mendia, Eneko Cesar, Andoni Ormazabal, Itziar Zabala, Mikel Linazisoro edo Esparta anaiak. Eskiatzailak: Lucas Eguibar, Iraitz Ezkergain edo Jurek Sienkiewicz. Mendi lasterkariak: Silvia Trigueros, Iker Karrera, Oihana Azkorbebeitia edo Irene Sarriugarte. Piraguitak: Aitor Goikoetxea, Xabier Olano, Fermin Perez, edo Antxon Arza (gb). Surfari eta abenturazaleak: Kepa Acero, Aritz Aranburu, Natxo Gonzalez edo Garazi Sanchez. Bidaia-riak: Josu Iztueta, Julio Villar edo Eneko Etxebarrieta. Aloña Mendi taldeko espeleologoak. Eñaut Izagirre eta Ibai Rico glaziologo eta geografoak.



10 edizioko Women at the Top panel talka: Jabier Baraiazarra, Katie Ives, Bernadette McDonald, Catherine Destivelle, Lynn Hill, Josune Bereziartu, Eduardo Martinez eta Edurne Pasaban



Pou Aniaekin hizketaldia "A4 in Free" aurkezteko

POU ANIAIAK

Aparteko kapitulua da Eneko eta Iker Pou anaiena. Eskalatazaila eta alpinista gasteiztarrek, lotura estua izan dute beti Mendi Filmekin, honen aldeko apustu irmoa egin izan dute beti. Bederatzi pelikula estreinatu dituzte bertan, atera kontuak! 2008an "7 parea 7 kontinente"-rekin hasi, eta 2018ko "Pim Pam Pou" arte.

VITORIA-GASTEIZ

2008tik 2011ra, Gasteiz izan zen Mendi zinemagintzaren euskal hiriburua. Bertako negu hotzetan beroa eskaini zuen ikusleagoak lehen ediziotik, aretoak betez. Nazioarteko izar handiak hasi ziren biltzen jaialdira: Dean Potter (gb), Sean Leary (gb), Nicolas Favresse, Sean Villanueva, Karina Hollekim, Erhard Loretan (gb), Leo Houlding, Ines Papert, Gerlinde Kaltenbrunner, Ralf Dujmovits, Chris Sharma...

BERNADETTE MCDONALD

2010ean egin zuen lehen kidea Mendi Filmen idazle kanadarak, artean Banff Film Festival-eko zuzendaritzako kide zela. Birritan epaimahaikide izana da Mendi Filmen, baita hizlari eta erakusketa aurkezle ere. Nazioarteko izaera eta potentziala aitortu zizkion euskal jaialdiari.

IAMF

2011ean Mendi zinemaldien nazioarteko elkargoan sartu zen Mendi Film Festival, International Alliance for Mountain Film delakoan. Gaur egun 28 kide ditu, 5 kontinentetako 20 herrialde ordezkaturik. Eta 2018az geroztik, elkargoaren gidaritzan dihardu Jabier Baraiazarrak, Mendi Filmeko zuzendariak.

BILBO

2012an egin zuen Gasteiztik Bilborako aldaketa Mendi Filmek. Esker onez, bai Araban jaialdiari lau urteko sustengua eman zioten erakundeekiko eta ikusleekiko, eta baita Bizkaian abegikor agertu zirenekiko. 10. edizio ospatu dira jada Bilbon. Sala BBK, Golem zinemak, Euskalduna Jauregia, Bizkaia Aretoa, Euskal Museoa, Itsasmuseoa, Ondare eta Rekalde aretoak, Zabalgune eraikina, Bizkaiko Abokatuen Elkargo Ohoretsua, Club Deportivo Bilbao, Alde Zaharra... Mendiko arnasa abenduro berritzen da Bilbon.

JIMMY CHIN

2013an Jimmy Chin-ek bere argazkilari ibilbideko lanekin erakusketa aurkeztu zuen Metro Bilbaon. 2015ean berak zuzendutako "Meru" filma proiektatu zen Mendi Filmen 8. edizioko Hasiera Ekitaldian, Euskalduna Jauregian. Eta 2018an, "Free Solo" programatu zen Mendi Filmen, handik urtebetera, nazioarteko sari sonatuak irabazi zituen mendiko pelikula: Akademiaren Oscar bat, BAFTA sari bat eta 7 Emmy sari. Pisuzko pertsonaia bat, Mendi Filmeri lotua.

10. URTEURRENA

Mendi Filmen 2017ko edizioak, 10.ak, emakume indarra aldarrikatu zuen: Catherine Destivelle, Lynn Hill, Josune Bereziartu eta Edurne Pasaban Sala BBK-ko agertoki distiratsuan elkarrekin; Jennifer Peedom zuzendariaren "Mountain" Euskalduna



Iñigo Grasset argazkilaria "Circle of the Sun" film laburra aurkezten Josune Velez de Mendizabal aurkezlearekin



Mikel Sarasola piraguista eta zine zuzendariaren lehen agerraldia Mendi Filmen, 2014an, "Caminos de Agua" pelikularekin

Jauregiko Hasiera Ekitaldian; Bernadette McDonald eta Katie Ives mahai inguruak gidatzen, eta haiek bezala hainbat urtetan Pyrenaicako arduraduna izan den Luisa Alonso-Cires edo Lara Izagirre zinegilea ere bai; Jin Jeon zuzendari hego-ko-rearraren "Becoming who I was" filmak Sari Nagusia irabazi zuen; eta "Aurrera" film laburrarekin Irene Sarrionandia mendi lasterkaria ezagutarazi zen jendartean.

ARO BERRIA: BBK MENDI FILM BILBAO BIZKAIA

2019an Bizkaiko Foru Aldundia, Bilboko Udala eta BBK Fundazioarekin lau urterako lankidetzak akordioa sinatu zuen Mendi Filmek. Egonkortasun eta ziurtasun bide bat. Eta baita izen aldaketa bat ere: Bilbao Mendi Film Festival zena, BBK Mendi Film Bilbao Bizkaia da harrez geroztik. Izen nagusi hauen altzoan, berau posible egiten duten babesle guztiei, bihoakie esker onik zintzoena.

PANDEMIA

Covid-19aren agerraldiak eraginda 2020ko eta 2021eko edizioak aurrera atera izana sekulako lorpena izan zen. Musuko, desinfektatzaile, distantzia sozial eta udal muga perimetrala eta guzti egin zen 13. edizioa. Artean musukoak erantzi gabe, baina jatorri muga gabeko bilgunea izan zen iazkoa, 14. edizioa. Bi edizioetako kartelak, CVCEPHOTO lehiaketako sarrietatik hautatuak, sinbolismoz beteak izan ziren: 2020an Sandi Bertoncelj argazkilararen "Into the Light" eta Jan Zahularen "The edge of guillotine".

ERAKUSKETAK

Edizio guztiek izan dituzte erakusketa seinatuak: argazkiak, komikiak eta liburuak, mendi materiala, musika, margo-lanak, fularrak eta zapiak... CVCEPHOTO lehiaketako 7 edizioetako argazki sarituek beste horrenbeste urtetan izan dute isla Metro Bilbaoko geltokietan. Jim Herrington argazkilaria prestigioitsuak historiako mendizale handien erretratuak ekarri

zituena. Santi Yaniz eta bere magia eta irudimena maiz izan dira erakusgai argazkietan. EMMOA-ren eskutik euskal mendizaletasunaren historia kontatu da Bilboko Alde Zaharreko erakusleihoetan. Italiako Museo della Montagnaren fularren eta disko-azalen erakusketek ere oihartzun handia izan zuten. Eta SUA argitaletxearekin batera Mendi Film labean sortutako "Everest: Herri oso bat gailurrean" eta "Inurrategi anaiak: mendiari bihotz emanak" komikiek ere izan dute erakusleioa.



Itziar Zabala "Amagana" pelikulako protagonista bigarren Mendi Film pandemikoan, 2021ean

MENDI TOUR

Mendi Filmeko pelikula onenen mostra ibiltaria, abenduko erakustaldiaren ostean, hurrengo urte osorako soka ematen duena. Aurten 50etik gora hiri eta herritan 90 bat zine-saio aurkeztuko ditu urtarrilean hasi eta azarora bitartean. Urte osoan mendiko zinemas pantaila handian eta lagunartean gozatzeko aukera da Mendi Filmek eskaintzen duena. Mendizaletasunaren bilgune da. Eta horrela, 15 urte jada.

Aitor Elduairen (Mendi Film komunikazioa)



Chris Sharma eskalatzailea Mendi Film 2. edizioan, Gasteizko Europa Jauregian

NOTICIAS EMMOA ALBISTEAK

TOUR DE MENDIAN GORA

La exposición Mendian Gora, que se celebró en los escaparates de Gasteiz en Navidades de 2021 y en Bilbao en 2022, ha comenzado su recorrido itinerante por todo el país.

Una versión de menor tamaño de los paneles rotará por los parketxes de los Parques Naturales de Álava. Ha empezado en abril en Sarriena, en el PN del Gorbeia y luego irá a Valderejo y a Izki.

En cuanto a la colección de tamaño grande, su primera exhibición fue en Legazpi, en febrero y marzo de este año. Siguió su recorrido con una jornada de aproximación de la UPV al mundo de la montaña, el 10 de mayo, en el campus de Álava. Participaron por la mañana profesores de la universidad, y en la mesa redonda de la tarde: Juanjo San Sebastián, Javo Alonso Aldama, Edurne Pasaban y Alex Txikon. La exposición se pudo visitar hasta el 3 de junio.

Durante el mes de junio se ha exhibido, junto a la colección Bizkaitarrak Goiko Mugetan, en Casa Torre Jauregia de Santurtzi, gracias a la colaboración del Ayuntamiento y de Bizkaiko Mendizale Federazioa.

CONGRESO INTERNACIONAL

EMMOA ha participado del 9 al 13 de junio, en Zakopane (Polonia), en la asamblea anual de IMMA (Alianza Internacional de Museos de Montaña) y en el Congreso Internacional de Desarrollo Sostenible en Montaña, con una novedosa ponencia sobre los buzones de montaña, preparada con la colaboración de EMF, Mendikat y GMF.

Al terminar el congreso, subida en telecabina a 2000 m



Visita guiada por Iturriza en el campus de Álava

EMMOA CORDILLERA BLANCA MENDIKATEAN

Pou anaiak bide bat ireki dute ekainaren 13an Peruko *Cordillera Blanca* mendikateko inoiz zanpatu gabeko mendi batean: Urus Mendebaldea III (M6/75º/640m). Ibilbideari EMMOA izena jarri diote, museoaren omenez.

BARNE KONTUAK

Elkarteark hitzarmen bat sinatu du Elgetako Udalarekin. Horren baitan Udalak atal berezi bat jarriko du bere liburutegian, EMMOAK utziko dizkion mendiko liburuekin.

Bestalde, jakizue bulego eta biltegi bat alokatu direla Martutenen (Donostia), lehen Zuhaitziko bulegoetan gordeta zeuden funtsak bertan gordetzeko.

MENDI LASTERKETAK

TEXTO



Alberto Mella Garate
www.lasterketak.eus

Corredor por afición e Ingeniero Informático de profesión aúna los dos ámbitos gestionando esta web de carreras. Ha practicado todo tipo de deportes: Pelota, Fútbol, Sambo... hasta descubrir el atletismo, sobre todo el de montaña.



Ehunmilak ultra-trail – Famili argazkia irabazle guztiekin · ARGAZKIA: LASTERKETAK.EUS

Aurreko zenbakian aurreratu genuen bezala, bi urteko etenaldiaren ondoren, mendi lasterketak berpiztu direla esan genezake. Hemen doakizue gure egutegiko lasterketa entzutetsuenen laburpena:

ZEGAMA-AIZKORRI

Asteburu borobila Zegaman: mundu mailako korrikalari onenak, eguraldi eta giro paregabeak eta errekor festa.

Maratoian (42,195 Km / 5472 mD), Kilian Jornetek irabazi zuen hamargarren aldiz, marka 8 minutu hobetuz. Emakumezkoen proban, Nienke Brinkman izan zen azkarrena, marka 18 minutu hobetuz. Euskal korrikalariei dagokionez, aipagarria Sara Alonso donostiarraren hirugarren postua. Gizonezkoetan, Aritz Egea urretxuarra hogeita bosgarren postuan sailkatu zen.

| GIZONEZKOAK | |
|-----------------|---------|
| Kilian Jornet | 3:36:40 |
| Davide Magnini | 3:39:31 |
| Manuel Merillas | 3:45:43 |

| EMAKUMEZKOAK | |
|-----------------|---------|
| Nienke Brinkman | 4:16:43 |
| Maude Mathys | 4:26:03 |
| Sara Alonso | 4:26:40 |

Kilometro Bertikalean (3 Km / 1015 mD+) Emelie Forsberg eta Oriol Cardona izan ziren azkarrenak Irauleko tontorrean. Oriolek, gainera, probaren errekorra hautsi zuen. Gure korrikalariei dagokionez, aipagarria Naiara Irigoienaren bigarren postua eta

Onditz Iturberen hirugarrena. Gizonezkoetan, Iñigo Alzola izan zen lehen euskalduna bederatzigarren postua eskuratuz.

Junior Trail (10,4 Km / 505 mD+) gazteen lasterketan Martina Gonfaus eta Marcos Villamuerak eraman zituzten txapelak. Kategoria horretan ere, euskaldunak goiko postuetan: nesketan Alluitz De Bilbao bigarren eta Jone Oar hirugarren. Mutiletan, Ibai Angulo hirugarren postuan.



Zegama-Aizkorri – Top-5 chicas y chicos · ARGAZKIA: LASTERKETAK.EUS

EHUNMILAK ULTRA-TRAIL

Eguraldia lagun, XI. edizioa ohi bezala burutu zen, uztailean; antolakuntzako kideen esanetan, edizio borobilena. 1100 korrikalarik hartu zuten parte eta 1400 boluntarioren laguntza izan zuten (lasterketaren altxor nagusia). Proba nagusiaren txapelak – Ehunmilak Ultra-Trail (168 Km / 11000 mD+) – bi beteranok eraman zituzten; Elena Calvillo beasaindarrak lehen aldiz, eta Javi Dominguez gasteiztarrak seigarren aldiz. Goierriko Bi Haundiak (88 Km / 6000 mD+) proban, Gemma Barrabeig kataluniarra eta Aritz Egea urretxuarra izan ziren txapeldunak. Aritzek, gainera, probaren errekorra 9 minutu hobetuz. Trilogia borobiltzeko, Marimurumendi Marathon (42 Km / 2300) lasterketan, Larraitz Aragon eta Alvaro Ramos izan ziren azkarrenak.



Sara Alonso entrando en meta en la Marathon du Mont-Blanc
FOTO: JORDI SARAGOSSA / GOLDEN TRAIL SERIES

GURE LASTERKETAK

Entre mayo y junio hemos podido disfrutar de más de 50 carreras. Entre ellas, 6 son nuevas en el calendario. A las ya mencionadas en el número anterior, debemos añadir la Amaraune Mendi Lasterketa (17 Km / 887 mD+) de Elizondo y la Gangurenoko "Zazpi Trokark" Trail (21,5 Km / 1056 mD+) de Galdakao.

En la primera edición de la Domusa Teknik 40 MLK (65 Km / 3700 mD+), Oihana Azkorbebeitia y Aritz Egea se proclamaron campeones de Euskadi de Ultras. En cuanto al resto de pruebas,



Domusa Teknik 40 MKL de Azpeitia · FOTO: ALBERTO BELOKI



El ganador Aritz Egea exhausto tras cruzar la meta en la Domusa Teknik 40 MKL · FOTO: ALBERTO BELOKI

un resumen de algunas de las txapelak: Oihane Perez y Ugaitz Artola en la Euskal Herria Mendi Erronka (67 Km / 3600 mD+), Mayi Mujika y Robert Pkemboi en la T3T de Tolosa (42'5 Km / 2800 mD+) y Oihana Kortazar y Xabier Zarranz en la Camille Extreme (31,6 Km / 2044 mD+).

GURE KORRIKALARIAK MUNDUAN

Cada vez es más habitual ver a nuestros korrikalaris disputando carreras a nivel internacional. No solo eso, además obteniendo resultados del más alto nivel. A continuación, un resumen de algunos de estos resultados: Silvia Trigueros ganadora de la TransPeneda-Gerês (168 Km / 9500 mD+); Maite Maiora segundo puesto en la Minotaur Sky Race (33,5 Km / 2900 mD+) de Canadá; Oihana Kortazar ganadora de las pruebas Trail La Covatilla (37 Km / 2300 mD+), La Olla de Núria (21,5 Km / 1940 mD+) y KM Vertical Fuente Dé (2,6 Km / 972 mD+); Oihana Azkorbebeitia fue la más rápida en la prueba de la Copa del Mundo Epic Trail Vall de Boí (42 Km / 2800 mD+), donde Sandra Sevillano entró en segunda posición, igual que Ander Iñarra en categoría masculina; la joven oñatiarra Malen Osa se subió a lo más alto del pódium en los 23 Km du Mont-Blanc (23 Km / 1680 mD+) y logró un segundo puesto en la La Olla de Núria (21,5 Km / 1940 mD+); y para finalizar queremos destacar el gran estado de forma de Sara Alonso, ganadora en La Olla de Núria Vertical (4 Km / 949 mD+), Brisbane Trail Ultra (30 Km / 800 mD+) y en el Marathon du Mont-Blanc (42 Km / 2540 mD+), con récord incluido.



El Keniata Robert Pkemboi ganador de la T3T de Tolosa
FOTO: AGERREMEDIA (WWW.AGERREMEDIA.COM)

1 ESCALADA

Oros para Joanes Esparta (sub 18m), Eñaut Uson (sub16m) e Inés Allende (sub 14f), en la segunda prueba de la copa de España de escalada de bloque

Joanes Esparta (Sub 18M) e Inés Allende (Sub 14F) confirmaron su buen momento de forma dominando en sus respectivas categorías. Esparta ofreció un bonito duelo con Jordi Payá, al que se acabó imponiendo por cuestión de efectividad y Allende fue la única capaz de alcanzar 4 tops en la final. No fueron los únicos que brillaron, ya que Eñaut Uson se desquitó del tercer puesto cosechado en Madrid para acceder a lo más alto del cajón gracias a sus 3 tops y 4 zonas logrados en menos intentos que su perseguidor Bernat Munne. También con metal colgado en el cuello regresó Ainhize Belar de tierras ovetenses, en concreto una plata en Sub 18F, muy cerca nuevamente de Ana Torregrosa. También acarició el podio Irati Guenetxea que se tuvo que conformar con un cuarto puesto, pese a la gran actuación firmada durante todo el fin de semana.



2 MENDI LASTERKETAK

Asier Larruzeta eta Ainara Urrutia, onenak IX. Amurrio Trail Lasterketan, mendiko lasterketen EMF Kopako hirugarren proba

Amurrio Trail Taldeak eta Euskal Mendizale Federazioak antolatutako IX. Amurrio Trail Lasterketa EMF Koparen zirkuituko hirugarren proba puntuagarria izan da. Arabako ibilbide luzeko hitzorduan (31 kilometro eta 1.860 metroko desnibel positiboa) ia ehun korrikalarik hartu zuten parte, eta 125 izan ziren 15 kilometro eta 600 metroko desnibel positiboko bertsio murriztuan parte hartu



EMF BERRIAK | NOTICIAS FVM

zutenak. EMF Kopari begira, azkarrenak Asier Larruzeta (Azpigorri Mendi Kluba), gizezkoen absolutuan, eta Ainara Urrutia (Aiaramendi Korrikalariak) emakumezkoen absolutuan izan ziren.

Ainara Uribarri Skymasters txapelketarako sailkatu da Austriako Munduko Kopako proban

Munduko Kopako laugarren lasterketa, Austriako Maria Alm herrian jokatu zen Hochkönig Skyrace lasterketa, eta Euskal Selektzioaren 3 korrikalari bertaratu ziren: Ainara Uribarri, Javi Goitia eta Aitor Ajuria.

Oso gogorra izan zen 32 kilometroko eta 2.720 metroko desnibel positiboko proba austriarra. 1.400 metroko igoera indartsu batekin hasi zen, eta, horren ondorioz, hainbat korrikalarik utzi zioten korritzeari. Ondoren, oso eremu harritsuaren egin zuten korrika, elurrarekin tartekatuta, parte-hartzaileen erorketak eragin zituen ibilbidearen zati handi batean.

Ainara Uribarriren 9. postu bikain honekin, dagoeneko Euskal Selektzioko 5 korrikalarik lortu dute leku bat final handian, Skymasters Gorbeia Suziaren: Ainara Uribarri berak, Ainara Urrutiak, Sara Peñak, Maud Combarieuk eta Maite Maiorak.



3 EMF-FVM

La Federación Vasca de Montaña y Mendi Film refuerzan su cordada

La Federación Vasca de Montaña y la Asociación Mendi Film Festival han firmado el convenio de colaboración 2022-2024. Los presidentes de ambas entidades, Zigor Egia (EMF-FVM) y Eduardo Martínez (Mendi Film), han rubricado de esta manera el reforzamiento de la cordada que los une.

Tanto la EMF-FVM, como la asociación Mendi Film Elkarteak, están interesadas en la promoción del montañismo en el ámbito de sus federados y en el público en general, y se comprometen a seguir colaborando mientras esté en vigor el mandato de la actual directiva hasta el año 2024, fecha de aniversario de los 100 años de la federación. Desde la EMF-FVM se incidirá de manera especial en hacerse eco de las noticias y eventos que genere Mendi Film, tanto en nuestras RRSS, así como en la revista Pyrenaica. También sumará una aportación económica, y se compromete a dar su apoyo inmaterial al Mendi Film, considerándolo de interés especial para el montañismo de Euskadi.

Mendi Film ofrecerá a los federados de la EMF-FVM descuentos al adquirir las entradas para la Sesión Inaugural de la 15ª edición (del 9 al 18 de diciembre 2022).



EMF 2022 Mendi Udalekuak

6 egun eta 5 gaueko (2 kolonia) udaleku itxiak egin dira Belaguan eta inguruetan.

Bi aste desberdinetan bereizitako bi programa proposatu dira, aste bakoitzean 21 plaza betetzeko.

Uztailak 3tik 8ra, 8 eta 12 urte bitarteko partaideentzat zuzendua.

Uztailak 17tik 22ra, 13 eta 17 urte bitarteko partaideentzat zuzendua.

Oinarrizko kanpamentu gisa Belaguako aterpea proposatu izan da, non astean zehar gaua igaro zuten eta pentsio osoa izan zuten parte-hartzaileek eta antolatzaileek. Euskara nahitaezkoa izan zen.



30ª marcha infantil EMF – Club AIZKARDI M.E.

La 30ª Edición de la Marcha Infantil que promueve la Federación Vasca de Montaña ha sido organizada este año por el club AIZKARDI Mendizale Elkarte de Amasa-Villabona en Gipuzkoa.

Se celebró el pasado 29 de mayo, pudiendo participar todos los niños y niñas hasta 14 años, acompañados por sus padres o tutores.

La Marcha Infantil fue circular, partiendo de la Errebote Plaza de Villabona a las 9:30 horas. Hubo 3 recorridos marcados con cinta plástica, pudiendo realizarse cualquiera de ellos, de modo que cada participante pudiera escoger el recorrido que mejor se adaptase a sus cualidades. Los recorridos se denominaron según su distancia, LUZEA de 13,5Km , MOTZA de 9,5Km y MOTZENA de 7,5Km y tuvieron una duración aproximada de entre 2h 30 min y 4h 30 min.



El itinerario recorrió los parajes de Lastur Parkea, Mandabieta, Kanal Handia, Oindolar, Arlagats, Komizar Parkea, Amasa, Aranae-rreka y Villabona.

4 MARCHA NÓRDICA Y ORIENTACION

La primera prueba de la 1ª COPA VASCO-NAVARRA DE MARCHA NÓRDICA se celebró en Lodosa el pasado 12 de junio.



Asi mismo se han convocado las PRUEBAS DE SELECCIÓN DE EUSKADI DE ORIENTACIÓN PARA DEPORTISTAS: Infantiles - Cade-tes - Juveniles (sub-18). Las pruebas puntuables para la selección han sido:

- Mayo 8: Oñate (urbana)
- Mayo 22: Portugalete (urbana)
- Junio 5: Xoxote (montaña - media)
- Junio 19: Langraiz Oka (semi urbana)
- Julio 30-31: Liga norte Soria (media-larga)
- Agosto 6-7: Urbasa (larga-media)

Mas información y criterios en la siguiente dirección: https://emf.eus/Noti/2022/OrientaciOn_EMF-Selección_2022_CRITERIOS.pdf

PRUEBAS DE SELECCIÓN DE EUSKADI PARA DEPORTISTAS: Infantiles - Cadetes - Juveniles (sub-18)



1 IZASKUN BENGOA FUE PREMIADA EN LA GALA GURE KIROLA SARIAK

El evento organizado por la Diputación Foral de Álava y el Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz se celebró en mayo en el Palacio Europa. Fue un acto conmemorativo y de reconocimiento a personas y entidades que han cosechado éxitos deportivos durante el pasado año. Más de 80 deportistas y entidades han recogido su galardón.

La deportista de Amurrio ha tenido el reconocimiento a sus méritos deportivos en la temporada 2020/2021 al proclamarse campeona de la Copa de España de marcha nórdica, subcampeona



de España absoluta, campeona de Euskadi, campeona de Álava, campeona de España por selecciones autonómicas con la Euskal Selekzioa y campeona de España por equipos con Hazten.

2 XIII MONTES DE VITORIA – GASTEIZKO MENDIAK, ORGANIZADO POR MANUEL IRADIER

Fundación Vital y la Sociedad Excursionista Manuel Iradier presentaron una nueva edición de la gran prueba de fondo por montaña LOS MONTES DE VITORIA / GASTEIZKO MENDIAK. Tal como su nombre refleja, esta prueba de 62 km, tiene su esencia en recorrer "de un tirón" las cumbres que el Catálogo de Cimas de Euskal Herria recoge como las más representativas de la citada cadena montañosa.

Enhorabuena a todos los participantes.

CATEGORÍA MASCULINA:

- 1º Jon Rodrigo Zarzos. Erdella Mendi taldea
- 2º Mikel Martin Arruabarrena. Manuel Iradier
- 3º Iñaki Fdez de Bastida Garrido. Manuel Iradier

CATEGORÍA FEMENINA:

- 1ª Lur Basterretxea Keretxeta. Erdella Mendi taldea
- 2ª Beatriz Villegas Prada. Gaikar Zoetzietaoak
- 3ª Raffaella Ciavola. CM Gasteiz

Con los alaveses: Mikel Martin Arruabarrena e Iñaki Fdez de Bastida Garrido. Con las alavesas: Beatriz Villegas Prada y Raffaella Ciavola.



3 II ENCUENTRO DE MUJERES MONTAÑERAS

En febrero del 2022 hicimos el I Encuentro de mujeres montañeras ante la falta de participación en temas de montaña y detectamos diferentes puntos que debíamos trabajar. Así salieron estos grupos de trabajo y cada uno en este mes de mayo ha presentado sus acciones:

- Perspectiva de género
- Comunicación
- Participación
- Formación
- Ayudas

4 ORIXOL MENDI ELKARTEAREN 50. URTEURRENA

Garai bateko eta gaur egungo Orixol Mendizale Elkarteak kideak batu ziren herriko plazan familia argazkia ateratzeko eta elkarrekin bazkaltzeko. Goizean Orixol mendira ibilaldia egin zuten eta han dagoen plaka zaharra berriagatik ordezkatu zuten. Hurrengo egunetan askotariko ekitaldiak antolatu zituzten Mendi Astearen baitan.

ARAMAIXOKO MENDI ASTIE
50. URTEURRENA

EKAINAK 4
Zapate
10:30tan
ORIXOLEKO PUNTAN
Berruak - plaka zaharria - bazkaltzeko
14:00tan
Elkartetik jasoan daramen partaiden argazkia plazan
15:00tan
Herriratuak plazan
18:30tan
Bazkaltze berriaren elkarrekin
22:00tan
Kontzertuak plazan

EKAINAK 5
Domeka
11:30
BASOAN Lur Basterretxea BASO-BAINUA
antolatuko duen eta Orixol mendira ibilaldia egingo duen

EKAINAK 8
Asteazkena
18:30
Garai Asteazkenaren marturizuntak
Jardunaldiak: Kultura erakunde "Zelan elkarrekin mendian"

EKAINAK 9
Osteguna
18:30atik aurrera
Bazkaltze berriaren
Dokumentalaren

EKAINAK 10
Ostirala
19:00atik aurrera
Kale eremuetan postuak

EKAINAK 12
Domeka
18:30tan
Dokumentalaren
AMAGANA (11:11) Mendiko Film Festival eko
"Euskal Herriko Film Oinera"
MENDIAK 1976 (19:19) Mendiko Film Festival eko
"Mendiko Film Oinera"

© VITAL, 2022. BERRUAK
MENDIAK 1976

BMF BIZKAIA FVM

1 BBK MENDI MARTXAK, REFERENTE DE COMPROMISO MEDIOAMBIENTAL E INCLUSIVO



“Mendi Martxak” es un proyecto de colaboración entre BBK y BMF-FVM, cuyo objetivo consiste en la realización de actividades de montaña, poniendo el foco en los siguientes aspectos: montaña inclusiva, medioambiente e intervenciones didácticas y deportivas.

Estas actividades se realizarán contando para ello con la colaboración de clubes de montaña, el club Ibilki de Getxo dedicado al guiado de personas con discapacidad y la Fundación Lurguia cuyo fin es favorecer la conservación de la biodiversidad.

El proyecto contempla 5 conferencias, 5 acciones de voluntariado medioambiental y 5 excursiones populares.

2 BIZKAIKO BOULDER TXAPELKETA-2022

Bizkaiko Goi Mendi Eskolak ekainaren 7an PIUGAZ Bilbao eskalada gunean Bizkaiko Boulder Eskalada Txapelketa antolatu zuen. Egun berean bi ekitaldi burutu ziren. Alde batetik, Bizkaiko Boulder Txapelketa ofiziala (BBT 2022) eta, bestetik, Bizkaiko Boulder Txapelketa herrikoia eta irekia (OPEN 2022). Guztira 193 eskalatzailak hartu zuten parte antolatu ziren bi ekitaldietan.

| BBT EMAKUMEAK | BBT GIZONAK |
|---------------------|----------------------|
| 1. Ainhize Belar | 1. Joanes Esparta |
| 2. Irantzu Porres | 2. Bittor Esparta |
| 3. Aitziber Urrutia | 3. Gorka Ruiz |
| OPEN EMAKUMEAK | OPEN GIZONAK |
| 1. Irati Guenetxea | 1. Martzel Vicario |
| 2. Aitana Navaridas | 2. Gorka Santisteban |
| 3. Paula Sastre | 3. Hodei Galinares |



3 AGRADECIMIENTO A VÍCTOR VIVAR EXPRESIDENTE DE LA BMF-FVM

La Junta Directiva de la BMF-FVM quiere agradecer al que hasta ahora ha sido su presidente Víctor Vivar toda la labor desarrollada dentro y fuera de la federación, el empeño, el tiempo dedicado y sobre todo el intenso trabajo gracias al cual se han conseguido celebrar importantes eventos. Su esfuerzo y trabajo junto con un buen talante conciliador han sido sus señas de identidad

Gracias por todo lo que nos has dado y hemos aprendido contigo. Te deseamos lo mejor y cuenta con nuestra amistad y agradecimiento.



4 BIZKAIKO MENDI FEDERAZIOKO ESKOLA KIROLEKO JAIA

Maiatzaren 22an Berrizen 2021-2022ko Eskola Kiroleko mendi irteerei amaiera eman genien jai giroan. 430 pertsona batu ginen, mendi txangoa egin eta gero Berrizeko eskolan jokoak, pintxoak, freskagarriak eta sariak izan genituen.

Eskerrik asko parte hartu duzuen guztioi, baita programa bikain hau aurrera eramateko lan egiten duzuen guztioi ere.

Datorren denboraldian, berriz ere, mendi txangoekin hasiko dugu Eskola Kiroleko programa.



Taldea Kristina Enea parkean

1 ESKOLA MENDIZALETASUN EGOKITUA

Aurtengo Eskola Mendizaletasuneko txanden artean guretzat oso bereziak diren 3 jarduera ospatu ditugu, Gipuzkoako Kirol Egokituko Federazioarekin elkarlanean. Eskalada saio bat eta natur inguruneetan burututako bi irteera izan dira. Jarduera hauen helburu nagusia gazte hauek horren ohikoak ez dituzten natur ekintzekin harremana izatea da, beraiantzat oso garrantzitsuak diren estimuluak jasoz.

Joan den martxoaren 11an, Oiartzungo Elorsoro kiroldegian 10 gaztetxo elkartu ziren eskaladako hastapen saio bat ospatzeko. Errokodromoko bideetan zein teknikariek moldatutako eskailera bertikaletan sentsazio berriak dastatzen aritu ziren, ondoren pendulo eder batekin saioa amaitzeko.

Maiatzaren 6an aldiz, Donostiako Kristina Enea parkean 9 gaztetxo elkartu ziren teknikariek prestatutako ginkana batetaz goxatzeko. Naturaz goxatzen zuten bitartean, parkean zehar ezkutututako pistak aurkitzen aritu ziren, Donostiako piraten altxorra topatzea helburu zutelarik.

Azkenik maiatzaren 13an, Irungo Eguzkitza Institutuaren inuruko basotxoan 8 gaztetxo elkartu ziren, teknikariek prestatutako beste ginkana bat ospatzeko. Kasu honetan bertako zuhaitzen hosto desberdinak topatzen joatea izan zen jokoaren helburu nagusia.

Beste behin ere plazer bat izan da gaztetxo hauekin aurtengo jarduera hauek ospatzea.

2 ESKOLARTEKO BOULDER LIGAXKA. DATEN ALDAKETA

Gipuzkoako eskolarteko Boulder Ligaxka mixtoko bi probak udazkenara atzeratu behar izan genituen. Behin behineko datak ondorengoak izango dira: urriaren 30ean Aretxabaletako Ibarra kiroldegian eta azaroaren 13an Tolosako Usabal kiroldegian. Edozein aldaketa gertatu ezker ahalik eta lasterren jakinaraziko dizuegu.



Eskalada egokitua Oiartzunen

3 GOI MENDI ESKOLAKO IKASTAROAK

Datozen hilabeteetarako GGMEtik antolatuta ditugun ikastaroak ondorengo hauek dira:

| | |
|---|---------------------|
| Kirol Eskalada (hastapena eta trebakuntza) | Iraila - septiembre |
| Escalada Deportiva (iniciación y perfeccionamiento) | 17, 18 |
| Mendiko orientazioa: iparorratzez | Iraila - septiembre |
| Orientación en montaña: con brújula | 24,2 |
| Mendiko Orientazioa: GPSz | Urria - octubre |
| Orientación en montaña: con GPS | 1, 2 |
| Glaziare Alpinismoa (hastapena) | Abendua - diciembre |
| Alpinismo Glaciar (iniciación) | 10, 11 |

FNDME NAFARROA MEKNF

1 ENTREPYR

Se han establecido los criterios para que a partir del 1 de enero de 2023 los y las federadas de Cataluña, Aragón, Navarra y Asturias puedan tener descuento en los refugios gestionados por estas Federaciones. Dichos criterios se han establecido en relación con el acuerdo firmado por la Federación Navarra de Deportes de Montaña y Escalada en la Correspondencia de Acuerdos de Refugios.



2 UDAZKEN LASTERKETAK

Udako beroak pasata, Nafar txapelketako azken probak izanen dira. Alde batetik lerrokako txapelketako azken bost probak izanen dira:

- Agoizko Mendi Lasterketa (Agoitz) 2022/09/11.
- Uharte Arakil- Beriain KB (Uharte Arakil) 2022/09/18.
- Mendira Joan Etorria (Etxarri Aranatz): 2022/10/02.
- Basajaun Trail Race (Galdeano): 2022/10/15.
- Sansilbestrail (Zubiri) 2022/12/24.
- Bestetik urriaren 9an taldekako txapelketa egingen da Urdazubin.
- Urdazubiko Kontrabandisten Lasterketa (Urdazubi) 2022/10/09.
- Azkenik 18 eta 21 urte azpiko kategorietako azken lasterketa burutuko da bertan, behin betiko sailkapena zehaztuz.
- Agoizko Mendi Lasterketa (Agoitz) 2022/09/11.

3 PRESENTACIÓN GR1

El día 28 de junio se hizo la presentación a distintos departamentos del Gobierno de Navarra y a los consorcios de la Zona Media y de Estella (Teder) del proyecto de recuperación del GR 1 que discurre por la Zona Media de Navarra y tiene 135 kilómetros. Este proyecto es posible por el acuerdo de la Federación con el Instituto Navarro de Deporte y se hará en 3 años.

4 ESPAINIAKO ESKOLA ADINEKO ESKALADA TXAPELKETA

Uztailaren 1, 2 eta 3an Espainiako Eskola Adineko Eskalada Txapelketak burutu ziren Iruñean (Rocopolis). 14 selekzioetako gazte txoek parte hartu zuten, kadete eta infantil mailetan. Txapelketak bi disziplinetan banatu ziren, abiadura alde batetik eta zailtasun eta bloke konbinatua bestetik.



5 E.N.A.M. EKO KURTSOAK

Nafarroako goi mendi eskolak hainbat modalitateko kurtsoak aurrrera eramanen ditu. Hauexek izanen dira kurtsoak:

- Eskalada (hastapenak, luzeak eta autobabesa).
- Arroilak.
- Orientazioa iparrorratz eta maparekin.
- GPS kurtsoa.
- Autoerreskatatzea arrokan.
- Glaziar autoerreskatatzea.
- Izen emateak : www.mendizmendi.com





1 AIRE

Aire es un cómic lleno de nostalgia sobre el montañismo de otras generaciones. Los que hemos conocido la lenta iniciación a la montaña no podemos dejar de identificarnos con las aventuras de Ane, la protagonista. Aire tiene como los buenos cómics varias lecturas, tanto en la historia como en los dibujos de César Llaguno, lo que convierte a Aire en una lectura obligatoria para todo amante de la montaña.

AUTORES: Juanjo Garbizu y César Llaguno IDIOMA: Castellano
EDITORIAL: Diéresis AÑO: 2022 PÁGINAS: 55 PRECIO: 17,90 €



2 NAFARROAN ESKALADA EGITEKO GIDA

Nafarroan eskalada egiteko gida honek 29 eskalada-gune, 230 sektore eta ehunka bide biltzen ditu. Erraztuko die eskalatzailerei bilatzen duten bidearekin asmatzea, bai horma horiek ezagutzen dituztenei, bai bide berriak aurkitu nahi dituztenei edo beste lurralde batzuetatik iritsi direnei ere. Ingurumen-babesari, hegazti harrapariei eta landareei buruzko mezuak txertatuta ditu; baita gai teknikoak eta segurtasunekoak, nola jokatu eta zer egin ere.

EGILEA: Carlos Velázquez HIZKUNTZA: euskara/gaztelania
ARGITALETXEA: Sua edizioak ORRIALDEAK: 416 URTEA: 2022 PREZIOA: 32 €



3 CLUB DE MONTAÑA GAZTEIZ MENDI TALDEA, 50 ANIVERSARIO: 1971-2021

Entre los actos de celebración del cincuentenario del Club de Montaña Gazteiz, queda la publicación de un libro que ofrece artículos escritos expresamente para esta ocasión



4 MEMORIAS DE UN MONTAÑERO FELIZ: ESCALADAS Y AVENTURAS

Juanjo Arrieta, no solo nos relata sus numerosas escaladas y aperturas en el macizo de Ubiña y en los Picos de Europa, convertidas ahora algunas de ellas en grandes clásicas, sino que también nos transporta a otros territorios como los Alpes, los Andes y el Himalaya, y, en un giro sorprendente, nos interna en la selva Centroamericana, lugar en el que convivió con la población nativa durante años. Además de tratarse de un libro fundamental para entender la evolución del alpinismo en Asturias, lo es también para comprender cuáles fueron las motivaciones que impulsaron a toda una generación de montañeros y escaladores de los años 60, 70 y 80 del siglo XX: la exploración, la amistad y la búsqueda de la libertad.

AUTOR: Juanjo Arrieta IDIOMA: Castellano
EDITORIAL: Ediciones Cordillera Cantábrica AÑO: 2021
PÁGINAS: 233 PRECIO: 25 €

PYRENAICAREN LIBURU GOMENDATUA

EMAN IZAR BAT / BÁJAME UNA ESTRELLA

1990ko maiatzaren amaieran Meru mendian Miriam García eskalatzaila nafarraren egunkaria zuri geratu zen, zapaldu gabeko elur erori berriaren moduan. Urtebete beranduago "Eman izar bat" liburua argitaratu zen; gazteleraz lehenik, euskaraz ondoren. Liburua Miriamek 1988an Amerikan zehar egin zuen zazpi hilabeteko eskalada bidaiaren egunkarian oinarrituta dago, Yosemitetik Patagoniara, Alpamayo eta Huascaran mendietatik pasatuz. Liburu txiki bat da, hauskor itxurakoa, Monica Serentill marrazkigilearen marrazkien epeltasunarekin jantzia.

Baina liburu txiki hau poesia hutsa da, bihotza zeharkatu eta arima ukitzeraino iristen dena. Honegatik ez da harrizkoa mendizale eta eskalatzailen belaunaldi ezberdinetan utzi duen arrasto sakona. Askatasuna maite duen edonoren liburutegian egon beharko litzatekeen liburua da.

A finales de mayo de 1990 el diario de la escaladora navarra Miriam García se quedó en blanco en el Meru, como la nieve recién caída sin pisar. Un año más tarde se publicó el libro "Bájame una estrella"; primero en castellano, después en euskara. El libro está basado en el diario de viaje de escalada que Miriam realizó en 1988 a través de América durante siete meses, desde Yosemite a la Patagonia, pasando por el Alpamayo y Huascarán. Se trata de un pequeño libro, de aspecto frágil, vestido con la tibieza de los dibujos de la dibujante Mónica Serentill. Pero este pequeño libro es pura poesía que traspasa el corazón y llega a tocar el alma. Por esto no es de extrañar la profunda huella que ha dejado en las distintas generaciones de montañeros, montañeras, escaladores y escaladoras. Es un libro que debería estar en la biblioteca de cualquier persona que ame la libertad.

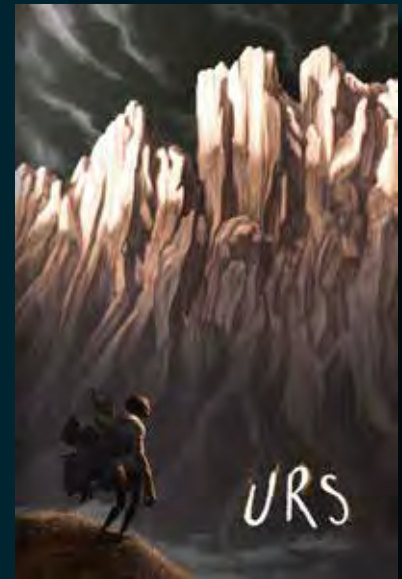
EGILEA: Miriam García Pascual HIZKUNTZA: euskara/gaztelania ARGITALETXEA: Desnivel Ediciones URTEA: 2006 ORRIALDEAK: 65 PREZIOA: 13 €



1 URS

Estaba en una sombría ladera donde acaban los bosques y comienzan los pastos de altura. Pude ver bancales cubiertos de zarzas, cercados sin puerta y ventanas sin cristales. Los tejados habían cedido al peso del abandono y del caño de la fuente sólo manaban óxido y olvido. El sonido de mis pasos recorría tímidamente el empedrado de las calles. Calles por las que hacía ya mucho tiempo que no se escuchaban las risas infantiles, las letanías de los mayores o el ladrido de los perros. Continué mi camino y antes de doblar el recodo, me di la vuelta para verlo por última vez. Maltratado esqueleto de muros que un día fueron hogares. ¿Por qué se marcharon? Urs lo sabe y te lo contará en Youtube.

DIRECTOR: Moritz Mayerhofer AÑO: 2008 PAÍS: Alemania



2 ARA SALVAJE

Ara salvaje es un lúcido y amoroso canto a la vida. Una suerte de paisajes y vivencias a golpe de pedal que conforman un luminoso documental.

Martín Campoy es un enamorado de la vida. Un soñador pragmático de acento argentino que fluye sobre dos ruedas por la cuenca del río Ara. Busca la trazada estética, el vuelo preciso, la pedalada justa. Lo hace consciente del pasado, centrado en el presente y mirando al futuro. Lo adereza generosamente con pensamientos, emociones y sentimientos.

Julio Llamazares narró el olvido de estas tierras. Labordeta les cantó a sus gentes. Lorena Álvarez canta con ellas. Martín por su parte, encontró el lugar donde arraigar sus sueños y lo que es más importante, encontró las personas con las que compartílos.

Cuando acabes de ver el documental querrás ir a Pirineos, querrás subirte a una bici o querrás abrazar a Martín. Puede incluso que las tres cosas a la vez.

Puedes verlo en Amazon Prime.

DIRECTOR: Osole Visual AÑO: 2018 PAÍS: España



3 RESCATE

— 112. Dígame.

— Necesito ayuda.

Dos palabras, no son más que dos palabras. Dos palabras que ponen en marcha un dispositivo cuidadosamente calibrado para ayudar.

En 2021 el número de rescates efectuado por el GREIM superó el millar por primera vez en los más de 50 años de historia del cuerpo. En el 99,5 de los casos el accidente se debió a un fallo humano.

Miles de personas nos movemos por el medio natural. Al hacerlo todos asumimos riesgos consciente o inconscientemente. Y si la fatalidad se produce, existe un grupo de hombres y mujeres dispuesto a arriesgar su vida para ayudar.

En un rescate por regla general, se produce un curioso hermanamiento entre el hedonismo y la cruda realidad. En la mayoría de los casos la víctima se mueve por el placer personal, mientras que el rescatador se mueve por el deseo de socorrer.

En las ciudades es relativamente fácil ver a los bomberos poniendo su vida en peligro por ayudar a quien lo necesite. En la montaña en cambio, la labor de rescate es silenciosa y anónima. Esta serie documental pone rostro y nombre a esas personas que acudirán a nuestro socorro, si lo necesitamos.

Puedes verla en la plataforma de RTVE y en Youtube.

DIRECTOR: Dani Salas AÑO: 2022 PAÍS: España





EXPEDICIÓN INTO THE ICE

EXPLORACIÓN, CIENCIA Y AVENTURA
EN LA CORDILLERA DARWIN



La expedición INTO THE ICE a su llegada en barco al glaciar.

Cinco aventureros multidisciplinares, geógrafos, glaciólogos y montañeros, hicieron la mochila el pasado mes de marzo para ir a explorar la Cordillera Darwin chilena y así analizar la evolución de los glaciares en Tierra de Fuego frente al cambio climático. Y, si no fuera poco, aprovecharon también para coronar por primera vez la cumbre virgen del monte Roncagli. Ternua acompañó a los integrantes de esta expedición, una gesta que representa los valores y la historia que encierra su símbolo de cola de ballena.

Abril 2022. La expedición Into the Ice regresa a casa tras haber conseguido dos retos: coronar la cumbre virgen del monte Roncagli y constatar el adelgazamiento y retroceso del glaciar que lleva ese mismo nombre, el cual se caracteriza por ser uno de los casos de investigación más interesantes para estudiar la dinámica de los glaciares de Cordillera Darwin. Este cordón montañoso chileno cubierto por campos de hielo está ubicado íntegramente en el parque nacional Alberto de Agostini, en la parte suroeste de la isla Grande de Tierra del Fuego. Es la parte meridional de la gran cordillera de los Andes e incluye las máximas cumbres del archipiélago de Tierra del Fuego. Un lugar donde las condiciones climáticas son extremas, inhóspitas e inestables, lo que significa que hay que protegerse y actuar en base a las previsiones de la meteorología en todo momento, tomando decisiones rápidas en momentos puntuales.

Eñaut Izagirre (geógrafo y glaciólogo), que ya había estado en la zona en 2018, año en el que dejó instalados instrumentos científicos para el análisis de la evolución de los glaciares de dicha cordillera, embarcó a Ibai Rico (geógrafo y guía de montaña), Jon Inoriza (joven alpinista), Andrew Opila (cámara y fotógrafo) y Jon Artano (escritor y periodista) en esta aventura. El equipo tuvo el velero Kotik, tripulado por Igor Bely y Adriana Enríquez, como campo base itinerante durante todo el mes de expedición, concretamente, del 19 de marzo al 16 de abril.

ALPINISMO DE EXPLORACIÓN E INVESTIGACIÓN

El proyecto Into the Ice tenía un objetivo doble: alpinismo de exploración y realización de trabajos científicos para una mejor comprensión sobre los procesos glaciares de la Cordillera Darwin. En la vertiente científica, el equipo buscaba entender la respuesta y dinámica del Campo de hielo de la Cordillera Darwin frente al cambio climático, siendo éste un laboratorio prístino y único. De hecho, la exploración del campo de hielo fue limitada debido al escarpado terreno glaciar y, por eso, la expedición se centró en las áreas costeras



Eñaut Izagirre recogiendo muestras de nieve.

de la Cordillera Darwin.

En el lugar los geólogos consiguieron obtener muestras de nieve en 5 pozos de hasta 2,4 metros de profundidad realizados en las zonas elevadas de los glaciares Roncagli, Holanda/Francis e Italia. Con la obtención de estas muestras se analizará, por un lado, la procedencia de la acumulación nival en la parte superior del campo de hielo y, por otro lado, las características de dicha acumulación y su repercusión en el balance de masa de estos glaciares. Asimismo, se recogieron más de media docena de muestras de 1 kg de nieve, para analizar la presencia de hollín (o black carbon en inglés), siendo éste un indicador interesante para medir la contaminación producida por el ser humano, y su afección en los distintos sistemas terrestres.

Dentro de la exploración de las elevaciones superiores del campo de hielo, se acometió la escalada de uno de los grandes desafíos aún pendientes en la Cordillera Darwin: la primera ascensión del Monte Roncagli, alcanzando la aún virgen cumbre principal (-2.226 m previamente). Dado a la altitud a la que está situado, la intrincada geografía, el terreno alpino que hay que superar y el hecho de estar totalmente rodeado de inmensos glaciares, combinado con el severo clima patagónico, hacen que hoy la cima central del Monte Roncagli supusiese uno de los últimos grandes retos de la exploración alpinística en Tierra del Fuego.

El Roncagli había sido intentado en una media docena de ocasiones desde la década de 1970, entre otros por David Hillebrandt y su equipo en 1990 (donde realizaron una notable ascensión de la arista Norte, hasta la cumbre occidental del Monte Roncagli, unos 100 m por debajo de la cumbre central). Después, lo intentaron Simon Yates y Andy Parkin en 2007 (intento en la arista Noreste), y Simon Yates y Andy Cave en 2013 (intento en la vertiente Sur).

Gracias al trabajo previo utilizando imágenes



Jon Inoriza en la cima del Monte Roncagli.

satelitales, la logística de acceso mediante velero y los reconocimientos a pie realizados hasta la entrada del campo de hielo, el equipo pudo llegar hasta la base del Roncagli, siendo Ibai Rico y Jon Inoriza quienes consiguieron alcanzar su cumbre principal ascendiendo la vertiente Sur el día 23 de marzo de 2022 (16:30), aprovechando una ventana de 20 h de buen tiempo. Además, por primera vez, se ha medido mediante GPS de alta precisión la elevación de la cumbre (2.252 m) y durante el descenso se realizaron mediciones glaciológicas cerca de la cumbre del Roncagli así como en la zona de acumulación del glaciar del mismo nombre.

ADELGAZAMIENTO Y RETROCESO DE 1KM DEL GLACIAR RONCAGLI

Durante la expedición Into the Ice se recuperaron una serie de instrumentos científicos instalados en abril de 2018 por Eñaut Izagirre, los cuales son parte del proyecto de doctorado que está realizando en la UPV/EHU.

En los días posteriores al ascenso de la cumbre

principal del Monte Roncagli y tras haber recogido las muestras de nieve mencionadas anteriormente, el equipo se trasladó a la cercana Bahía Alemania para acceder a la zona inferior del glaciar Roncagli. Los sensores recogidos fueron 7 termómetros para medir la temperatura del aire a diferentes elevaciones, 1 estación meteorológica automática y 1 cámara de fotos configurada para la realización de fotografía secuencial (timelapse en inglés). Con los datos obtenidos a partir de estos instrumentos se ha analizado de forma cuantitativa el adelgazamiento y retroceso de 1 km en los últimos 4 años del glaciar Roncagli.

Asimismo, durante toda la expedición se realizaron 7 vuelos fotogramétricos mediante el uso de vehículos aéreos no tripulados (drones); esta actividad se ha desarrollado para generar cartografía de alta resolución de varios frentes glaciares (entre ellos el frente del glaciar Roncagli) y también de las morrenas terminales, depósitos de sedimentos transportados por el glaciar y que, por lo general, muestra el evento de avance y estabilidad de dichos glaciares.



TERNUA, COMPAÑERO DE VIAJE


La marca vasca de outdoor sostenible, que además viste de forma habitual al geógrafo y glaciólogo Eñaut Izagirre durante sus salidas de investigación científica, se quiso sumar a esta expedición, dada sus dosis de aventura, alpinismo y compromiso con la naturaleza, equipando a toda la expedición con prendas técnicas, protegiendo a estos aventureros de las complicadas condiciones meteorológicas del lugar.

Esta expedición representa la historia y los valores que encierra el logo de cola de ballena: reivindica el espíritu aventurero, de superación y respetuoso de los balleneros vascos. Personas intrépidas, valientes y respetuosas con otras culturas y que, gracias a su esfuerzo, tesón y afán de superación, sirvieron de inspiración para crear esta marca que habla de montaña, naturaleza, aventura, solidaridad y respeto al medio ambiente.

Eñaut Izagirre, Ibai Rico,
Jon Inoriza, Andrew Opila,
Jon Artano (expedición).

Igor Bely y Adriana
Enriquez (tripulación).





Alcanza tus objetivos con seguridad

*Protegemos
tu vida personal
y profesional*

SEGUROS DE:

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

ADARTIA GRUPO ALKORA

TE INFORMAMOS SIN COMPROMISO

adartia@adartia.es

946 613 497

www.adartia.es

SCARPA



MESCALITO TRK GTX

THE TERRAIN TAMER.



La última incorporación a la famosa familia MESCALITO, diseñadas para largas caminatas y condiciones extremas. Las características propias del calzado de aproximación se combinan con la estabilidad, el soporte y la comodidad de una bota de trekking. Fabricadas para llevarte a la cima.



@SCARPASPAIN  

CLIMBSKIN

SPAIN



#WhyClimbskin

climbskin.com

By: Alan Rubio

bbk mendi film bilbao · bizkaia

9 - 18 december 2022

15. NAZIOARTEKO MENDIKO ZINEMALDIA
15.º FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINE DE MONTAÑA
15th INTERNATIONAL MOUNTAIN FILM FESTIVAL

“Ski is Life” © Sandi Bertoncej. CVCEPHOTO 2022

 Bizkaia

 Bilbao

 bbk

TRES GUÍAS PARA CONOCER RINCONES ESPECTACULARES



EL MUNDO DE LOS

PIRINEOS

RUTAS A

PARAJES
IDÍLICOS

PIRINEO OCCIDENTAL · PIRINEO ORIENTAL · PIRINEO CENTRAL

www **sua**.eus