

PYRENAICA

● *La montaña vista
por las mujeres*

● *Escaladoras de élite:
Josune, Leire, Patricia*

● *Los senderos del
valle de Arana*

● *Etiopía,
montaña e historia*

● *Las moradas de la
Dama del Anboto*

● *Himalaya:
K2, Cho Oyu, ...Junko Tabei*



N.º 215

2.º de 2004

3,95 €

AL FIN

ENTENDERÁS

POR QUÉ

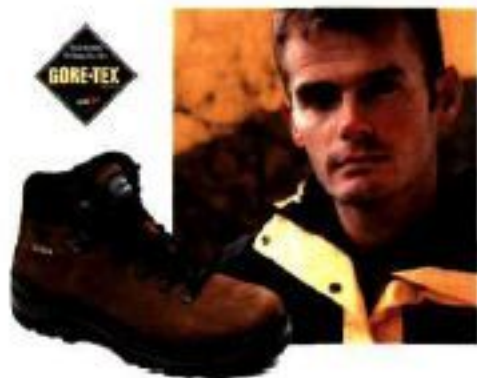
ALGUNOS

MIDEN

LA ALTURA

EN PIES.

FERRATER CAMPUS MICHULES



Está claro. En cualquier expedición el éxito se alcanza poco a poco, o mejor dicho, paso a paso, un pie delante del otro. Y si no, que se lo pregunten a **Alberto Ñurrategi** que, con sus 14 ochomiles, sabe la importancia de la comodidad de un buen calzado. Por eso, Tuckland ha desarrollado una bota cómoda, segura y fiable que además incorpora Gore-Tex. Y tú, ¿qué harás con tus Tuckland?



TUCKLAND
EL DOBLE DE CÓMODO

VAUDE CROSSCONSULT - PHOTO: J. BURCH, CH

Eskey aqwi!



THE SPIRIT OF MOUNTAIN SPORTS

www.vaude.com

Gran responsabilidad

Cerro Torre: 3.133 m

Peso Ultraligero

Mochila, saco, tienda:
todo junto sólo 2.490gr.



El equipo: VAUDE Ultralight
Rendimiento óptimo, máxima protección
mínimo peso.

Distribuye Altitud Sport Evasion, SL
Solicita catálogo gratuito:
altitud@altitudsport.com

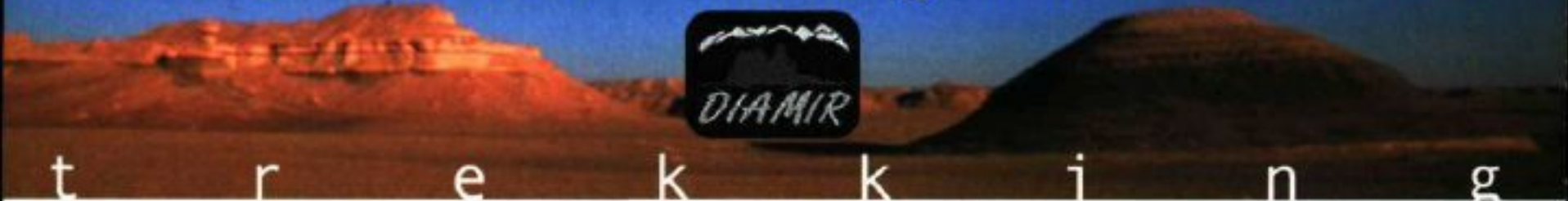
¿Dónde está
nuestro
compañero?



m i e n t r a s t u d e c i d í a s



n o s o t r o s i m a g i n á b a m o s



t r e k k i n g



v e r a n o



i n v i e r n o



t o d o e l a ñ o

nueva dirección - poligono igeltzera local C10 - urduliz - bizkaia - 946765215

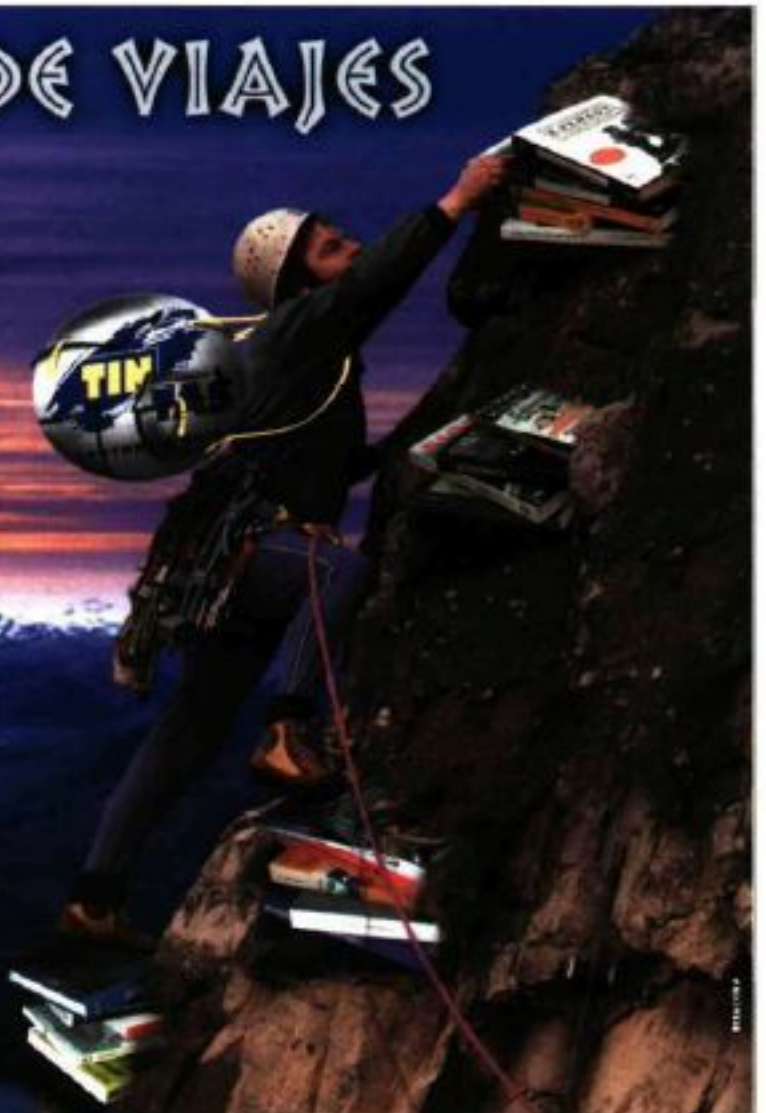
TU LIBRERÍA DE VIAJES



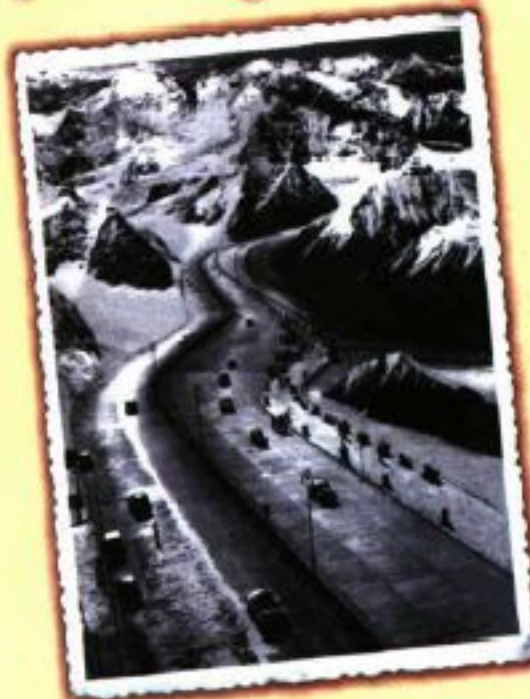
Si lo tuyo es viajar y conocer el mundo, en TIN-TAS has acertado.

- Infinidad de Guías de Viaje
- Mapas
- Temas de Montaña
- Todos los Deportes

General Concha, 10. 48008 BILBAO
Tfno. 944.449.541 Fax 944.221.760
www.libreriatintas.com



Deja el coche y viaja a pie...



Un año
más desde
banoa os
ofrecemos
la posibilidad
de recorrer
el mundo
a pie.

Programas elaborados con cuidado y respeto en los detalles; siempre en grupos reducidos y con guías experimentados.

Alto Atlas marroquí.

15 días,
julio, agosto y septiembre.

Travesía del Taurus, Turquía.

15 días, julio.

Kilimanjaro y Meru, Tanzania.

15 días, julio, agosto
y septiembre.

Glaciar del Baltoro, Pakistán.

26 días, julio y agosto.

Vuelta al Nanga Parbat, Pakistán.

24 días, agosto.

Ladakh, valle de Markha, India.

23 días, agosto.

Las fuentes del Ganges, India

23 días, agosto y septiembre.

Everest. Campo base, Nepal.

27 días, octubre
y noviembre.

Vuelta a los Annapurnas, Nepal.

25 días, octubre
y noviembre.

Valle de Lantang, Nepal.

15 días, octubre.

Chimborazo y Cotopaxi, Ecuador.

21 días, agosto.

Cordillera Blanca y Camino del Inca, Perú.

20 días, agosto.

Vuelta al Paine y Fitz Roy, Chile y Argentina.

23 días, noviembre.

Ascensión al Aconcagua, Argentina.

23 días, diciembre y enero.

También podemos organizar
tus expediciones a medida.

Solicítanos información,
estamos en:

Ledesma 10 - bis, 2º

48001 BILBAO

Tel: 94 424 0011 - Fax: 94 423 2039

e-mail: bio@banoa.com

Ronda de Sant Pere 11 - àtic 3º

08010 BARCELONA

Tel: 93 318 9600 - Fax: 93 318 0037

e-mail: bcn@banoa.com

www.banoa.com

banoa
Trekking

La elección de la Mujer

LIBERO Y COMPACTO

nuestro bastón de trekking más ligero y cómodo, con menos de 200 gramos y un puño fino y suave de espuma EVA.

DUOLOCK™

sistema de ajuste

La fijación doble es mejor - gracias a la fuerza ejercida por ambos extremos, la pieza de expansión queda totalmente presionada al interior del tubo, obteniendo hasta un 80% más de resistencia.



Serie TITANAL HF

bastones de trekking ultraligeros exclusivos y únicos de KOMPERDELL.

TRAIL LITE
COMPACT
TITANAL

sólo 60cm



Especialmente desarrollado para la MUJER!

KOMPERDELL
www.komperdell.com



Solicita
catálogo
gratuito

Fax: 943 33 65 16

mail: altitud@altitudsport.com



Distribuido por

roca

XANTI GORROTXATEGI

TREKKING

| | |
|---------------|--|
| JULIO | 1-4 IRATI - OZA - BEARN Orhy, Quimboa, Anie, Anielarra |
| | 5-11 PIRINEO CENTRAL Neouvielle, Gavarnie, Marcadau o Espingo |
| AGOSTO | 2-8 GEDOS La Mira, Morezón, La Galana, Almanzor, Cervunal |
| | 16-24 ALPES Valais + Mont Blanc |
| | 27 y 29 Petit y Grand Vignemale |
| | 30-5 SIERRA NEVADA Picón de Jeres, Vacares, Alcazaba, Mulhacen, Cerro Caballo |

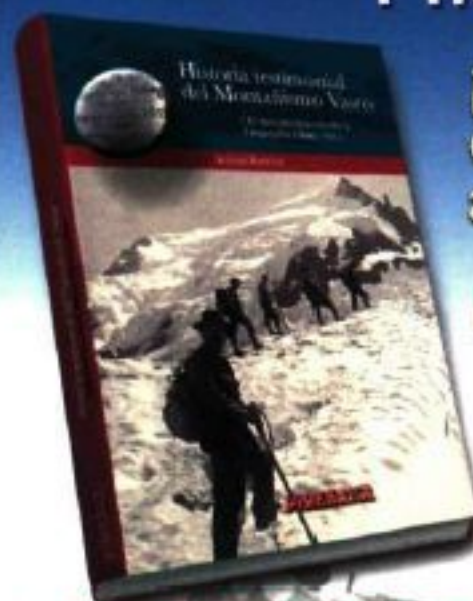
OTRAS OPCIONES

- Semanas en SUIZA: Bishorn, Alphubel, Dom, Weissmies, etc...
- Mont Blanc con aclimatación (Dômes de Nieve)
- Mont Blanc Express (4 días)
- Los tres macizos de Picos de Europa
- Escalada en escuela: Arranomendi, Aitzondo, Carrascal, Egin, Txindoki, Cauterets, etc...
- Escalada clásica en aristas y paredes

Las fechas son orientativas. Podemos cambiar en función de vuestras posibilidades

www.galeon.com/xanti-gorrotxategi
Tel. 943 276355

¡En **PYRENAICA**
vamos a hacer **Historia!**



¡Por fin,
en octubre
a la venta!

Ahorra 10 €

reservando
tu ejemplar
antes del 30
de setiembre

**HISTORIA TESTIMONIAL
DEL MONTAÑISMO VASCO**

Escrito por **Antxon Iturriza**

(Ver anuncio en páginas centrales)

¡NUEVO TELEFONO!
902 366 047



www.irissport.com



SACOS DENALI

Tejido: Pertex

Tallas: S/M/I

Relleno: Duvet 90/10-675 cuin.

Denali 850: 179 €

Denali 1.000: 192 €

Denali 1.100: 205 €

Denali 1.300: 226 €



CAMISETA TERMICA
T-SHIRT
P.V.R. 22.50 €

IRIS SPORT, Tus mejores tiendas de material de montaña
Bilbao, Portugalete, Durango, Eibar, Mondragón, Vitoria, Logroño, Zaragoza
Tél: 944217688 info@irissport.com Fax : 944439398

GURE JENDEA

Josune Bereziartu

GREEN

TOLOSA



Leskurain, 7 • Tel.: 943 65 49 16 • TOLOSA
Marino Tabuyo, 6 • Tel.: 943 32 15 94 • DONOSTIA

BILBO

la casa de la montaña

**mendiko
etxea**



Autonomia, 9 • Tel.: 94 444 24 27 • Fax: 94 444 16 26
Somera, 24 • Tel.: 94 416 82 53 • BILBAO

IRUÑA



**MENDI
KIROLAK**

Castillo de Maya, 45 •
Tel.: 948 24 79 86 • Fax: 948 23 90 13 • PAMPLONA



Porque nosotros marcamos la diferencia

Cuando se habla de pies, algunos fabricantes de calcetines no diferencian entre el pie del hombre y el de la mujer pero esto no pasa en Bridgedale. Nuestra gama para la mujer reconoce que el sexo femenino posee los pies más estrechos. Así que además de tener un rendimiento fantástico, se ajustan a la perfección y son bonitos.

De hecho, se caracterizan por tener las mismas cualidades que empleamos en todos los calcetines Bridgedale - incluyendo el transporte de la humedad y durabilidad que los hacen ideales para practicar todas las actividades que se te ocurran. Bueno, casi todas.



Bridgedale®

THE ULTIMATE IN SOCK PERFORMANCE

Solicita
catálogo
gratuito



Altitud Sport Division, Fax: 943 33 65 16
mail: altitudsport@altitudsport.com
www.bridgedale.co.uk



Modelo/Modeloa

DRAG

 **CORDURA®**
Only by DuPont

Realizado totalmente con
Cordura Elástica Rip-Stop

Tejido técnico muy ligero
y con una alta resistencia a
la abrasión

Con un 4% de elastómero,
proporcionando total libertad
de movimientos

Resistente al viento y el agua,
de rápido secado

Las rodillas están reforzadas
para mejorar su seguridad y
adaptabilidad

Cintura semi-elástica

Ajuste de pernera con tanka

"Cordura Elástica Rip- Stop"
delekoaz guztiuz egina

Oso ehun tekniko arina eta
uradurei erresistentzi handikoa

% 4^o elastomeroa da eta
mugimendu askatasun
guztia ematen du

Ura eta haizearen kontra
erresistentzi handikoa eta azkar
lehortzen dena

Bere segurtasun eta
moldamena hobetzeko
belunak indartuta daude

Gemia erdielastikoa da

Hankako egokitzea tankaren
bidez ematen da

altaquota®

HIGH TECHNOLOGY



Fabrica y distribuye: Esportiva Akxa S.L.
Ramón Albó, 60 - 08027 Barcelona
Tel. 933 519 861 - Fax. 933 529 250
www.esportivaakxa.com / akxa@esportivaakxa.com

Tempest is ready to go
... are you ?



estige con distancia



el de las puestas de sol y la gran variedad de paisajes

Tempest by Boreal®

 ready to go

WWW.E-BOREAL.COM
tlf: 945 800 589

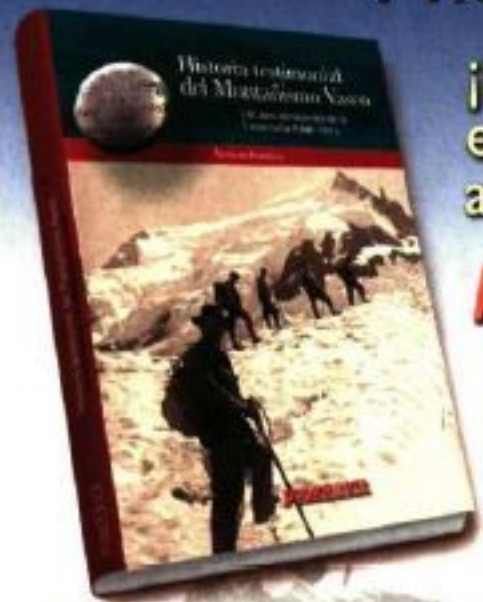
AUÑAMENDI *Kirolak*

Tu nueva tienda
especializada en montaña:

- * Trekking
- * Media y alta Montaña
- * Escalada
- * Librería

Plazaola, 4 bajo • ☎ 649 06 93 72
LEGAZPI (Guipuzcoa)

¡En **PYRENAICA**
vamos a hacer **Historia!**



¡Por fin,
en octubre
a la venta!

Ahorra 10 €
reservando
tu ejemplar
antes del 30
de setiembre

HISTORIA TESTIMONIAL DEL MONTAÑISMO VASCO

Escrito por **Antxon Iturriza**
(Ver anuncio en páginas centrales)



FOTO: JUAN LUIS ARROLA UOLA

Los farallones de Arnaba se desploman a pico sobre el valle Navarro de Lana conformando un paisaje de gran belleza plástica

PUBLICACION TRIMESTRAL DE EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA

V ÉPOCA. AÑO XXV
Se publica desde 1926.
ABRIL-MAYO-JUNIO
N.º 215 - 2.º de 2004

Edita: Euskal Mendizale Federakundea
Presidente: Antxon Bandrés
Director: Antonio Ortega
Editor: Txomin Uriarte
Equipo de Redacción: Luis Alejos, Jesús M.º Alguézar, Juanfer Arzona, Casimira Bengoetxea, Emilio Henando, Antxon Iturriza, Arantza López Marugán, Mikel Nazabal, Txema Urzua y Santiago Yaniz
Maqueta: Sabino de Zalbide
Secretaría: Gotzone Rodríguez
Proceso de datos: Amparo Ramos
Redacción, Administración y Publicidad:
Julian Gayarre, 50 - 48004 Bilbao
Teléfono: 94 4598102 Fax: 94 4598194
E-mail: pyrenaica@terra.es
Horario: De lunes a jueves de 17,30 a 20,30 horas.
Dirección Postal: Apartado 4124. 48000 Bilbao.
Mapas: Inaki Zorrakin Altube, p. 65. Arantza R. Berrio, p. 73. Patricia Viscarret, p. 83. Cedidos por Nekane Madariaga, pp. 112 y 115.
Croquis: Miguel Argula, p. 97. **Dibujos:** Jenny, pp. 92 y 93. Nuria Ibáñez, pp. 116, 117 y 118
Preimpresión: Estudios Durero, Elkarteig Barakaldo, El Carmen, 38 bis - Mod. 304 Barakaldo (Bizkaia) Tel. 94 418 00 22
Impresión: Grelman, S.A. Ptg. El Campillo Gallarta (Bizkaia). Tel. 94 636 34 17
Envíos: GUPDST, Lapurd, 1-bis. Etxebarri (Bizkaia)
Depósito Legal: BI-858-1979
ISSN: 0212-5676

© PYRENAICA. Los artículos que se publican en Pyrenaica son originales escritos expresamente para la revista, cuyo objetivo es fomentar la afición al montañismo. La propiedad intelectual y el Copyright de textos y fotografías pertenece a sus autores por lo que, salvo acuerdo expreso con ellos o con el editor, queda prohibida toda reproducción total o parcial de los mismos.

- **Editorial**
EMAKUME MENDIZALEAK ETA PYRENAICAREN KOLABORATZAILEAK / MONTAÑERAS Y COLABORADORAS DE PYRENAICA
Arantza L. Marugán (pág. 54)

- **África**
ETIOPÍA: MONTAÑAS DE MITOS Y LEYENDAS
Arantza R. Berrio (pág. 66)

• Euskal Herria

"El Valle de Arana se enclava en el límite oriental de la Comarca de la Montaña Alavesa, a caballo entre las tierras de Kanpezu y la Llanada, en el confin con Navarra y abierto al valle de las Ameskoas a través del pasillo de Larraona.

Cuatro son los núcleos de población que lo integran: San Vicente de Arana, Alda, Ullibari-Arana y Kontrasta..."



(Pág. 55)

Begotxu Martínez

Senderismo en el Valle de Arana

• Leyendas

"...Euskal Herria, como todos los pueblos antiguos, también posee sus propias montañas sagradas y son tantas que sería imposible hablar de todas ellas, así que nos limitaremos a las principales: las moradas de Mari, la Diosa, la Gran Madre, Ama Lurra..."



(Pág. 92)

Toñi Martínez de Irujo

Montañas sagradas de Euskal Herria

- **Agenda**
EL RINCON DE INTERNET • NOTICIAS DE LA EMF • NOTICIAS DE LA FEDME • NOTICIAS • CRÓNICA ALPINA • ESCALADA DEPORTIVA • MEDIO AMBIENTE • CARTAS • ANUNCIOS GRATUITOS • PUBLICACIONES (pág. 117)

- **Efemérides**
CHO OYU Y K2, CINCUENTA AÑOS DE AVENTURAS
Arantza L. Marugán (pág. 74)

- **Escalada**
ZER IZANGO LITZATEKE BIZITZA ESPERIENTZIARIK GABE?
Leire Agirre (pág. 80)

- **ESCALAR EN TODRA. LA PUERTA AL CORAZÓN DE AFRICA**
Patricia Viscarret (pág. 82)

- **MOTIVACIÓN PARA TODOS**
Josune Bereziartu (pág. 84)

- **Fotos**
PARQUE NATURAL DE LA SIERRA Y CAÑONES DE GUARA
Trinidad Grases (pág. 86)

- **Entrevista**
JUNKO TABELI: "ESTAMOS DESHONRANDO A LOS DIOS..."
Lorea Madina (pág. 88)

- **Euskal Herria**
LA RUTA DE LAS CRESTAS DE IPARLA
Eva Caballero (pág. 96)

- **Medio Ambiente**
HISTORIA DE UNA CARTA
Rosa Fernández (pág. 98)

- **Material**
TODAS BIEN EQUIPADAS: LA DIFERENCIA ESTÁ EN LOS DETALLES
Mari Espinosa (pág. 102)

- **Montañismo infantil**
UMEEKIN NATUR INGURUNERA, BAINA... NOLA?
Ekhine Arretxe • Irantzu Ibañez (pág. 107)

- **Orientación**
AUNQUE LAS MUJERES NO ENTIENDAN LOS MAPAS...
Nekane Madariaga (pág. 112)

- **Refugios**
LA VIDA DESDE EL REFUGIO DE VAGABAÑO
Nuria Ibáñez (pág. 116)

Emakume mendizaleak eta Pyrenaicaren kolaboratzaileak

PYRENAICAK bere 215. alea "emakumeei bereziki" zuzendua izango zela erabaki zuenean, nire lehen bihokada handik korrika ateratzea izan zen. Aldizkariaren azken 25 urteetan zehar, hogeita hamar emakumeek idatzi du, fotografiatu edo marraztu argitalpen honetarako. Beren kolaborazio guztiak bilduz gero 25 urte hauetan argitaratutako orrialdean 5%-eko kopuru astronomikoa lortzen da.

Datu hauek kontutan hartuta ere, batzuk esango dute gutxi dela. Arrazoia dute. Baina errealitatea angelu askotako ispilua da eta angelu bat aukeratzekotan, egongo da emakumeek kontatzeko ezer interesgarri ez dutela pentsatzen duenik ere. Beste batzuk ordea, pen- tsatuko dute ez dagoela ezer azpimarratzeko argitaratzeko. "Ikusezintasuna" dela zein "presentzia eskasa" edo "geldotasuna" direla, emakumezkoen kolaborazio falta honek atzerantz begiratu dezagun eskatzen du, sikeran, egoera hau azaltzeko balioko duen sekuentzia aurkitzeko, partzialki baino ez bada ere.

Laurogeigarren hamarkada arte, beti komatxo artean, apenas zegoen emakumezkoen mendia profesionalki edo "serio" praktikatzen zuenik. Beraz, aldizkari honetik kolaborazioak urriak ziren eta gehienak pintura, fotografia eta poesia bezalako dimentsio artistikoei buruzkoak ziren.

Laurogeigarren erdiak mendi-kirol guztien demokratizazioa ekarri zuen, batez ere kirol-eskaladarena. Kirol "gogorren" lehen aintzindariak agertu ziren, Myriam Garcia Pascual eskaladan eta Belen Eguzki-tza eskian, kasu. Hauek beren artikuluen bitartez lagundu egin zuten beren jakintzagaiak hedatzen eta etorkizuneko emakume zaleuentzako ekintza-eredu berriak sortzen.

Estatuko federatuen lizentzia-kopururik handiena dugularik (aurten, 24000 baino gehiago dira), eta emakumeei dagokienez,

gaur egun gure artean munduko kirol-eskalatzaile onena dugu -Josune Bereziartu- eta baita nazioarteko panoraman isladarik handienetakoa duen ochomilista bat -Edurne Pasaban-. Honen ezagunak ez diren beste emakume batzuk hain mediatikoak ez diren beste kirol-mota batzuk praktikatzen dituzte oso maila onean ere, hala nola eskalada artifiziala, mendi-eskia, mendi-lasterketak, boulderra eta alpinismoa. Zentzu honetan hitzegin egin daiteke emakumezkoen rola mendian haziz doala era moderatuan baina baita finkatuan ere.

¿Eta orduan? Mendi-kirolak praktikatzen dituzten emakumezkoen kopuruaren gorakada hau ez da etorri, hala ere, Pyrenaicaren emakumeek aurkezten dituzten kolaborazioen kopuruaren igoera batekin lagundurik. Hogeita hamar emakume kolaboratzaileen zerrendatik, beren artikuluen berri propioak sortzeratzen dituzten craks direlakoak kentzen baditugu, soilik geratzen zaigu ingurugiroan, meteorologian, historian eta horrelako gaietan adituak diren kolaboratzaile-talde txiki bat baino.

Bakoitza librea da ibibide hau zein angelutatik baloratu nahi duen erabakitzeko. Emakumezkoen kolaborazioez bateriko ale hau aurrera ateratzea argi asko eta itzalen bat izan duen lan bat izan da, baina beti izan du helburu bezala ausentzia hori konpentsatzea eta aldizkariako kolaborazio berriak aktibatzea.

Bakarrik geratzen zait gogo bat azaltzea: ale hau ez dadila izan beste edozein baino hobea eta ez txarra ere. Horrexek adieraziko du emakume zaletu, idazle, periodista, eskalatzaile, bidaiari eta adituek egindako lana ondo eginda dagoela. Eskerrik asko guztiei, orain esaten den bezala, gizonezkoen eta emakumezkoen, beren intresgatik eta beren ahaleginagatik. Oraingoan ez da hitzegiteko era bat soilik, da aurrera jarraitzeko modu bakarra.

Montañeras y colaboradoras de Pyrenaica

CUANDO Pyrenaica propuso elaborar un "especial mujeres" para el número 215, mi primer y principal impulso fue salir corriendo. Durante los últimos veinticinco años de la revista, treinta y nueve mujeres han escrito, fotografiado o dibujado para esta publicación. Juntando todas sus colaboraciones se alcanza la astronómica cifra del 5% de las páginas totales publicadas en veinticinco años.

Ante estos datos, habrá personas que digan que es muy poco. Tienen razón. Pero la realidad es un espejo con muchos ángulos y puestos a elegir el ángulo, habrá quienes piensen que las aficionadas no tienen nada interesante que contar. Otros opinarán en cambio, que no hay nada reseñable para publicar. Sea "invisibilidad", "escasa presencia" o "pasividad", esta falta de colaboraciones femeninas pide echar la vista atrás, al menos, para buscar la secuencia que permita explicar, aunque sea en parte, esta situación.

Hasta la década de los ochenta, siempre entre comillas, apenas había mujeres que practicaran montaña a un nivel profesional o "serio". De ahí, que las colaboraciones en la revista fueran escasas y que la mayor parte de ellas giraran en torno a dimensiones artísticas como la pintura, la fotografía, e incluso la poesía.

La mitad de los ochenta trajo una democratización de todos los deportes de montaña, especialmente de la escalada deportiva. Aparecieron las primeras pioneras del deporte "duro" como Myriam Garcia Pascual en escalada y Belen Eguskiza en esquí. Ellas contribuyeron con sus artículos a la difusión de sus respectivas disciplinas y a crear modelos de acción para futuras aficionadas.

Con la mayor cifra de licencias federativas del Estado (este año

superan los 24.000 federados), hoy tenemos entre nosotros a la mejor escaladora deportiva del mundo -Josune Bereziartu- y a una de las ochomilistas con más proyección del panorama internacional -Edurne Pasaban-. Otras, menos conocidas, practican a un excelente nivel otras disciplinas menos mediáticas, como la escalada artificial, el esquí de montaña, las carreras de montaña, el boulder y el alpinismo. Se puede hablar, en este sentido, de un moderado pero sostenido crecimiento de mujeres en la montaña.

¿Y entonces? Este aumento del número de mujeres practicantes de deportes de montaña no ha venido acompañado, sin embargo, de una presencia paralela de colaboraciones en Pyrenaica. Si de la lista de treinta y nueve colaboradoras, eliminamos a las "cracks" que generan sus propios artículos-noticias, nos queda un minúsculo grupo de colaboradoras especializadas en temas medioambientales, meteorología, historia y temas similares.

Cada cual es libre de elegir el ángulo desde el cuál valorar esta trayectoria. Generar este número elaborado con colaboraciones femeninas ha sido un trabajo lleno de muchas luces y algunas sombras, pero que ha tenido el objetivo claro de compensar esta tradicional ausencia y activar nuevas colaboraciones en la revista.

Sólo me queda expresar un deseo: que este número no sea ni mejor ni peor que cualquier otro. Ese será el mejor indicador de que el trabajo realizado por aficionadas, escritoras, periodistas, escaladoras, viajeras y expertas en diversos temas, se ha hecho bien. Gracias, como se dice ahora, a todos y todas, por su interés y esfuerzo. Esta vez no es sólo una forma de hablar, sino la única manera de seguir adelante.

Arantza L. Marugán
Coordinadora de este número

SENDERISMO en el VALLE DE ARANA

Begotxu Martínez



En memoria de Iñaki Zorrakin Altube, magnífico ilustrador de la naturaleza y persona de gran calidad humana al que una enfermedad injusta nos ha arrebatado recientemente

• Vista general del valle de Arana. Ullibarri y Alda

BEGOTXU, bióloga de profesión, nació en Bilbao aunque reside en Álava desde hace años. Junto con J. L. Arriola, ha participado o es coautora de topoguías como GR-25 "Vuelta a la Llanada Alavesa", GR-1 "Sendero Histórico" y GR-38 "Ruta del Vino y del Pescado". Por otro lado, ha elaborado varios artículos en diferentes revistas, así como charlas y proyecciones de diapositivas.



el valle de Arana

El Valle de Arana se enclava en el límite oriental de la Comarca de la Montaña Alavesa, a caballo entre las tierras de Kanpezu y la Llanada, en el confín con Navarra y abierto al valle de las Arneskoas a través del pasillo de Larraona.

Cuatro son los núcleos de población que lo integran: San Vicente de Arana, Alda, Ullibarri-Arana y Kontrasta, formando un único ayuntamiento desde 1942, cuya sede se encuentra en Alda.

Desde el año 2000 cuenta con una red de 8 Senderos de Pequeño Recorrido (PR) además de otros 9 itinerarios de montaña cuya descripción figura en la correspondiente topogúa.

caracterización

■ LA RED HIDROGRÁFICA

La red hidrográfica de Arana, modesta y de escaso caudal, se organiza en torno a dos ríos principales, ambos afluentes del Ega. Por el extremo occidental desaguan el arroyo Biarra, mientras que la zona oriental del valle es surcada por el río Uiarra que tiene su principal fuente de alimentación en la surgencia de Zarpia, ubicada en el barranco de Larrondoia y que constituye la de mayor caudal de la zona.

■ FORMACIONES GEOLÓGICAS

El valle está flanqueado por dos líneas de formaciones montañosas que superan los 1000 m. Por el flanco norte, dando lugar a una muralla de escarpes calizos, se elevan los montes de Iturrieta, prolongación orográfica de la sierra de Entzia.

Se trata de un sinclinal colgado cuya máxima anchura N-S se encuentra en la vertical de Murube alcanzando los 6 km. Sus principales cumbres de Este a Oeste son: Murube (1128 m), San Cristóbal (1145 m) y Bitigarra (1169 m).

La zona sur corresponde a un pequeño repliegue anticlinal, prolongación occidental de la Sierra de Lokiz y que culmina en los montes Arnaba, Oizamendi (1255 m), Perriain (Cruz de Alda) (1120 m), Txintxularri (1123 m) y Somorredondo (1068 m).

■ VEGETACIÓN Y FAUNA

Los hayedos tapizan las zonas más elevadas de las montañas, siendo la formación boscosa dominante. Los quejigales, también abundantes en Arana, ocupan el piso inferior al hayedo. Los encinares montanos cubren los lugares donde se aúnan la sequedad ambiental con la del terreno, como los afloramientos calizos de Istora.

Un entorno natural tan variado acoge una diversa comunidad faunística, destacando entre las aves águila real, halcón peregrino, azor, aguiluchos cenizo y pálido, águila culebrera, buitre leonado o chova piquirroja. De entre los mamíferos citaremos lirón gris, gineta, garduña, gato montés o jabalí.

■ POBLAMIENTO HUMANO

El poblamiento del valle, como el del resto de zonas de montaña, ha sufrido un paulatino descenso desde la década de los 60 como consecuencia de la emigración a la ciudad. En la actualidad la población se cifra en 328 habitantes con 139 mujeres y 189 varones, ocupando los mayores de 65 años el sector más numeroso. Por localidades, San Vicente es el núcleo más poblado, con 125 habitantes. Le siguen Ullibarri-Arana con 78, Kontrasta con 67 y Alda con 58.

■ LAS HUELLAS DE LA HISTORIA

● prehistoria

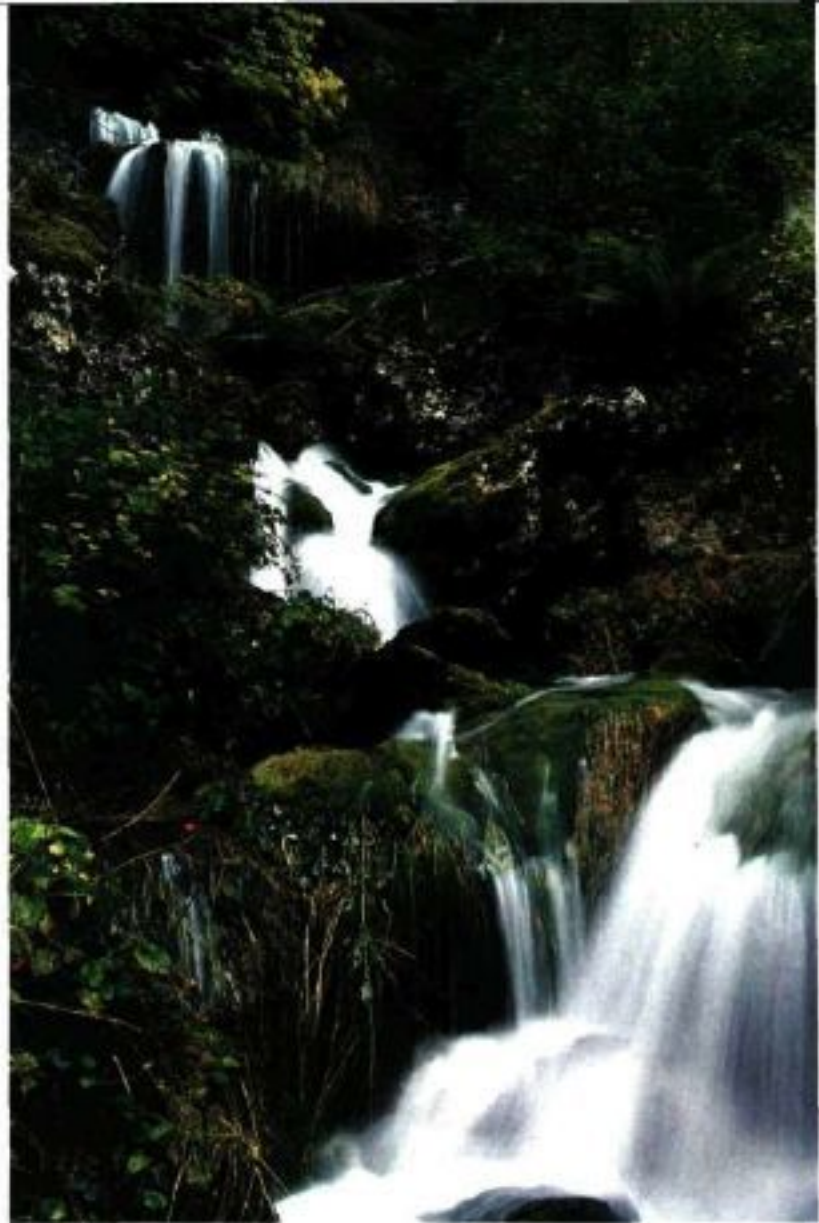
Toda esta zona de montaña se configura como una importante estación arqueológica en la que destacan los numerosos dólmenes descubiertos en Iturrieta-Entzia así como también estaciones al aire libre y cromlechs que nos remontan a culturas pastoriles de hace unos 4.000 años.

● romanización

Toda esta cuenca fue una vía de penetración romana de la que quedan importantes vestigios, como los restos de estelas y lápidas en las ermitas de Elizmendi y Andra Mari. Una calzada romana atravesaba el valle uniendo la Llanada oriental, por donde discurría la importante calzada Astorga-Burdeos, con las Amekoas y el valle de Lana, en Navarra.

● invasión musulmana y rutas altomedievales

Tras la ocupación de la Península Ibérica por los musulmanes durante el alto medioevo, las gentes se refugiaron en las comarcas montañosas estableciendo entre sí vías de comunicación que permitieron

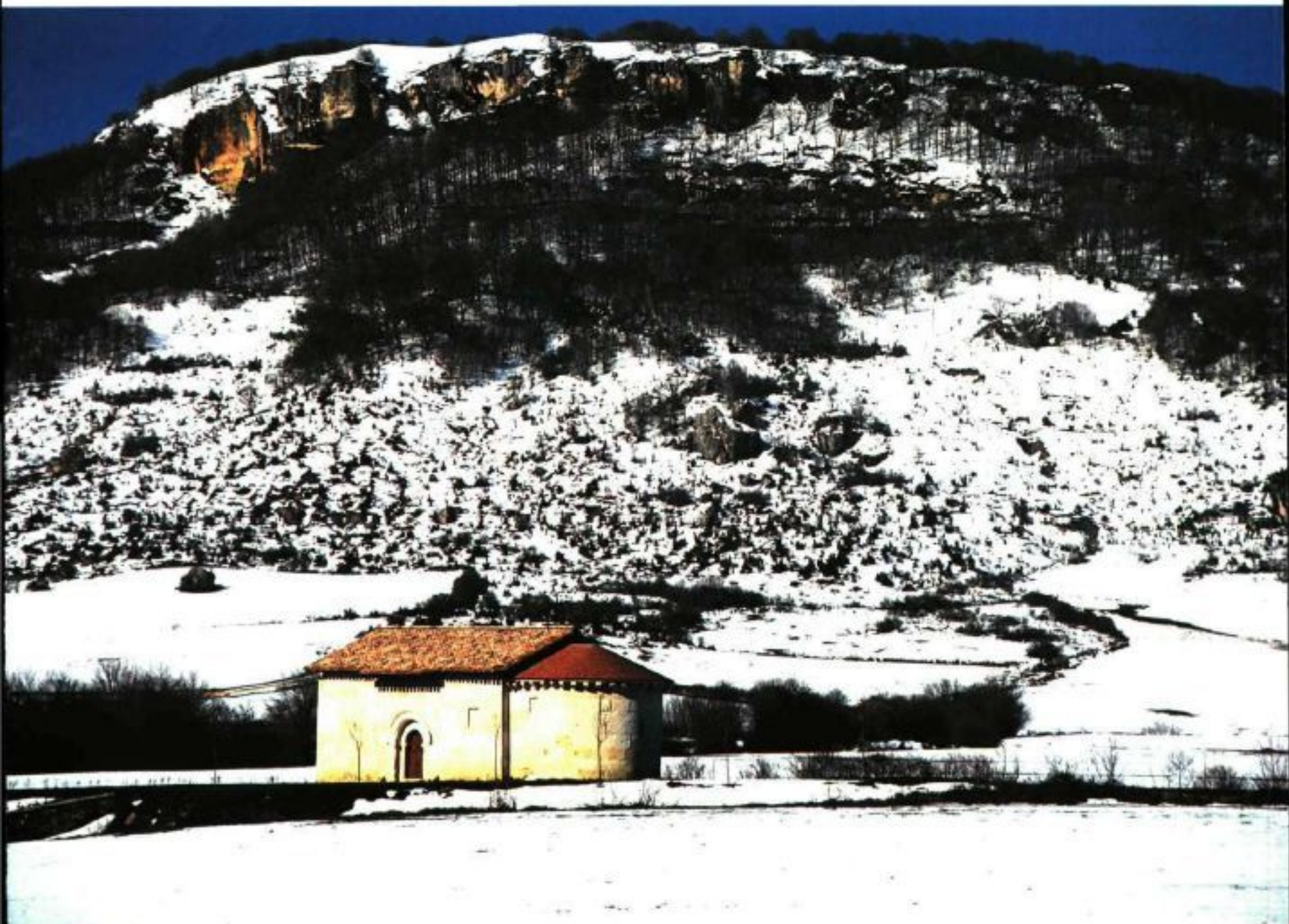


■ Nacedero de Zarpia en el barranco de Larrondoia

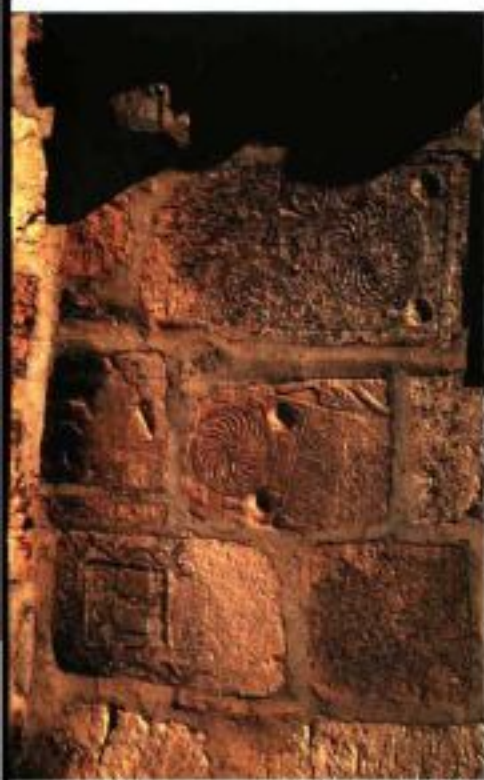


■ Lápidas romanas en la ermita románica de Elizmendi (Kontrasta)

■ Túmulo dolménico y ermita de Santa Teodosia



• Ermita románica de Andra Mari (Ullibarri Arana)



intercambios culturales. Así se observan elementos románicos primitivos en Ullibarri-Arana que denotan tempranos influjos artísticos venidos a lo largo de viejas rutas caídas hoy en el olvido, como las que atravesaban el valle para alcanzar la Llanada alavesa por los puertos de San Juan, Onraita e Iturrieta.

El valle fue tierra fronteriza y territorio de pugna entre los reinos de Navarra y Castilla. Fue el rey navarro Sancho el Sabio (1150-1194) quien conquistó el valle de Arana, siendo esta la primera referencia escrita que se tiene del mismo. El valle permaneció en el primitivo reino de Pamplona durante los siglos X, XI y XII.

Posteriormente, y con las conquistas que Alfonso VIII hizo a Sancho el Fuerte de Navarra en el año 1200, el valle pasa a la órbita castellana estableciéndose en él la frontera de los dos reinos.

• *señoríos*

Tras la guerra fratricida contra Pedro I de Castilla, su hermanastro Don Enrique Trastámara otorgó numerosas mercedes y señoríos a la nobleza que le había apoyado y, así, se produjo un proceso de reseñorialización de la tierra. De este modo, otorgó a su alférez mayor D. Ruy Fernández de Gaona la villa de Kontrasta y sus aldeas de Ullibarri y Alda pues, perdida la batalla de Nájera en 1367, D. Ruy cedió su caballo al rey en la huida. Este señorío pasó por casamiento a la casa de Lazkano a mediados del siglo XIV. La villa de San Vicente de Arana permaneció siempre realenga.

• *la invasión francesa*

Ya durante la Edad Contemporánea, nuevas guerras asolan el territorio. En este caso la de la Invasión Francesa de 1808. Consta que las tropas francesas pasaron por el valle, que tuvo que aportar fuertes contribuciones para atender el gasto que generaba el acantonamiento de las tropas napoleónicas mientras se sucedían los saqueos y destrozos en iglesias y viviendas.

• *las guerras carlistas*

Las guerras civiles del siglo XIX también castigaron la zona. Durante la guerra carlista de 1835, el general Córdoba, en su persecución de Zumalakarregi desde Maetzta a las Ameskoas por Igoioin, fue quemando en su retirada granos y molinos en el Valle de Arana. Llegado a Kontrasta, quemó uno de los dos hospitales que había, respetando el otro para cobijo de enfermos y heridos, porque no quería dejar tras de sí nada que pudiese servir al enemigo.

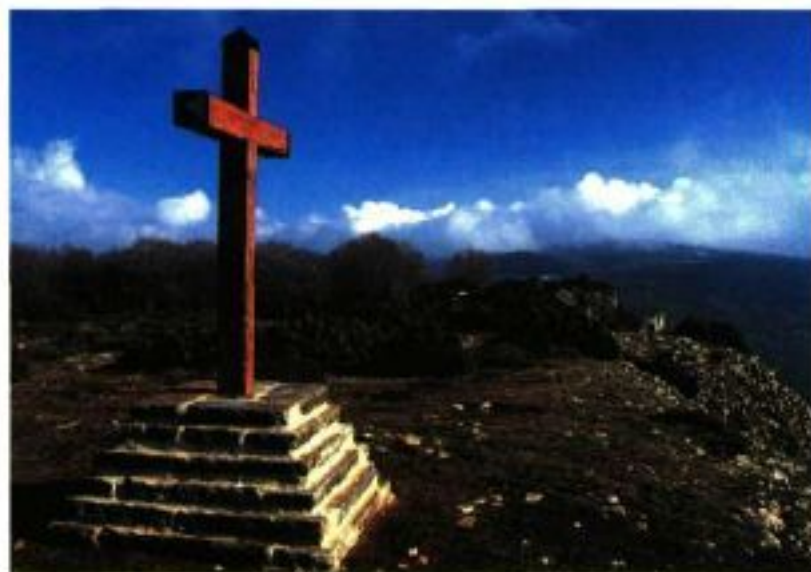
Cruz de Alda, Txintxularri y Somorredondo desde Alda

• 10 km-390 m ↑ -3h

Se sigue el PR-A 68 que arranca desde la parte sur del pueblo de Alda. A 990 m de altitud el hayedo se abre y el camino desemboca en una ancha pista de grava. Cruzada la misma se prosigue de frente por una senda que discurre bajo el hayedo y en paralelo a una alambrada.

Tras 20 minutos se alcanza un alto herboso donde el bosque se abre apareciendo una gran haya solitaria. El vallado describe un giro de 90° a la izquierda al tiempo que un harripilo o mojón de piedras indica el arranque de una tenue trocha ascendente por la que se debe seguir a la izquierda.

La senda discurre por terreno abierto salpicado de jóvenes hayas y quejigos así como enebros, hasta coronar la despejada cima de Perriain (Cruz de Alda) (1120 m) que cuenta con un buzón



• La Cruz del monte Cruz de Alda

montañero de la Sociedad Excursionista Manuel Iradier fechado en 1964. Todo un vasto paisaje se abre ante el dominio del excursionista: de suroeste a sureste las sierras de Cantabria / Toloño, Kodes y macizo de Montejurra. Al noreste, tras el valle de Arana, se alzan las rocosas sierras de Altzania y Aizkorri.

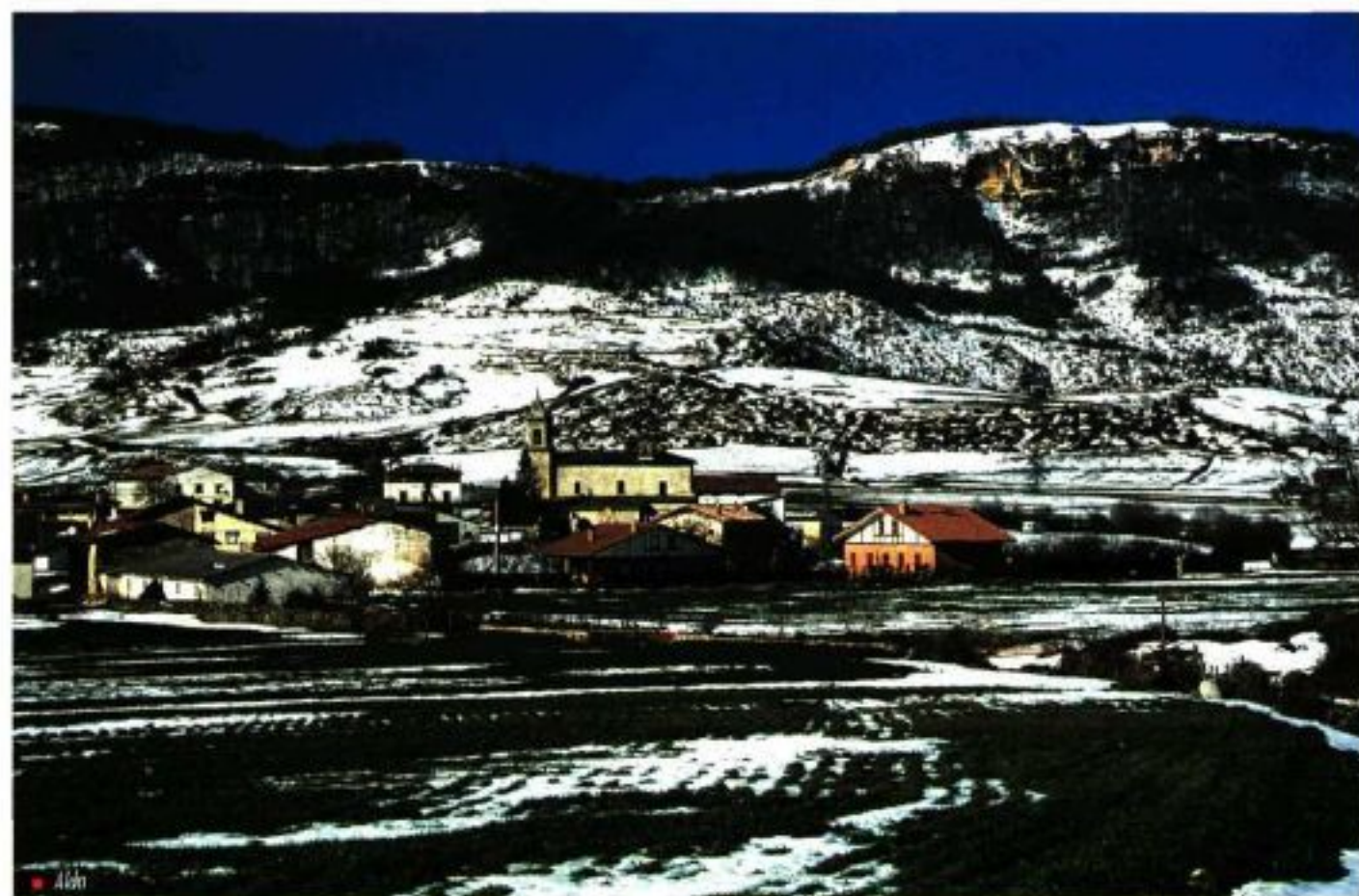
La excursión se puede prolongar enlazando esta cima con las otras vecinas. Para ello, se desciende por la misma senda hasta alcanzar de nuevo la ancha pista de ascenso. Se cruza y se continúa recto por un sendero que surge bajo el haya en dirección a los cordales de Txintxularri y Somorredondo siguiendo todo el perfil de la dorsal que hace las veces de muga entre el valle de Arana y Orbiso. El camino se encuentra flanqueado a la derecha por una alambrada, a la que pronto se viene a sumar otra por la izquierda.

Llega un punto en que se debe franquear la valla de la izquierda por un rudimentario paso. En pocos metros más el caminante alcanza la cima de Txintxularri desde donde también divisa una extensa panorámica, destacando tras la frondosa meseta de la sierra de Urbasa la arrogante silueta de buque varado del Berriain.

El itinerario prosigue por el suave perfil de la cadena sobrepasando una cumbre secundaria. Al poco, y tras rebasar un modesto collado, se asciende a una prominencia rocosa. Siguiendo por la línea de cordal, enseguida se presenta en la característica y calva cumbre de Somorredondo monte que se eleva sobre el profundo tajo del recóndito barranco de Istora, de intrincada orografía y uno de los más bellos de Alava. La cima ofrece al senderista el regalo del amplio paisaje de las tierras de Arana y Kanpezu surcadas por montañas que delimitan fértiles valles.

La ruta de descenso se puede efectuar siguiendo un itinerario diferente. Para lo cual se desciende la ladera Sur y se alcanza un collado por donde discurre un camino proveniente de S. Vicente. Se bordea Somorredondo situándose en su vertiente Norte surcando un quejigal adherido, antigua Dehesa. En el descenso, dos pistas se cruzan con el camino, debiendo seguir los ramales de la izquierda. Posteriormente, ha de seguir recto en sendos cruces, rebasando una cantera de áridos.

El quejigal se va cerrando formando un fresco dosel. Existe la posibilidad de tomar en este punto una senda que se interna en el bosque y continuar el descenso por la misma, pues irá a desembocar de nuevo en la pista que desciende hasta S. Vicente. Para regresar de nuevo a Alda, no debe más que seguir las indicaciones del PR-A 65 "Senda del Valle"



ALDA

Aparece documentada en el s. XIII, cuando en 1256 Alfonso X concede fuera a Sta. Cruz de Kanpezu. Alda ha sido aldea perteneciente a la villa de Kontrasta. A lo largo de la Historia los linajes de Gaona y Lazkano ejercieron señorío sobre la misma y sus tierras hasta que en 1659 Felipe IV le autorizó la separación de Kontrasta por Real Cédula.

Bitigarrias desde Santa Teodosia

■ 5,2 km-150 m ↑ -1h 30

Se sigue el PR-A 66 de San Vicente de Arana al Puerto de Santa Teodosia o bien la carretera local al mismo punto. Una vez en el puerto, a 1040 m de altitud, se abre un hermoso paisaje montano de amplias praderas y excelsos hayedos presidido por la ermita de Santa Teodosia.

Rebasado el templo siguiendo la carretera, se toma una pista terrosa que surge a la izquierda y se dirige al hayedo. En la boca del bosque se cruza un portón metálico, abandonando inmediatamente la pista para seguir a la izquierda por una senda que asciende decididamente encarando la fuerte cuesta de la ladera noreste de Bitigarra. Como referencia visual se ha de tomar un vallado que queda a la izquierda.

A partir de un punto determinado, el hayedo se abre permitiendo la instauración de una pradera montana. En unos pocos metros el caminante alcanzará la antecima de Iturzurieta (1140 m) que ofrece una amplia perspectiva del valle de Arana y de las Ameskoas. Antaño, esta cima era conocida como Bitigarra II. La ruta prosigue en un cómodo llaneo por hermosos parajes bajo la difusa sombra del hayedo.

Durante el trayecto se llega a un saliente donde el cordal cambia su orientación SO para virar a la derecha, NO, y dirigirse hacia la cercana cumbre. Muy cerca de aquí, descendiendo desde un imperceptible collado hacia el barranco y bajo unas peñas se encuentra la cueva de Obenkun, en donde se descubrió un yacimiento arqueológico.

La ruta enlaza con unas rodadas hasta alcanzar un promontorio rocoso donde aparecen unos hitos de piedras indicando que se debe cruzar la alambrada de la izquierda. Siguiendo una tenue vereda pronto se corona la apenas perceptible y boscosa cumbre de Bitigarra I (1169 m) siendo la más elevada del cordal y contando con buzón montañero.

Retomada de nuevo la pista, se prosigue el recorrido. El hayedo se abre y da paso a una zona de pradera con árboles dispersos. Las rodadas viran a la izquierda y cruzan la alambrada mientras que el itinerario prosigue al frente, entre el hayedo y la valla, surcando un enebral por una trocha en dirección oeste-noroeste. Se continúa en oblicuo a la derecha y, pasando bajo el extremo del bosque, se va a dar a unos extensos pastizales montanos. El senderista los atraviesa por su límite superior siguiendo como referencia un antiguo vallado semidesmantelado que le va a conducir a la amplia y despejada cumbre de Bitigarra (1150 m). Desde esta privilegiada atalaya se domina una vastísima panorámica de primer orden de todas las sierras y cumbres conocidas por montañeros y excursionistas.

LA ERMITA DE STA. TEODOSIA Y EL VIEJO CAMINO ARRIERO

UNO de los caminos más antiguos que recorrían la zona es el que desde tierras del Ebro por Kanpezu, subía al puerto de Santa Teodosia con su ermita para alcanzar las villas de Roitegi y Onraita, en ruta hacia la Llanada por el puerto de San Juan y, desde allí, al Portillo de San Adrián, los puertos guipuzcoanos, San Sebastián, Francia y Flandes. La ermita de Santa Teodosia, que contaba con una hospedería, es un hito antiquísimo en estas rutas. El ermitaño de Santa Teodosia acogía a peregrinos y caminantes y servía de guía a extraviados. Frente a ella se alza un crucero renacentista.

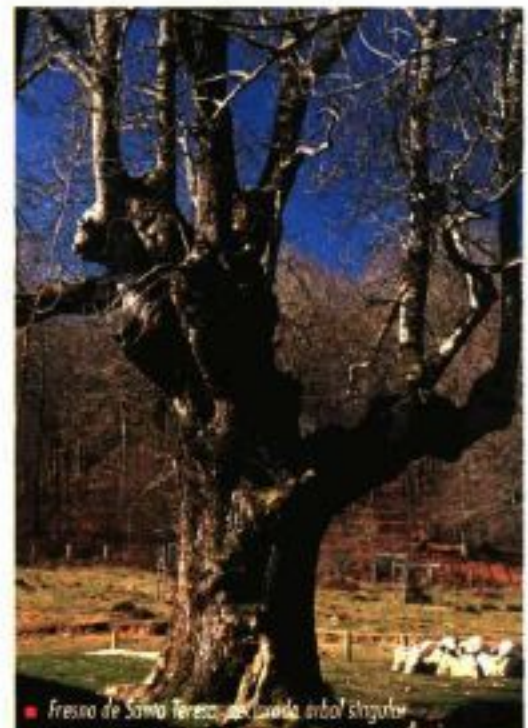
La ermita cuenta con una nutrida cofradía y celebra las fiestas de su patrona. La romería del tercer domingo de septiembre congrega a una gran multitud que festeja el día con diversos actos y a la que merece la pena asistir.



■ Ermita de Santa Teodosia

EL FRESNO DE SANTA TEODOSIA. UN ÁRBOL SINGULAR

JUNTO a la ermita se encuentra un bosque de fresnos de los cuales uno está catalogado como Árbol Singular. Esta Figura de Protección es una de las tres que contempla la Ley 16/94 de 30 de junio de Conservación de la Naturaleza del País Vasco, siendo las otras dos las de Biotopo Protegido y Parque Natural. Los árboles que se incluyen en el Catálogo responden a motivos de grandes dimensiones, edad, belleza o historia. El fresno catalogado tiene 23,8 m de altura, 18 m de anchura de copa y 5,4 m de circunferencia.



■ Fresno de Santa Teodosia, un árbol singular

LA VILLA DE SAN VICENTE DE ARANA

SE pobló durante el reinado de Fernando IV por los vecinos de dos aldeas cercanas, una de las cuales fue Berberiego, documentada ya desde 1252. Aldea poderosa en la organización eclesiástica de la diócesis de Calahorra, fue cabeza de uno de los cuatro arcedianatos en los que se dividía. Sus habitantes, de condición solariega, eran continuamente explotados por sus señores, por lo que decidieron trasladarse en derredor de la iglesia de San Vicente creando en torno a 1295-1312 una nueva pueblo en terreno realengo. Sin embargo, el nuevo poblado estaba situado en término y jurisdicción de la villa de Kontrasta, quien lo reclamó para sí. Los vecinos de San Vicente elevaron sus quejas a Alfonso XI demandando ser constituidos en villa de por sí. En fecha indeterminada entre 1312-1319 obtienen el fuero para su pueblo. La villa siempre permanecerá como realengo pese a los afanes de Gaonas y Lazkanos, señores del valle desde fines del s. XIV.

En su patrimonio destaca la parroquia de San Vicente Mártir, con su espléndido altar mayor renacentista estructurado en dos cuerpos superpuestos.



■ San Vicente-Arana

Murube desde Kontrasta

■ 8,5 km-370 m ↑ -2h 40

En el dilatado paisaje del valle la boscosa prominencia del monte Murube se eleva en los mismos confines de Alava y Navarra señalando la muga entre los valles de Arana y Ameskoas.

Kontrasta. Se atraviesa la villa dirigiéndose al norte. Rebasado el cementerio se deja a la izquierda una pista parcelaria que se abre tras un portón metálico y sirve de trazado para el PR-A 65, para tomar al frente una calzada y abandonar la carretera, que describe una curva a la derecha. Tras 50 m se obvia un ramal a la izquierda, surgiendo al poco una fuente-abrevadero a la vera del camino.

Tras cruzar un cancel metálico el asfalto da paso a un camino de firme terroso, debiendo seguir a la derecha en la siguiente bifurcación. El camino se halla orlado de setos de espinar y ave-llanos.

Al llegar a la siguiente derivación se prosigue a la derecha por el linde del hayedo hacia la cabecera del valle Larrondo.

La ruta sobrepasa la antigua central hidroeléctrica internándose bajo el fresco dosel del hayedo hasta confluir con una pista herbosa proveniente de la derecha por la que el viandante prosigue su periplo. A los 135 metros, y a la altura de un haya, la abandona para tomar una derivación a la derecha y descender al valle de Larrondo.

Enseguida se abre el bosque y aparecen verdes pastizales salpicados de arbustos donde suele apacentar el ganado. Se va remontando el curso del valle fluvial, terminando por adentrarse nuevamente bajo el estrato arbóreo.

Al salir de nuevo del hayedo surgen a la derecha unas praderas donde el caminante descubre un manantial bajo el talud del camino. Inmediatamente se presenta una divergencia, debiendo continuar por la ramificación de la derecha que se interna en el bosque y sobrepasa una gran peña mientras deja un refugio abajo a la derecha.

A continuación se sitúa en paralelo al arroyo Larrondo hasta cruzarlo por un puente de hormigón 300 m más allá, prosiguiendo por un camino que asciende a la izquierda.

Remonta el valle mientras va superando alguna fuerte cuesta hasta alcanzar una ramificación, por donde toma a la derecha. A los 20 m desemboca en otra pista, prosiguiendo a la izquierda en dirección a un depósito de aguas. En este enclave se sitúa el nacedero de Zarpia, la surgencia de agua más importante del sector.

La ruta prosigue ascendiendo decididamente por la ladera de la derecha entre cerradas bandas arbustivas hasta desembocar en la carretera A-2128 al puerto de Opakua.

Se debe cruzar ésta para tomar al otro lado una antigua curva rectificadora. Justo en el punto de inflexión de la misma hay que desviarse por un camino terroso que se abre al frente.

Se remonta una torrentera hasta que el camino se nivela. Durante un primer tramo se avanza por el cauce de un arroyo

estacional, seco la mayor parte del año, hasta alcanzar un haya solitaria que crece en medio del lecho. En este punto se debe proseguir por una trocha que asciende a la izquierda. El itinerario sigue una componente noreste a lo largo de un antiguo cortafuegos por el lindero de una repoblación de pino albar o royo.

Tras 250 m aparece una rústica presa por donde se cruza el arroyo a la otra vertiente y se prosigue por un sendero que se abre al frente (este-sureste) en el límite del hayedo con un extenso enebro, obviando posteriormente una derivación herbosa a la izquierda.

La vereda se aproxima a una alambrada para luego discurrir surcando amplios pastizales montanos salpicados de formidables hayas adehesadas. Siguiendo unas rodadas marcadas en la hierba, y teniendo como referencia un haya con la copa tronzada, el excursionista hallará un humilde nacedero en una pequeña depresión a su izquierda.

Prosigue adelante para luego torcer a la derecha en dirección a la alambrada y enlazar con un vial más ancho. Se alcanza una altiplanicie despejada debido a las entresacas forestales con vegetación dispersa.

Tras 400 m surge una ramificación, continuando recto. Unos 200 m más allá, y poco antes de iniciar una ligera subida, aparece una segunda divergencia menos evidente debiendo tomar el ramal de la derecha, sureste, atravesando una campa para internarse entre los árboles.

En el próximo cruce, tras 250 m, se desciende por la derecha en dirección a un claro con una maraña de espinos y hayas jóvenes. En el fondo del mismo el camino vira a la izquierda para ir al encuentro de una trocha de ganado que serpentea entre los arbustos.

Cuando reaparece de nuevo el vallado hay que salvarlo por un paso rústico. Al otro lado se abre el barranco que asoma a la dilatada cubeta de Larrondo, por donde se ha ascendido.

A partir de este punto se continúa siguiendo una estrecha faja herbosa que discurre entre el borde de la quebrada y el vallado de la izquierda. Tras 600 m debe franquear otra alambrada que cruza el camino. Aparece ahora a la derecha un viejo muro que marca el límite de la Parzonería de Entzia con Larrondo, propiedad de Kontrasta.

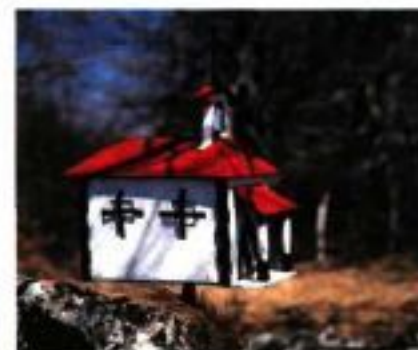
El caminante avanza surcando un estilizado hayedo mientras la senda va perfilando el relieve. Así, desciende al collado Sagastilepo salpicado de grandes bloques de piedra cubiertos de musgo. La senda continúa su curso durante un largo tramo para encarar la última loma. Poco antes de coronar la cima, el bosque se abre en un saliente rocoso desde donde se domina el valle y la línea ondulante de cimas que lo cierran.

Al poco de cruzar una nueva alambrada se culmina la ascensión de la boscosa cumbre del Murube (1128 m) que cuenta con un par de buzones y se sitúa en la misma muga con Navarra.

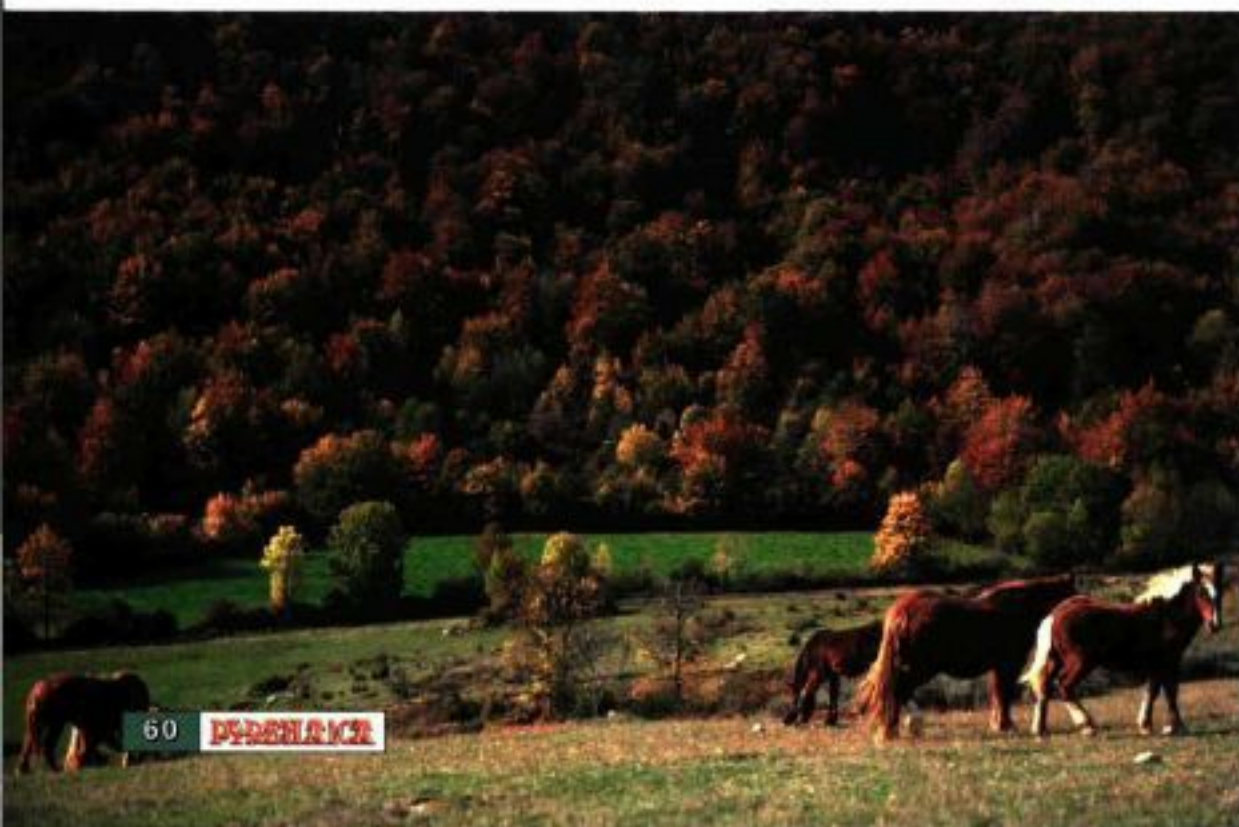
Si se decide a continuar junto al borde del cortado durante unos diez minutos más, una sorpresa aguardará al caminante. En medio del bosque y junto al barranco, aparece ante sí un gran bloque de piedra coronado por un vértice geodésico rodeado de una barandilla metálica y una escalera de mano para acceder a tan singular cima: Aitzluze. Desde esta peculiar atalaya se abre vertiginoso todo el dilatado valle de las Ameskoas navarras.

■ Valle de Larrondo

■ Crestero de la sierra de Lokiz

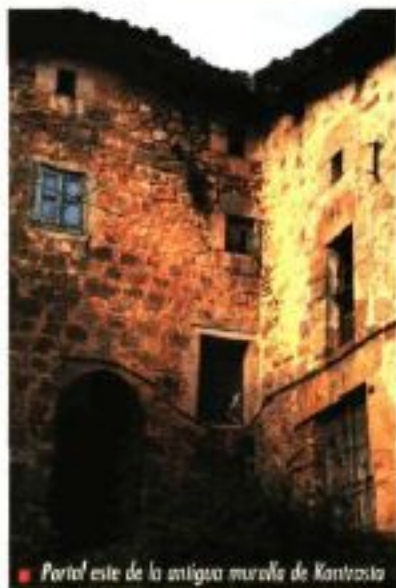


■ Buzón en la cima de Murube



LA VILLA DE KONTRASTA

EN la Edad Media, la situación privilegiada de Kontrasta como tierra fronteriza con el reino de Navarra y encrucijada de caminos le confirió un indudable valor estratégico. Por ello, Alfonso X El Sabio le concedió carta de población el 12 de octubre de 1.256, según consta en un documento de reciente hallazgo. Bajo su autoridad quedaban las aldeas de Ullibarri-Arana, Alda y la iglesia de San Vicente, alrededor de la cual se formó posteriormente la villa del mismo nombre.



Portal este de la antigua muralla de Kontrasta

La villa permaneció realenga hasta 1367 en que el rey Enrique II se la concedió en señorío a Ruy Fernández de Gaona, pasando posteriormente por casamiento a la baronía de los añacinos Lazkano que erigieron su torre fuerte en la parte norte de Kontrasta. La villa conserva numerosos elementos medievales, como el arco bajo la torre de la parroquia, antiguo portal de la muralla de la que todavía se aprecian restos en la zona este, donde a su vez se abre el otro portal.

Otzamendi y Arnaba desde Kontrasta

• 11,7 km-550 m ↑ -3h 45

Kontrasta. Se sigue la calle Elizmendi para tomar la primera bocacalle a la izquierda que desciende rodeando el cerro donde se eleva la ermita románica.

Se continúa por la carretera dejando el desvío del PR-A 69 a la izquierda y posteriormente el del PR-A 65 a la derecha. El vial va ascendiendo la ladera septentrional del monte Arnaba, poblado en su cota baja por quejigales de gran porte hasta alcanzar un portón metálico. Al otro lado se presenta una encrucijada de tres ramales debiendo tomar el de la izquierda, dejando el de la derecha para el regreso.

La ruta va recorriendo el fondo del barranco de Azkontea, de una gran belleza natural. Enseguida el hayedo se adueña del paisaje y en su cortejo aparecen también arces, serbales y olmos.

A los 265 metros deja un camino que parte a la derecha, siguiendo el ramal del frente, que cruza la regata para bordear una colina. En el siguiente desvío, continúa por la derecha abandonando la pista que ascendía pero fiel al cauce del arroyo Oilarribia.

En la próxima derivación toma el camino herboso de la derecha, que se dirige decidido hacia el cauce del arroyo, y vira a la derecha enfilando hacia el norte durante unos metros.

Una vez superada la cuesta el excursionista desemboca en una pista principal y pocos metros más allá alcanza el paraje denominado La Balsa Nueva entre pastizales, fresnos y arces. Posteriormente, el camino rebasa un hombro rocoso desde donde se abarca toda la ladera norte del monte Arnaba, tapizada por formidables hayedos. Desde este punto, el camino vira tomando un cómodo paseo a lo largo del B. Vieja.

Tras una larga recta se alcanza un portillo metálico que hay que cruzar prosiguiendo la ruta mientras la cuesta se empina. El camino alcanza un pequeño repecho rocoso en el hayedo: Portuzar. Después la ruta se nivela y recorre un amable paraje entre esbeltas hayas.

Un cartel clavado en un haya le advierte de la presencia de un paso habilitado en el alambrado, por el que debe cruzar al otro lado. A partir de este punto sigue una tenue trocha indicada por hitos de piedras que le irán guiando por el bosque. Toma al principio en línea recta, obviando una senda a la derecha y sobrepasando un tocón arrancado. Un par de hayas vencidas le sirven de siguiente referencia, rebasándolas por la derecha en oblicuo.

Siguiendo los cairns termina por remontar la ladera, alcanzando el cresterio a la altura de una especie de collado rocoso. En el punto más elevado aparece una bifurcación de sendas poco marcadas a la que ha de prestar atención. Ambas conducen a la cumbre de Otzamendi por diferentes lugares. Podemos optar por seguir la ruta del frente que se abre entre espesas matas de boj siguiendo una trocha apenas visible, pero que luego se perfila mejor. Desciende hacia una cárcava rocosa desde la que se divisan los espectaculares farallones calizos del monte Arnaba.

El recorrido le va a ir conduciendo a lo largo de una dorsal, protegido por el espeso bojarral. En un punto dado aparece un gran hito de piedras, indicando la confluencia de ambas sendas.

Unos metros más y enseguida surge la despejada cima de Otzamendi con su vértice geodésico, que con sus 1255 m es la más elevada de la Sierra de Lokiz, ya en territorio navarro. Antaño esta cumbre figuraba como Monte Santo en los mapas.

Ante sí se abre una fabulosa panorámica de las Ameskoas, Urbasa y Lokiz, así como el valle de Lana y la sierra de Kodes, al sur. Todo un dominio de apartados valles al abrigo de poderosas formaciones rocosas cubiertas por soberbios bosques.

Para continuar hacia Arnaba hay que desandar la senda hasta el cruce de veredas en el collado, prosiguiendo recto descendiendo unos metros por el hayedo para luego seguir una trocha a lo largo de la cresta, donde el boj se cierra sobre el camino.

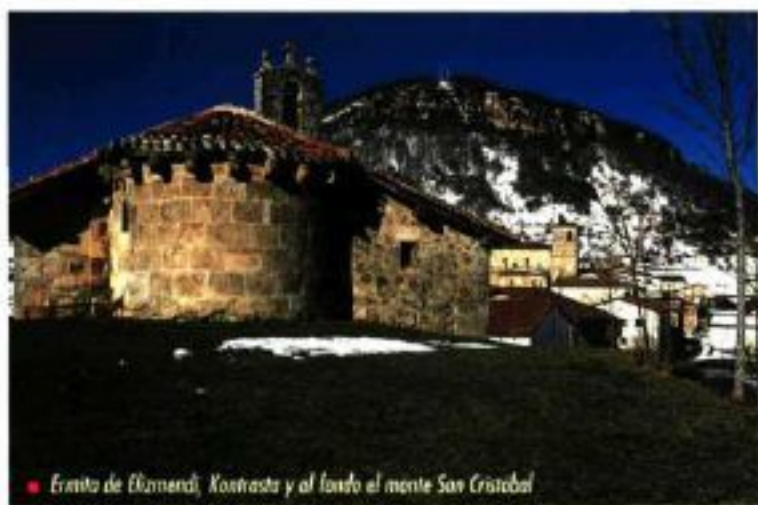
Salta a terreno despejado recorriendo una amplia altiplanicie karstificada con una espectacular escarpadura a la izquierda precipitándose abruptamente hacia las tierras de Kanpezu. Pronto alcanza la cumbre de Arnaba (1241 m), coronada por un buzón del club Gasteiz con fecha 19-12-93. El paisaje es sencillamente espectacular: roquedos y bosque se aúnan en una composición natural de agreste belleza, mientras el dilatado horizonte se perfila de cumbres.

El descenso hasta Kontrasta se puede efectuar hasta la Balsa Nueva siguiendo el mismo camino y a partir de este punto continuar de frente bordeando el promontorio de Isaspikueta por la izquierda.



LA ERMITA ROMÁNICA DE ELIZMENDI

UBICADA al sur de Kontrasta sobre el cerro Mendia, se trata de una construcción románica de reducidas dimensiones, de planta rectangular y ábside semicircular rematado por 10 grandes canes de tipología arcaica y gran belleza, decorados con motivos populares. El templo está edificado con grandes sillares de arenisca entre los que se conservan numerosos fragmentos de estelas y lápidas romanas aprovechadas de alguna necrópolis cercana. La nave, reconstruida, presenta techumbre plana, pero antaño estuvo abovedada. La imagen de Ntra. Sra. de Elizmendi preside el retablo. Se trata de una talla del s. XVI que sustituyó a otra medieval.



Ermita de Elizmendi, Kontrasta y al fondo el monte San Cristóbal

San Cristóbal desde Ullibarri-Arana

5,9 km-320 m ↑ -2h

Ullibarri-Arana. Se siguen las balizas del PR-A 67 "Senda Puerto Nuevo" por el camino viejo que, en algunos tramos conserva todavía su trazado empedrado, hasta culminar el collado en la sierra. Una vez llegado al alto se continúa a la derecha por la carretera local que conduce a un repetidor de TV.

Rebasada una corta cuesta alcanza una cima secundaria, tomando en este punto una vereda de ganado que sale a la derecha para aproximarse al cortado rocoso desde donde domina una extensa vista del valle.

La senda desciende durante 340 metros hasta alcanzar un collado, punto de arranque del Puerto de Aizkorripe indicado por un antiguo mugarri de piedra, viejo camino pastoril que serpenteaba desde el fondo del valle hacia los pastos de la sierra y delatado.

A partir de aquí la senda desaparece, tornándose ahora el itinerario más agreste. Se va superando una cuesta sin desviarse demasiado del escarpe, que sirve como referencia en la travesía. Pronto aflora el sustrato rocoso conformando un extenso lapiaz donde las hayas arraigan con elogiosa maestría entre las anfractuosidades de la roca, subsistiendo del esquelético suelo que apenas se desarrolla en el interior del karst.

Pronto se alcanza la boscosa cumbre del monte San Cristóbal de 1145 m de altitud y que cuenta con un antiguo buzón montañero.

Se puede optar por prolongar la excursión continuando junto al perfil del barranco, avanzando a tramos por terreno calizo, a tramos por suave y rasa pradera montana. En un momento dado de la travesía se franquea un arruinado murete de piedra que marca el límite de la Parzonería de Entzia, hasta alcanzar un repetidor. Desde aquí se abre una hermosa panorámica sobre la villa medieval de Kontrasta a nuestros pies y frente a la línea de fragosas cumbres y barrancos que se elevan al otro lado del valle. Desde este punto podrá tomar la carretera para efectuar el descenso.

LA ERMITA ROMÁNICA DE ANDRA MARI

SITUADO en el extrarradio norte de la villa se eleva este pequeño templo románico edificado con grandes piedras de sillaría y con ábside semicircular. La portada se abre al sur y está decorada con un bello ajedrezado, fechándose del s. XII. Sobre ella, a sus lados y en el suelo aparecen restos de lápidas romanas y pies de columnas de raíz altomedieval prerrománica o romana tardía. Esta ermita ha sido restaurada recientemente hallándose restos de pinturas murales en el cascarón del ábside.



Lapiaz y hayedo de San Cristóbal

Pastizales montanos junto a Santa Teodosia

Mariposa Papilo machaon

ULLIBARRI-ARANA

Su origen puede remontarse a la época postromana como así parecen atestiguarlo diversas lápidas halladas en este lugar. Al norte del núcleo se levantó la ermita de Ntra. Sra. de Lezeta, anteriormente parroquia del despoblado del mismo nombre y embrión de la actual villa. Su trazado urbano responde a un diseño geométrico, pues se encuentra situado en la encrucijada de dos importantes rutas altomedievales. Una sería uno de los itinerarios tardorromanos que unían las tierras del Ebro con la cornisa cantábrica cruzando a lo ancho el valle, desde el puerto de Gastiain hacia la Llanada Alavesa. La otra ruta seguía el eje longitudinal del valle uniendo las tierras navarras de las Ameskoas con Laminoria, Kanpezu y Maeztu.



Ullibarri-Arana con el frondoso monte Cruz de Alda detrás

de Puerto Nuevo a Santa Teodosia

6,3 km-395 m ↑ -2h10

Siguiendo el sendero PR-A 67 "Senda Puerto Nuevo" se parte de Ullibarri-Arana para dirigirse hasta el collado donde enlaza con la carretera de Iturrieta al repetidor de TV de S. Cristóbal. En este lugar se gira a la izquierda, oeste, dirigiéndose hacia el borde del cresterio que cae al valle poblado por un frondoso hayedo.

Se sobrepasa un monolito aislado horadado en forma de gran arco natural y al poco se abandona el camino para tomar un sendero que sale a la izquierda.

El ascenso es gradual y sostenido hasta culminar en poco rato en la despejada cumbre de Kapitatz (1121 m), la primera eminencia del recorrido y coronada por un vértice de triangulación geodésica. La cima ofrece al caminante una vasta panorámica.

La ruta prosigue su marcha siguiendo una tenue trocha por el borde del hayedo para luego rebasar un cerrado tramo de helechos y espinos hasta descender a una campa en un collado. Se trata del Puerto de Ullibarri, desde el que se supera una fuerte cuesta, rebasada la cual el camino se nivela. Los crestones de la sierra se perfilan sobresaliendo al vacío en una sucesión de entrantes y salientes, como proas de naos desde las que se obtienen sorprendentes panorámicas a vista de pájaro. La senda alcanza otra cumbre secundaria, nueva atalaya sobre el valle, en el que se dibujan los cuatro pueblos en medio de la irregular cuadratura del mosaico de parcelas.

A continuación se inicia un suave declive que le irá conduciendo al puerto de Alda, situado hacia la mitad de la ruta y marcado por un viejo mugarri. Continúa recto para enfrentar las últimas lomas del cresterio, como la de Kortagaina de 1119 m.

La estrecha vereda, siempre fiel al cortado rocoso, va guiando al caminante unas veces por pastizales otras por hayedo hasta otra cumbre secundaria, apenas delatada por un par de harripilos y denominada Txandi.

La ruta sale del hayedo ofreciendo al senderista el anchuroso paisaje de amplios pastizales montanos. En el descenso del Alto del Fraile, con la silueta de la ermita de Santa Teodosia al frente, descubre la inconfundible forma abultada del gran túmulo dolménico de Santa Teodosia.



LA GRANJA DE ITURRIETA

EN el altiplano de Iturrieta, junto a la carretera local A-3114 y en el interior de un vasto cercado, se encuentra un conjunto de edificios: se trata de la Granja de Iturrieta, estación de mejora de la patata de siembra. La Granja de Iturrieta se creó en el año 1933. En 1942 se constituyó el Servicio Nacional de Patata de Siembra que ese mismo año se integraría en el Instituto Nacional de Semillas Selectas y en 1972 ampliaría sus funciones pasando a llamarse Instituto Nacional de Semillas de Vivero. La Estación de Mejora de la Patata quedó transferida a la C.A.P.V. en 1980, quedando integrada en el Centro de Investigación y Mejora situado en Arkaute, quien realiza los trabajos de análisis, ensayos y técnicas de diagnóstico. Durante este tiempo se fomentó la I+D agraria a través de los centros CIMA y SIMA (Servicio de Investigación y Mejora Agraria) del Departamento de Agricultura y Pesca del Gobierno Vasco. En enero de 1998 estas actividades se inscribieron en la Sociedad Pública AZTI, que cambiaría el nombre desde 1 de Septiembre del mismo año a NEIKER (Instituto Vasco de Investigación y Desarrollo Agrario).



■ Granja de Iturrieta

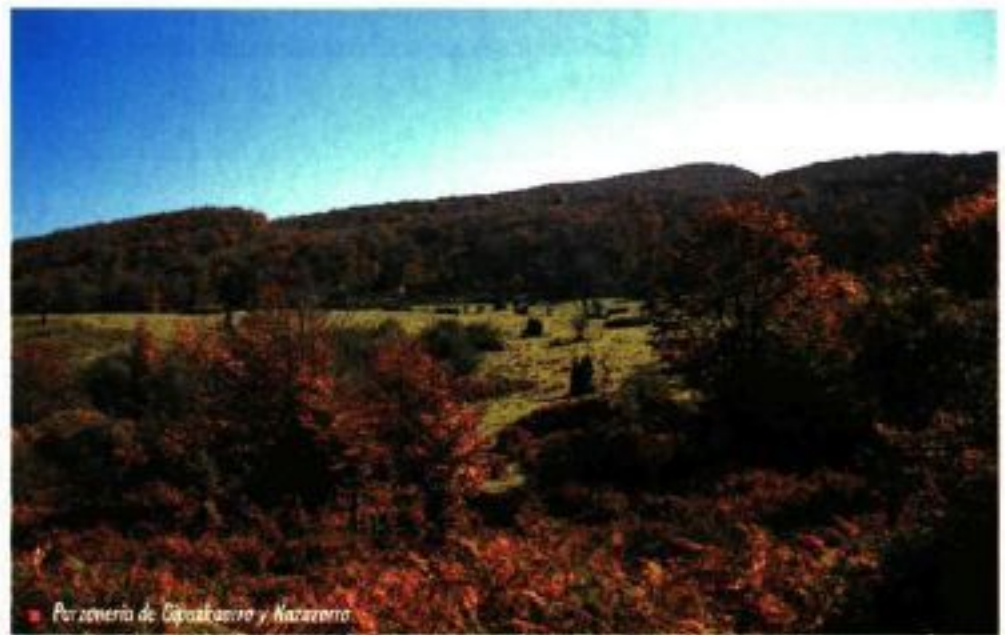
LA PARZONERÍA DE ENTZIA

EN los parajes de las sierras de Entzia e Iturrieta se practica un ancestral régimen de explotación común del monte conocido con el nombre de Parzonería y que se encontraba asentado y regulado ya para el siglo XVI. La impresionante extensión del hayedo ha suscitado un aprovechamiento integral de sus riquezas. El uso que los pueblos congózantes hacen de los diferentes recursos (pastos, leña, carboneo, agua, frutos, etc.) se realiza por medio de una distribución equilibrada siguiendo un detallado reglamento de ordenanzas. Aparte de los cuatro pueblos del valle entran otros como Roitegi, Onraitia, Salvatierra, hermandades de San Millán y Asparrena.

En la zona existen cuatro Parzonerías que son:

- Parzonería General de Entzia: 3.429 Ha.
- Parzonería de Iturrieta: 1.098 Ha.
- Parzonería de Atxuri
- Parzonería de Gipuzkoarro y Nazazarra

Estas dos últimas también son conocidas como Parzonería de Entzia Arriba con 595,30 Ha.



■ Parzonería de Gipuzkoarro y Nazazarra

EL FENÓMENO MEGALÍTICO

LAS construcciones megalíticas se extienden por todo el mundo desarrollándose a través de tres milenios. Su emergencia se corresponde con la implantación y desarrollo de las sociedades campesinas a lo largo del Neolítico.

El Territorio Histórico de Alava es el más completo de la península desde el punto de vista megalítico, cuya variedad caracteriza estas construcciones.

El espacio natural de Entzia ha estado ocupada por el ser humano ya desde la prehistoria. Las primitivas tribus de bascones y vándulos poblaron la zona desde el Paleolítico Inferior y Medio.

Los monumentos megalíticos representan manifestaciones de rituales funerarios y se clasifican en dólmenes, menhires y cromlechs. En los dos primeros se inhumaba a los difuntos, mientras que en el tercero eran incinerados.

La etimología de estas palabras deriva de las lenguas celtas y bretonas. Los dólmenes (de taol: tablero, mesa, meseta y men: piedra) constan de una cámara formada por grandes losas y cubierta por otra mayor y están rodeadas de un montículo de piedras y tierra llamado túmulo o galgal. Algunos presentan un túnel que se prolonga desde la

cámara y entonces se denominan dólmenes de corredor. Los dólmenes de montaña no suelen. También existen túmulos sin cámara dalménica. En las cámaras se fueron depositando los cuerpos a lo largo del tiempo siendo acompañados de diverso ajuar, tanto de uso cotidiano como de adorno o de ritual.

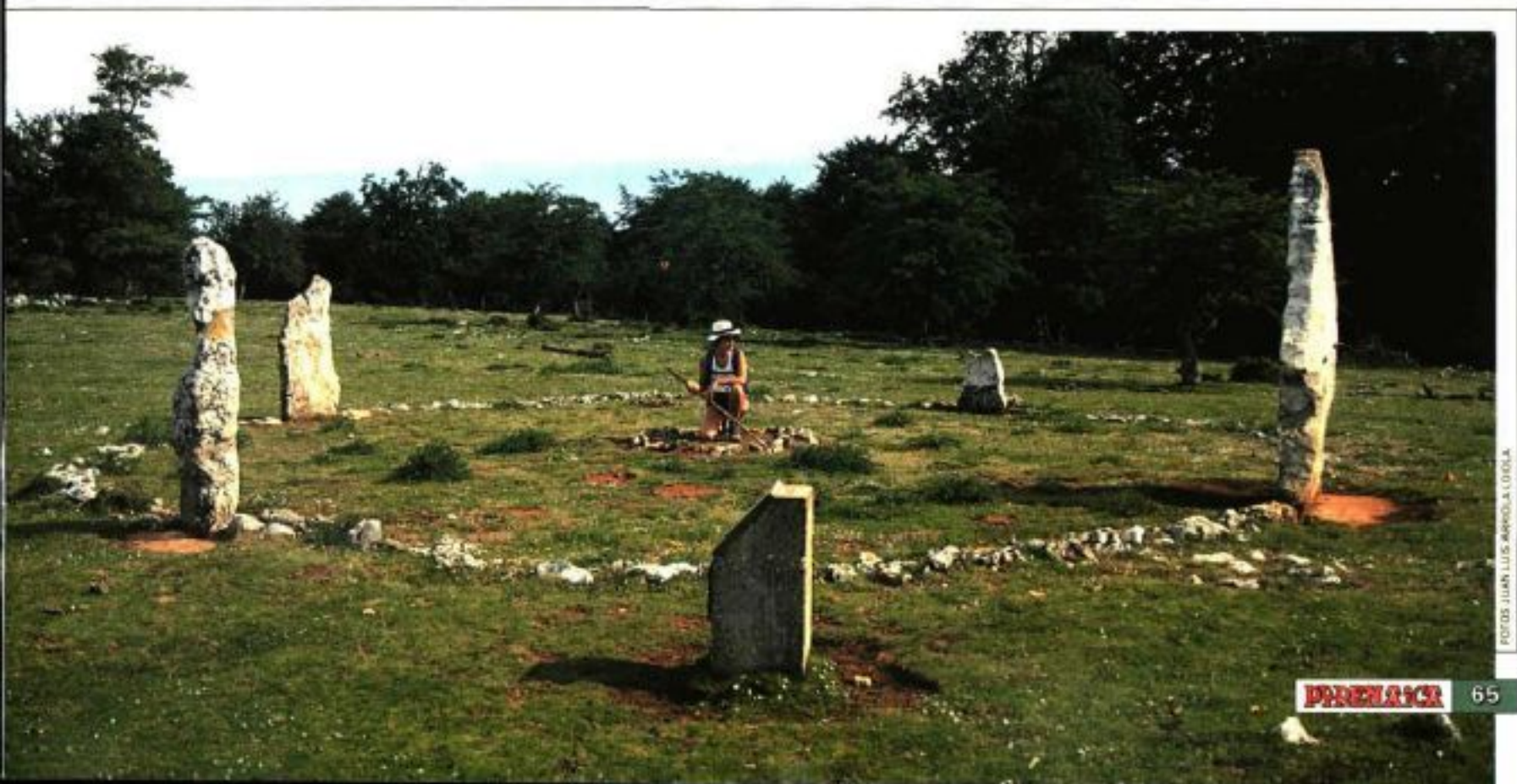
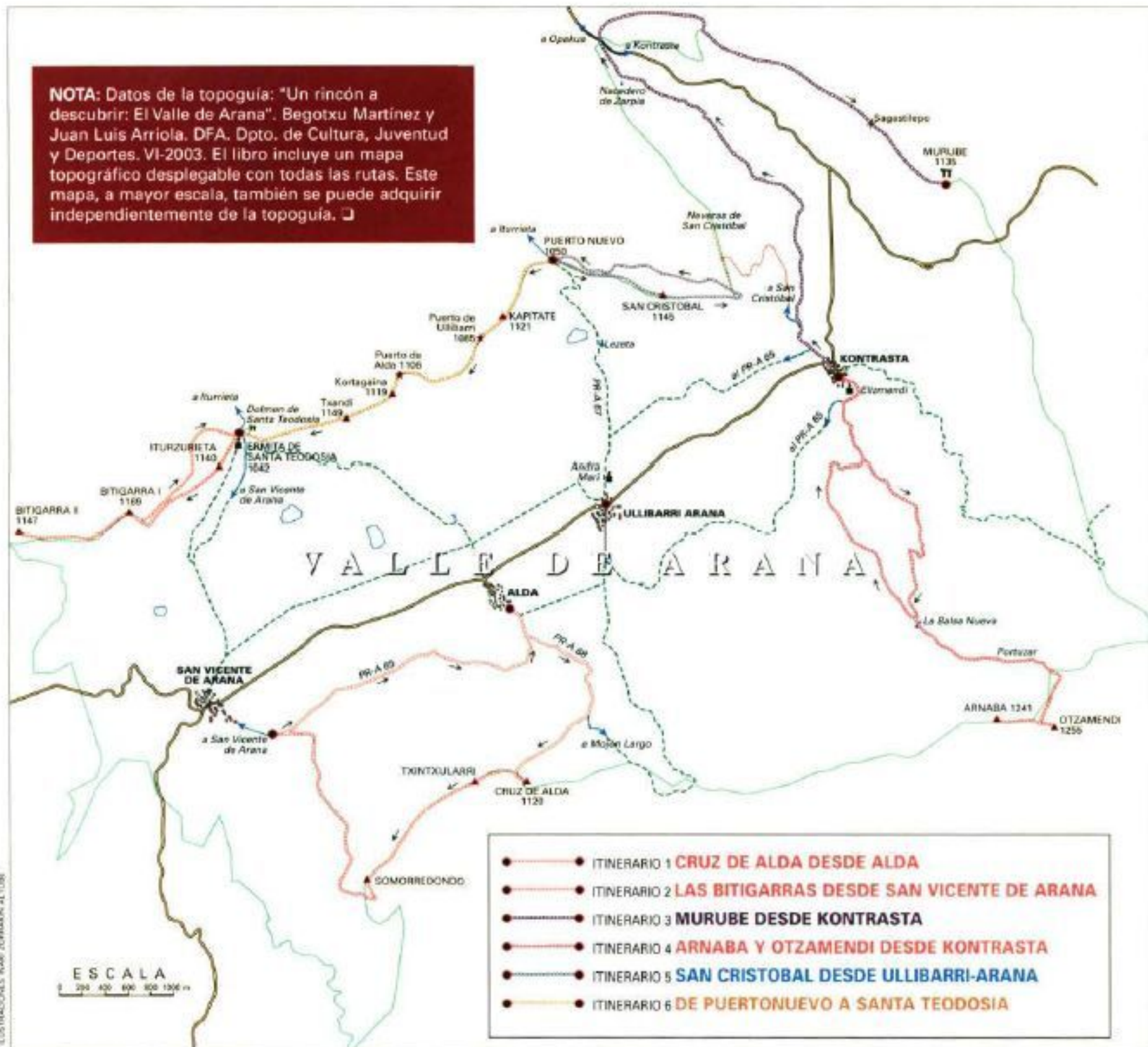
En Arana destaca el dolmen de Santa Teodosia. Respecto a los monumentos megalíticos es notable el túmulo dalménico de Santa Teodosia. Fue descubierto por J. A. Madinabeitia en 1978. Está situado a la derecha de la carretera junto al corte que da vista al valle de Arana apreciándose como una gran prominencia del terreno parcialmente precipitada al vacío.

Los cromlechs (del gaélico crom: redondo, curvilíneo y laech: plaza) son círculos de piedras que delimitan un espacio interior en cuyo centro se situaba la cista con los restos de la cremación. El más espectacular es el cromlech de Mendiluze, al Oeste de Legaire, en Entzia, con más de 10 m. de diámetro.

El menhir (del galésico maen: piedra e hir: larga) es una piedra de dimensiones alargadas clavada verticalmente.

■ Cromlech de Mendiluze (Entzia)

NOTA: Datos de la topografía: "Un rincón a descubrir: El Valle de Arana". Begotxu Martínez y Juan Luis Arriola. DFA. Dpto. de Cultura, Juventud y Deportes. VI-2003. El libro incluye un mapa topográfico desplegable con todas las rutas. Este mapa, a mayor escala, también se puede adquirir independientemente de la topografía. □



FOTOS JUAN LUIS ARRIOLA Y COLOA

Cada etiope está marcado por esta realidad a la que hace frente, aferrándose a sus tradiciones y depositando sus esperanzas en la religión. Es cierto que en muchos otros países se dan circunstancias similares. De hecho, cuando regresamos de muchos de ellos, nos traemos la sensación de que la vida discurre con otros parámetros temporales y que el mundo espiritual forma parte en gran medida del quehacer diario. En Etiopía es algo absolutamente real.

Desde que llegamos a Etiopía tuvimos la sensación de haber entrado por accidente en una máquina del tiempo, donde la leyenda se estaba transformando en realidad. Estábamos en la tierra de la reina de Saba, en la antigua Abisinia, en la tierra prometida de los rastafaris, el lugar donde se esconde el Arca de la Alianza, un pedazo de África que, como ningún otro, formaba parte de nuestras fantasías infantiles de niños de dictadura en un colegio religioso. El país al que enviábamos nuestra exigua paga para salvar a los "negritos" cristianos del hambre para aliviarles del peso de la fe en una tierra terrible, amenazada por el "infiel". Nada parece haber cambiado desde entonces. El hambre sigue allí asomándose impudicamente en la estación seca, los "infiel" continúan amenazando a la cristiandad desde el este y el pasado, no deja al presente convertirse en futuro.

■ LOS SEÑORES DEL TIEMPO

Lo que jamás sospechamos cuando despegábamos del aeropuerto de Loiu el 2 de agosto de 2003, es que llegaríamos a Addis Abeba el 28 de julio de 1995 a las 12 h de la noche, amaneciendo.

La primera sorpresa fue comprobar que un año etiope no tiene doce meses, sino trece, ya que este país cuenta con su propio anuario heredado de Alejandría, por lo que no se rigen ni por el calendario gregoriano ni por el juliano. Sus meses son lunares pero su año solar, de ahí que sobren días al finalizar cada ciclo anual, que se transforman en ese mes trece que nace detrás de septiembre, cuando finaliza la estación de las lluvias. Son, por tanto, doce meses de treinta días y un mes de cinco días o de seis si es año bisiesto, y el cambio de año se produce en nuestro 11 de septiembre. El eslogan turístico del país es de hecho "trece meses de sol", lo que no es estrictamente cierto, porque en Etiopía llueve y mucho.

La siguiente sorpresa fue comprobar que tampoco vivimos en el mismo siglo, pues ellos aun están en el siglo XX, concretamente en 1996. El calendario etiope comienza siete años después que el nuestro. En un principio esto podría no ser algo especialmente singular, ya que musulmanes, chinos o hebreos, entre otros, tampoco coinciden con los cristianos en la datación del tiempo. El problema es que Etiopía es profundamente cristiana y, por tanto, deberíamos coincidir al menos en el año, dado que toda la cristiandad cuenta el primer año de la era desde el nacimiento de Jesús. ¿A qué se debe entonces este desfase? El por qué es al

menos curioso y pone de manifiesto el fervor de las creencias religiosas de este pueblo. Todo tiene su origen en algo tan sencillo como el momento en que tuvieron conocimiento del nacimiento del Mesías, pues para ellos Jesús nació ocho años más tarde según los relatos de la llamada "era de los mártires", sistema que se empleó para fijar las fechas de los primeros siglos de la era cristiana.

La última sorpresa en esto de la medición del tiempo es su sistema horario, lo que además plantea un problema práctico. En principio los etiope deberían estar sujetos al sistema horario internacional y de hecho existe una "hora legal", conforme a la que se ajustan todos los relojes del mundo. ¿Todos? No desde luego los etiope. Según esta "hora legal", la diferencia horaria entre la península ibérica y Etiopía debería ser de tan sólo una hora y no de siete, como es en realidad. El problema es que un día etiope, aunque tenga también veinticuatro horas, no se contabiliza de la misma manera, pues se mide en periodos de doce horas que comienzan cuando sale el sol, seis de la mañana, y cuando se oculta, seis de la tarde. Es decir, que un día etiope se divide en luz y oscuridad, y el horario se establece en función de estos momentos. Son las doce cuando el sol sale y vuelven a ser las doce cuando desaparece, así que cuando el sol lleva una hora amanecido es la 1:00 de la mañana y cuando lleva una hora acostado es la 1:00 de la noche, para el resto del mundo las 7:00 de la mañana y las 19:00 de la noche. No parece muy complicado de entender, pero cuando vas a coger un autobús a las once y media de la mañana, hora etiope, y ves que está empezando a oscurecer eres absolutamente consciente de que nunca conseguirás orientarte del todo en este país y menos librarte de la sensación de que siempre llegarás o demasiado pronto o demasiado tarde. En todo caso siempre hay que confirmar si la hora es etiope o extranjera y, sobre todo, llevar dos relojes.

■ LA TIERRA ROTA

El Parque Nacional de las montañas Simien es conocido también como el "techo de África" por su gran concentración de cimas que sobrepasan los 4000 m de altitud. Simien en amhárico, lengua oficial etiope, significa "Norte". Situado al noroeste del país, esta área protegida, nombrada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, forma parte del macizo etiópico que cubre más de la mitad de la superficie total de Etiopía, con una altitud media de 1680 m, donde vive la mayor parte de la población.

Lo que hace del Simien un lugar excepcional es su singular orografía, producto de una serie de fallas geológicas causadas por descomunales movimientos de tierra que dieron lugar al llamado valle del Rift o valle de la Gran Grieta que atraviesa Etiopía desde el noroeste hasta el sudoeste, dividiendo el país diagonalmente. Esta enorme fisura que comienza en el valle del Jordán, atraviesa el mar Rojo y entra en África por Eritrea hasta llegar a Mozambique. Está separando paulatina pero inexorablemente el África oriental del resto del continente a un ritmo constante de 4 milímetros al año y va a ser la causante de la aparición de un nuevo océano entre las dos masas de tierra resultantes de este desgarramiento geológico.

Hasta que llegue ese momento y las estribaciones del Simien desaparezcan bajo las aguas, todavía podemos admirar sus enhiestos farallones que se levantan sobre la tierra, formando el relieve más genuino y escarpado de todo el continente africano. No es de extrañar que estas montañas sean la morada de animales endémicos, como el babuino Gelada, el zorro del Simien o el rebeco Walia, que viven suspendidos entre el cielo y la tierra, porque lo difícil en el Simien no es alcanzar la cumbre sino encontrarla, esquivando sus profundas gargantas cuyos bordes nos separan del valle en una caída libre de más de 1500 m. Unos agujeros así pueden ser un obstáculo insalvable. Por eso, lo más importante cuando decides subir estas montañas, es conseguir un buen guía, sobre todo si vas en época de lluvias, entre mediados de junio y septiembre.

En esos meses el mayor enemigo en el Simien es la niebla, una niebla espesa que confunde el camino, te desorienta y te coloca continuamente al borde del precipicio. Es una compañera engañosa que aparece y desaparece continuamente, hermosa pero letal. Sólo los nacidos en el Simien la conocen. Eyayaw Mitiku, nuestro guía era uno de ellos, lo que no evitó que tuviéramos que enfrentarnos en Sankaber, nuestro primer campamento de mon-



■ El grupo al completo, de izquierda a derecha: Berhank, Eyayaw, Patxo, Txules, Arantza, Salomón, Malik y Derham



■ Sin niebla en Sankaber

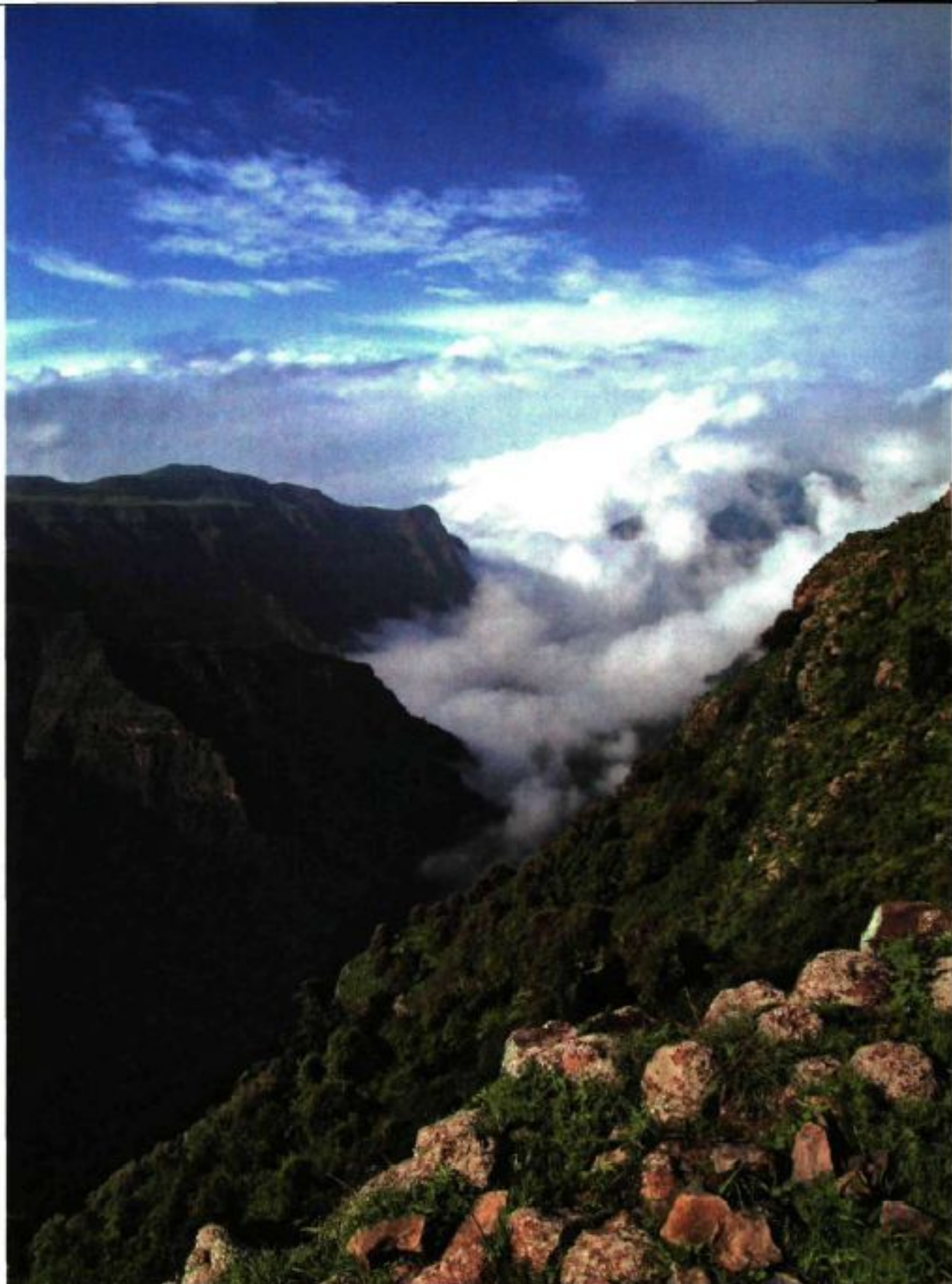
taña, a la difícil decisión de continuar o abandonar. Está claro que continuamos, aunque debimos renunciar al Ras Dashen (4620 m), la cumbre más alta, a cambio nos esperaba el Bwahit (4430 m).

■ CAMELOT EN ETIOPIA

Toda expedición a las montañas Simien se inicia en Gondar, sin duda una parada obligada para cualquier viajero por tierras etíopes y, más aún, para aquellos dispuestos a explorar sus montañas. Aquí se contratan guías, cocineros, porteadores y mulas, animales imprescindibles que serán los que transporten la mayor parte del material y los viveres a los distintos campamentos a lo largo de la ruta. Las mulas son al Simien lo que los yak al Himalaya. Resistentes pero igual de tozudas, no se detienen hasta llegar y sólo obedecen la voz de su amo. En cuanto se las descarga se desparraman sobre la hierba que comienzan a comer y así se quedan hasta el día siguiente.

Gondar es una especie de espejismo. Fundada por el emperador Fasilides en 1636, la ciudad está salpicada por increíbles castillos medievales, increíbles no tanto por su esplendor o magnificencia, sino por el hecho de verte transportado en un instante de África al medioevo europeo. Lo último que esperas encontrar en una ciudad africana es un montón de castillos al más puro estilo de los de Osma en Soria, Loarre en Huesca o Belmonte en La Mancha, por nombrar sólo algunos de los cientos de ellos desperdigados a lo largo de toda la geografía española. De hecho se afirma que fueron artesanos españoles y portugueses los principales artífices de estas construcciones. Sin embargo, la historia oficial lo desmiente atribuyendo la autoría a constructores etíopes con fuertes influencias arquitectónicas, eso sí, lusas, moriscas e hindúes, cuyo sincretismo puede apreciarse especialmente en el interior de las edificaciones.

Ambas versiones son igual de válidas porque esos constructores etíopes eran descendientes de los soldados enviados casi un siglo atrás por Portugal, dueña ya entonces de Goa en la India, para luchar junto a los ejércitos del rey Lebne Denguel contra los musulmanes del litoral al mando del almirante Ahmed ibn Ibrahim, más conocido por Grañ, el zurdo. Grañ fue abatido el 22 de febrero de 1543 a unos 60 km de Gondar por el disparo de un portugués al inicio de la batalla. Su ejército, sin líder que lo dirigiera, fue literalmente exterminado.



■ Torreón del Tancat en Gondar

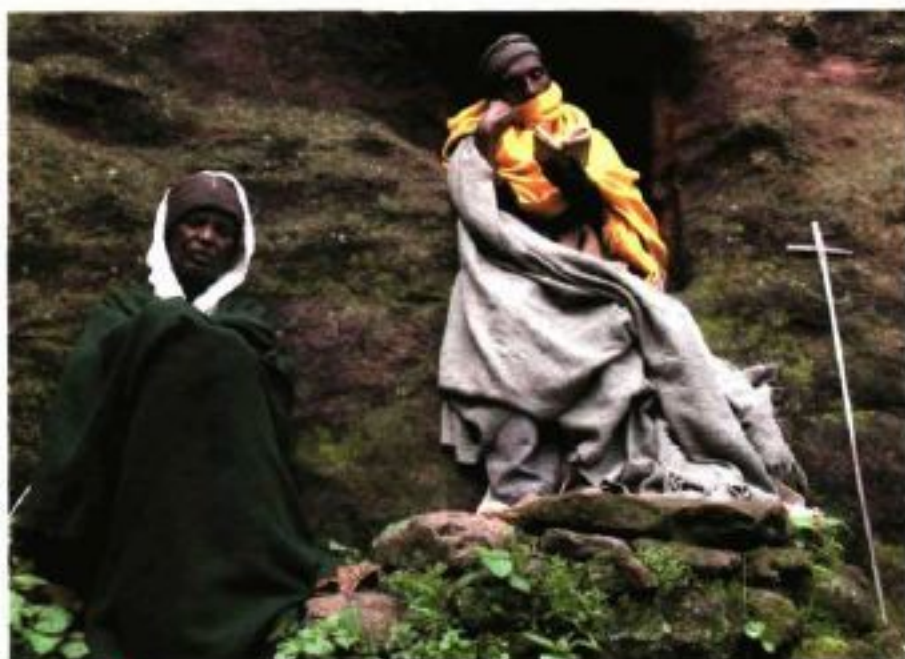


Los querubines de la iglesia de Debre Birham Selassie en Gondar



Ninguno de los supervivientes del contingente portugués, entre ellos varias docenas de mercenarios españoles, regresaron jamás a la península. Casados más tarde con mujeres etíopes, tanto ellos como sus hijos y los hijos de sus hijos crearon una elite militar que luchó siempre al lado de quien ostentó en cada momento el título imperial, acumulando riqueza y privilegios. Especializados en construcciones de campaña, las siguientes generaciones heredaron estos conocimientos ampliándolos. El puente sobre el Nilo azul y otros más, de igual importancia, han sido obra de estos hijos de Tubal (Portugal) como los llamaban los etíopes. No es de extrañar, por tanto, que Fasilides requiriera sus servicios en la construcción de los castillos de su recién fundada Gondar, en el emplazamiento que, años atrás, su padre Susinios eligiera como embrión del nuevo imperio aconsejado por el jesuita español Pedro Páez.

Antes de abandonar Gondar rumbo a las montañas, no se puede dejar tampoco de visitar la iglesia de Debre Birham Selassie (siglo XVII), en cuyo techo aparece una de las imágenes más repetidas en postales, pósters y calendarios de Etiopía, la carita de cien querubines con expresión un tanto triste que, apiñados entre sí, parecen observarnos desde el cielo. Máxima expresión del arte religioso ortodoxo, esta pequeña iglesia no tiene un solo centímetro de pared en su interior que no esté decorado con motivos sobre la vida de Cristo, Adán y Eva, los horrores del infierno, las bendiciones del cielo, las obras de los santos o el valor de los mártires, como claro ejemplo de la transmisión oral de las creencias religiosas. Como la mayoría de las cosas en Etiopía, Debre Birham Selassie está envuelta en la leyenda por ser la única que ha sobrevivido a las repetidas destrucciones de Gondar a manos de los derviches (egipcio-sudaneses), y es que la iglesia está protegida por un ejército de millones de abejas que surgen de su interior para atacar con sus aguijones a quien quiera destruirla. Así se ha salvado siempre de sus enemigos.



Fieles en Lalibela, la "Jerusalén negra"



Comités de bienvenida en la aldea de Eyayaw

EL FUSIL DE BERHANK

La primera parada después de dejar Gondar en dirección al Simien es en la pequeña localidad de Debark (2600 m), puerta de entrada al Parque Nacional. Este trayecto de aproximadamente 100 km se hace en todo-terreno por una carretera aceptable, con los viveres y parte del equipo y del material de la expedición. En Debark, además de estirar las piernas, se recoge el resto, aunque no será hasta el primer campamento de montaña en Sankaber donde se complete definitivamente con la incorporación de un guardabosques del Parque. Toda expedición que se aventure por estas montañas está obligada a contar entre sus filas con los que ellos llaman "scouts" que, traducido a la realidad significa un ranger armado, empleado del Parque.

Personas afables pero silenciosas, su única función es cuidar de los montañeros. Nuestro ranger se llamaba Berhank Mewesha. Berhank nos acompañaba en cuanto nos alejábamos más de 200 m del campamento y en la ruta se colocaba siempre detrás del último que, por esos azares de la vida, la mayoría de las veces era yo. Con el paso de los días conseguí acostumbrarme a su omnipresencia y decidí aceptarle como mi ángel de la guarda, callada compañía que no me desamparaba ni de noche ni de día. También logré que dejara de impresionarme el tremendo fusil que portaba en su hombro. Sin embargo, lo que nunca conseguimos fue averiguar qué tipo de peligros podrían acecharnos en el Simien, de los que seríamos salvados por semejante artefacto. Sólo una vez dejamos de ver su figura detrás de nosotros, el día que alcanzamos la cumbre del Bwahit, eso sí, el fusil vino con nosotros, esta vez a hombros de una especie de lugarteniente seleccionado por Berhank entre los porteadores.



Los niños pastores con Berhank

■ BABUINOS EN LA NIEBLA

De Debark a Sankaber hay aproximadamente 17 km, doce de los cuales hasta Chinkwanit (3000 m), se hacen en todo terreno y los cinco restantes a pie. En este emplazamiento de Chinkwanit se encuentra una de las mayores manadas de babuinos Gelada del Simien. Este mamífero cuyo hábitat exclusivo es Etiopía y en especial el Simien, donde se localiza al 90 % de los individuos de la especie, fue descubierto en 1835 por el naturalista alemán Eduard Ruppell, que lo dio a conocer a la comunidad científica con el nombre local usado por los habitantes de la región de Gondar, gelada. Los geladas son conocidos también por el sobrenombre de "babuinos del corazón que sangra" o "mono león", precisamente por dos de sus características distintivas: el pecho rojo bermellón y el abundante pelo de todo su cuerpo, pero en especial el de la cabeza, a modo de larga y encrespada melena.

Viven en grandes manadas a lo largo de los bordes de los precipicios, de los que nunca se alejan demasiado. Por la noche, bajan por las caras escarpadas de estos precipicios buscando cuevas y repisas donde dormir unos junto a otros, proporcionándose así el calor necesario para soportar mejor las frías noches de la montaña. Su hermoso y extraño aspecto no es, sin embargo, lo más fascinante de estas criaturas, sino su estructura social, una de las más complejas del reino animal después de la del ser humano. Una prueba de ello es la cantidad de sonidos que necesitan utilizar para comunicar sus intenciones al grupo, así si otros monos utilizan de seis a quince vocalizaciones sociales para su comportamiento, un gelada necesita utilizar veintisiete.



■ Envueltos por la niebla en Chenek



■ Rodeando los acantilados hacia Chenek



■ Campamento junto a la aldea de Eyayaw

■ LA DECISIÓN

Los itinerarios por el Simien son muchos y muy diversos, dependiendo del objetivo que te haya llevado a la montaña y, sobre todo, de la climatología. Nuestra primera opción era alcanzar el Ras Dashen con cuatro campamentos previos: Sankaber (3200 m), Geech (3600 m), Chenek (3800 m) y Ambikwa (4000 m), emulando así a Ferret y Galiner, los dos ingenieros franceses que llegaron por primera vez a la cumbre en 1841. La niebla y las tormentas eléctricas no lo permitieron, ya que perdimos demasiado tiempo esperando a que mejorara, decidiendo si continuábamos o abandonábamos definitivamente. Aunque era un espectáculo increíble, los rayos entre la niebla a esa altura nos ponían literalmente los pelos de punta, existiendo serio peligro también de desprendimientos por la lluvia.

En esta situación, Eyayaw, nuestro guía, no podía servirnos de mucha ayuda. Preocupado por nuestra seguridad, también lo estaba por cumplir con el contrato. Aunque habíamos pagado por adelantado y nos asegurara que cobrarían de todas formas, teníamos nuestras serias dudas. Si bajábamos ahora quedaría pendiente además el tema de las propinas, que se presuponen sustanciosas siempre que consigan llevarte a la cumbre. Es una especie de ley africana que ya comprobamos el año anterior en el Kilimanjaro, aunque nunca sabes si la propina es el porcentaje mayor o menor de su sueldo.



■ Crestas de acceso a Chenek



Llevábamos ya tres días envueltos en la niebla en Sankaber, que rebautizamos por "Naquever", y al cuarto día levantamos el campamento. Sin embargo, no sería justo decir que en Sankaber no hay nada que ver. En las pocas horas que la niebla y los rayos nos daban de tregua, salíamos disparados de las tiendas y con Eyayaw al frente y Berhank en la retaguardia, recorríamos los alrededores, lo que nos permitió comprobar que Sankaber estaba flanqueado por vertiginosos precipicios que, sin embargo, sólo serían una pequeña muestra de lo que encontraríamos más arriba.

A pocos kilómetros de Sankaber se encuentra el abismo de Geech, con la espectacular catarata que forma el río Jin Bahir en su caída libre de 700 m a lo largo del acantilado, que se parece extraordinariamente al Salto de Ángel en Venezuela, la catarata más alta del mundo con sus 980 m. Se accede al mirador natural desviándose un kilómetro del camino a Geech o como travesía de un día desde Sankaber. Si se llega hasta Geech se puede subir el promontorio de Imet Gogo (3926 m), a 5 km al noreste del campamento, en cuatro horas, ida y vuelta. Imet Gogo ofrece algunas de las más espectaculares vistas sobre los valles. Nosotros, sin embargo, tomamos la vía sudeste sin pasar por Geech.

■ MONTAÑEROS SIN FRONTERAS

En esta ruta no hay campamento hasta Chenek, por lo que es aconsejable pasar la noche lo más cerca posible de alguna aldea, lo que no es difícil porque al ser una ruta que discurre por los límites del Parque, se encuentra salpicada por numerosos villorrios medio colgados en las laderas. En muchas partes del camino estuvimos acompañados por niños que pastoreaban el ganado.

En cuanto uno de ellos nos divisaba a lo lejos llamaba a los otros: ¡faranyil, ¡faranyil! ¡extranjero!). El eco entre las montañas transportaba su llamada a varios kilómetros de distancia, la mayoría de las veces escuchábamos primero las voces sin ver a nadie y después los encontrábamos en medio del camino esperándonos.

Tras más de siete horas de marcha acampamos cerca de la aldea de Eyayaw (3724 m). Había dejado por fin de llover y la niebla se había levantado. El Simien nos regaló un hermoso atardecer y la familia de Eyayaw una ceremonia del café, lo que nos hizo sobrellevar mejor el intenso frío. A la mañana siguiente, al salir de la tienda nos encontramos a medio pueblo en fila india frente a nosotros. ¿Habíamos metido la pata en algún momento de la ceremonia? ¿no habíamos saludado al jefe del poblado? ¿no habíamos pagado la última ronda? Vi que Berhank no echaba mano de su fusil y que los demás estaban desayunando tranquilamente, entonces, ¿qué

estaba pasando? Venían a la consulta, pues la noche anterior se había corrido la voz que uno de nosotros era médico. Improvisamos un ambulatorio de campaña y cada uno fue desgranando su rosario de males. Lo que al principio fue una consulta en toda regla al quinto lugareño aquello se convirtió en un auténtico gallinero, a todos les dolía todo, preguntaras lo que preguntaras la respuesta era siempre que sí, pero por encima de todo querían pildoras, cuanto más grandes y brillantes mejor. Las rojas eran las que más les gustaban, o sea el Fortasec. Persuadidos de introducir cierta racionalidad en el asunto, decidimos hacer acopio de las aspirinas, paracetamoles y antiácidos que tuviéramos y repartirlos equitativamente. Quedaron encantados con el doctor.

■ BUSCANDO EL BWAHIT

Aún teníamos por delante el camino más difícil, a partir de ahora iremos acercándonos a Chenek por las aristas de los acantilados. Este paisaje es lo más impresionante del Simien: a tus pies más de mil metros de vacío, con la tierra cortada a tajo como por un inmenso cuchillo kilómetros y kilómetros. Sólo entonces eres capaz de imaginar la fuerza de aquellos movimientos telúricos que hace millones de años desgarraron la tierra conformando la Gran Grieta, porque esa grieta se encuentra ante tus ojos.

Chenek es el campamento base del Bwahit y sin duda uno de los lugares más bellos y entretenido de estas montañas. A pocos metros, en el borde del acantilado, vive de manera permanente una familia de geladas a los que puedes acercarte a escasa distancia. Pasábamos horas observándoles. Un poco más abajo se encuentra un jardín de lobelias (*Lobelia Rhynchiopetalum*), especie también endémica de Etiopía, con forma de palmera enana, que ves esparcidas por todo el camino a partir de los 3000 m, aunque aquí en Chenek, las puedes encontrar todas juntas formando parterres naturales, quizás por la proximidad del río Belegez que cambia continuamente de caudal a lo largo del día. Un paseo entre ellas te hace sentir como Gulliver en Liliput. Por las mañanas suelen subir los pastores para charlar un rato y negociar, si se tercia, la venta de algún cordero. Por 10 euros decidimos hacernos con uno y darnos un banquete cuando bajásemos de la montaña.

La subida al Bwahit no presenta ninguna dificultad técnica, como tampoco ninguna de las diez cumbres que por encima de los 4000 m se pueden alcanzar en el Simien. La dificultad estriba en localizarla ya que puede confundirse con un simple collado que se levanta poco más allá del acantilado. El desnivel es muy fuerte en los últimos cincuenta metros y se hace un tanto pesado, porque al ser un terreno volcánico se producen muchos desprendimientos de pequeñas rocas y hay que tener mucho cuidado de no resbalar. En la cumbre (4430 m) apenas vislumbramos el paisaje unos minutos, ya que la niebla era muy densa. Durante la bajada la montaña nos premió con una apoteósica granizada que, además de calarnos hasta los huesos nos golpeó sin piedad todo el cuerpo, pero ya no importaba, pues habíamos conseguido nuestro objetivo y en Chenek, Salomón, nuestro cocinero, nos esperaba con su succulento guiso de cordero. ☺



■ En la cima del Bwahit

EL LEGADO DE LA REINA DE SABA Y DEL REY SALOMÓN

HASTA la caída del último emperador etíope, Haile Selassie I en 1974, la constitución del país reconocía expresamente que todo emperador de Etiopía era descendiente sin interrupción de Menelik I, hijo de la reina de Saba y del rey Salomón. Estamos en el año 970 antes de Cristo y el rey Salomón está construyendo el templo de Jerusalén. Su fama de hombre sabio y equitativo traspasó las fronteras de su reino. Llegando a oídos de la reina de Saba, Makeda, que decide emprender el viaje a Jerusalén para conocer personalmente a Salomón. Como es de suponer, Makeda es una mujer muy hermosa dotada de una inteligencia y gracia excepcionales, así que cuando se presenta ante Salomón, éste queda absolutamente prendado de su belleza, a pesar de sus 700 mujeres "legales" y de sus 300 concubinas.

La reina de Saba lleva ya siete meses en Jerusalén conversando con el rey y admirando sus virtudes. Salomón está empezando a ponerse un poco nervioso, pues sabe de su juramento de perpetua virginidad, pero también cree que Dios le ha enviado esa mujer desde tierras lejanas para tener descendencia. La noche antes de la partida de la reina prepara un gran banquete, Salomón ordena que la comida esté muy especiada para provocar sed. Cuando finaliza el banquete, Salomón invita a la reina a pasar la noche en sus aposentos. Ella acepta, pero le hace jurar que no la tomará sin su consentimiento. Salomón está de acuerdo, siempre y cuando ella jure que tampoco tomará nada del Palacio sin el suyo. El rey coloca una jarra de agua junto al lecho de la reina. A media noche Makeda se despierta con la boca reseca por la sed y, en silencio, bebe el agua de la jarra. Salomón se incorpora inmediatamente y le dice: ¿has roto tu juramento?, ¿acaso beber agua es romper el juramento?, le responde ella. Ciertamente que sí, porque no hay nada más valioso en mi reino que el agua. Entonces Salomón la atrae hacia sí.

En cuanto la reina sabe que está embarazada regresa a su país, dando a luz meses más tarde a Menelik. Menelik regresa veinte años después a Jerusalén, para que su padre lo reconozca como hijo y lo unja como rey de Etiopía, pero Salomón tiene otros planes para él, que se quede en Jerusalén para que sea el siguiente rey de Israel. Menelik se niega. Entonces el rey llama a sus sumos sacerdotes y les obliga a que cada uno de sus primogénitos acompañen a Menelik a Etiopía. Azarias, hijo del sumo sacerdote Sadoc, no se resigna y en venganza decide llevarse el Arca de la Alianza, sustituyéndola por una réplica. Alertados por el engaño, los ejércitos de Salomón se lanzan en la persecución de la comitiva, pero nunca conseguirían alcanzarla, por lo que desde entonces el Arca permanece perdida en algún lugar de Etiopía.



EL PRIMER EUROPEO EN LAS FUENTES DEL NILO AZUL

PEDRO Páez Xaramillo nace en Olmedo de las Fuentes, cerca de Madrid, en 1564. Ingresó en la Compañía de Jesús siendo estudiante en Coimbra en la época en que las coronas española y portuguesa eran una sola con Felipe II. En 1603 llega a Etiopía desde Goa tras siete años de cautiverio, ya que en su primer intento había sido capturado por los árabes y más tarde vendido como esclavo a los turcos. En muy poco tiempo Pedro Páez consigue ganarse la confianza y el respeto de los emperadores etíopes, primero de Ze Denguel y después de Susinios, que se convierten al cristianismo, no tanto por los esfuerzos pastorales del jesuita como por su atrayente personalidad.

Inteligente, culto y muy alegre, Pedro Páez fue ante todo un hombre prudente, que supo comprender como ningún otro la complejidad de un pueblo como el etíope. De hecho, cuando Ze Denguel le comunicó su intención de convertirse al cristianismo, Páez le advirtió de las consecuencias políticas de tal decisión. No andaba errado, ya que tras conocerse la conversión, una sublevación popular dirigida por los mismos rases (príncipes) que le llevaron al trono, acabó con la vida del emperador.

Pedro Páez es también el primer europeo en llegar a las fuentes del Nilo azul, a pesar de que durante décadas este descubrimiento fue atribuido al explorador escocés James Bruce, que llegó al mismo sitio pero 150 años más tarde. Junto a Susinios, Páez pudo además plasmar sus conocimientos arquitectónicos, pero también sus habilidades como albañil, carpintero y herrero en la construcción de la iglesia de Górgara, al norte del lago Tana. Enseñó a las personas del lugar a extraer la piedra, a pulirla y hasta a grabar en ella ricos motivos decorativos. Sus restos descansan en esta iglesia medio derruida, invadida por el silencio y también por el olvido.

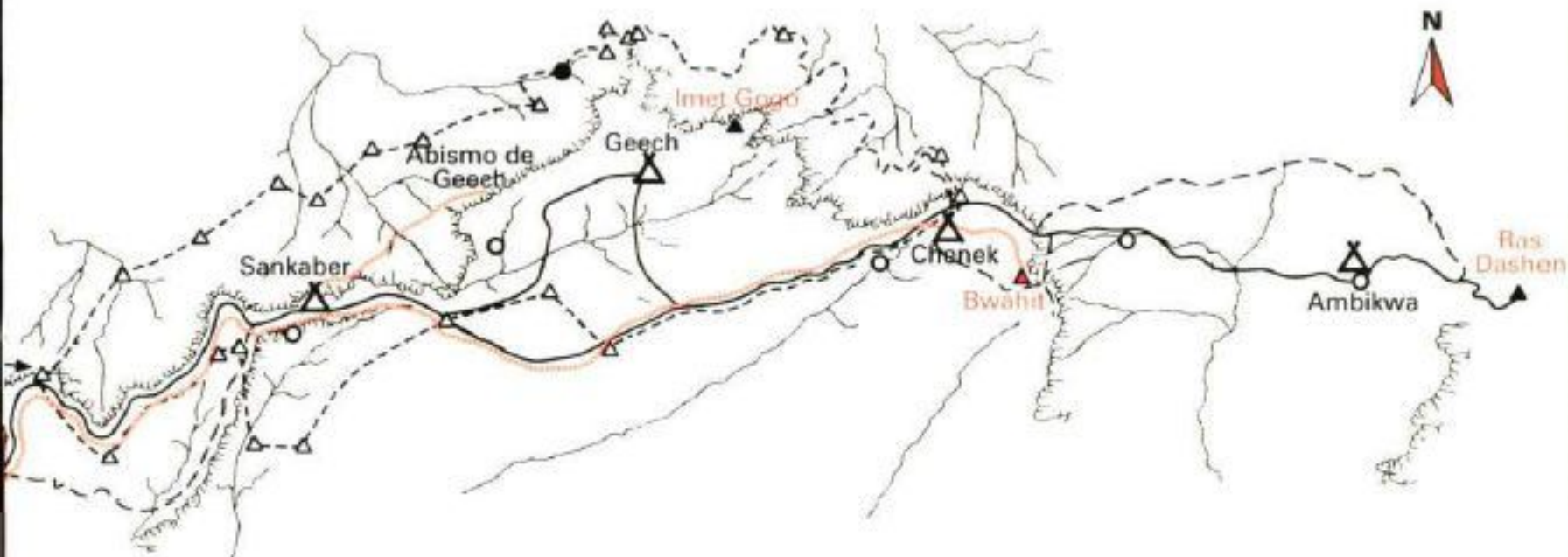


■ Niños pastores del Simien

RAS TAFARI Y LA PROFECÍA BÍBLICA

EN 1917, Marcus Mosiah Garvey, líder de un movimiento social contra la pobreza y la opresión del hombre blanco sobre el hombre negro, advertía al pueblo de Jamaica: ¡mirad hacia África donde un rey negro será coronado. Él será nuestro redentor! En 1930 la profecía bíblica anunciada por Garvey se cumplía: nacerá un retoño salido de la raíz de David, padre de Salomón, que será coronado Rey de Reyes y Señor de Señores, León conquistador de la tribu de Judá, cuyo pelo será como la lana y sus pies tan negros como el latón quemado, el único capaz de abrir el libro y romper los siete sellos. Este retoño debe nacer en el lugar donde se encuentra el Arca de la Alianza. Ras Tafari Makonen estaba siendo proclamado rey de Etiopía bajo el título de emperador Haile Selassie I.

En ese momento en Jamaica, el movimiento impulsado por Garvey se había convertido en creencia: el rastafarismo. Lo que para los cristianos es Jesús para los rastas es Haile Selassie, hijo de Dios. Creen que la Biblia es la historia primigenia de África y se autoproclaman como los originales cristianos por seguir la descendencia de las sagradas escrituras, la línea sucesoria iniciada por Menelik I, hijo de Salomón y la reina de Saba. El rastafarismo es una fe sin iglesias ni jerarquías eclesásticas. Tampoco se basa en una doctrina que haya que memorizar y recitar, su esencia es la actuación cotidiana del ser humano que aprende de sí mismo acompañado por Jah (Dios) en su corazón. Es, por tanto, una forma de vida, un guía, cuya fuerza está en no aceptar los valores impuestos por la ideología dominante y la oposición a Babilonia, la estructura del poder político que mantiene a la comunidad negra en la pobreza, la ignorancia y la desigualdad. En la actualidad aún perviven comunidades rastas en Shashemene, a 250 km al sur de Addis Abeba, en la tierra que cedió Haile Selassie para que pudieran vivir todos aquellos que desearan regresar a sus raíces.



FICHA TÉCNICA

Cómo llegar

Desde Europa vuelan a Addis Abeba Ethiopian Airlines, KLM, Alitalia y British Airways, por tarifas que oscilan entre los 800 y los 1500 euros dependiendo de la compañía y la temporada. En todo caso KLM y British son las más baratas, siempre que se reserve con al menos tres meses de antelación. A Gondar se puede llegar desde Addis en autobús (día y medio) o en avión (una hora). Ethiopian Airlines tiene un recorrido que une Addis Abeba, Bahar Dar (lago Tana), Gondar y Lalibela, siguiendo este orden, ida y vuelta todos los días. Se puede bajar, por ejemplo, en Bahar Dar, visitar las fuentes del Nilo Azul y tomar días más tarde el mismo vuelo en dirección a Gondar. El único problema es que si la ciudad de la que partes no es de salida, como Addis o Lalibela, el avión puede llegar lleno y sólo te montas si baja alguien. Huelga decir que nosotros llegamos a Gondar por tierra teniendo un billete de avión. Es algo que hay que tener en cuenta a la hora de planificar los días en el Simien.

Cuándo ir

Cualquier época del año puede ser buena, pero agosto y septiembre ofrecen el paisaje más espectacular de Etiopía.

Documentación

Es necesario visado para entrar en el país, que se obtiene sin ningún problema en la terminal del aeropuerto nada más llegar, teniendo el pasaporte con una vigencia mínima de seis meses y pagando las tasas correspondientes. Se aconseja llevar también el carnet de vacunación internacional contra la fiebre amarilla, vacuna que es obligatoria para los que visitan Etiopía. Para entrar al Simien sólo es necesario pagar una tasa de 7 euros por cada 48 horas de estancia en las montañas e informar de las personas que forman parte del equipo. Estos trámites se realizan en Debarq.

Condiciones sanitarias

Además de contra la fiebre amarilla, es muy recomendable vacunarse contra el tétanos y el tifus, beber siempre agua embotellada, tener precaución con la comida sin obsesionarse y aceptar con deportividad las diarreas que te asaltarán de vez en cuando durante el viaje.

Organización

Una expedición al Simien puede organizarse desde aquí, desde Addis Abeba o desde Gondar. Son varias las agencias que pueden ofrecértelo, nuestra recomendación es: Cultura Africana en Madrid (91 5393267, info@culturafricana.com, <http://www.culturafricana.com>); Horizon Ethiopia Tours en Addis Abeba (251 1 521605, horizon-tours@telecom.net.et) y Tour and Trakking Guide en Gondar (251 08 115597, gmelaku3@yahoo.com). Para los más aventureros y llevando el material, se puede organizar desde Debarq, pero esto exige un mayor cuidado en la elección del guía, porteadores y mulas. Hay que tener en cuenta también que puede haber dificultades en encontrar determinados productos de alimentación en Debarq. Hay que calcular dos porteadores y dos mulas por cada tres montañeros, además del guía, el cocinero y el ranger. Si sois más de seis, el cocinero necesitará un ayudante.

Equipamiento

Durante el día la temperatura puede oscilar entre los 10 y los 18 grados, por la noche, sin embargo, puede bajar hasta los 3 grados e incluso rondar los 0. De mediados de junio a septiembre lleve bastante y la niebla puede ser un contratiempo.

Otras montañas del Simien

Además del Ras Dashen y el Bwahit, hay otras ocho cumbres de más de 4000 m que pueden alcanzarse en el Simien: Analu (4473 m), Tefew Laser (4449 m), Kidis Yared (4453 m), Abba Yared (4409 m), Silki (4420 m), Beroch Wuha (4272 m), Weynobar (4485 m) y Mesareya (4353 m).

Otros trekking en Etiopía

Las montañas Bale, con su impresionante meseta Sanetti por encima de los 3000 m y el pico Tullu Deemtu de 4377 m. Este Parque Nacional acoge también especies endémicas como el Nyala de montaña, que puedes observar sin problemas. Los bosques de Dodola, con varias cumbres por encima de los 3000 m, forman parte de un proyecto de desarrollo sostenible a través de la recuperación de flora y fauna por parte de sus propios habitantes, que son además los que gestionan directamente cualquier actividad en las montañas.

Otros lugares en Etiopía

Lalibela, la "Jerusalén negra", es de obligada visita, pues es el único lugar en el mundo en el que las iglesias se han construido no hacia arriba sino hacia abajo, siendo la tierra el techo de estas increíbles construcciones. Tampoco se pueden dejar de visitar las **fuentes de Nilo Azul** cerca de Bahar Dar, ni los islotes **monasterio del lago Tana**. Si todavía hay tiempo y capacidad para superar un choque cultural, se puede bajar al **sur de Etiopía** y pasar unos días junto a mursis y karos. Las mujeres mursis tienen perforado su labio inferior, donde colocan platos de varios centímetros de diámetro.

Para saber más

Buenas guías (todas en inglés):

- ETHIOPIA, ERITREA AND DJIBOUTI, de la editorial Lonely Planet.
- ETHIOPIA, de la editorial Bradt Travel Guide.
- SPECTRUM GUIDE TO ETHIOPIA, de la editorial Camerapix - Interlink Books.

Otros libros:

- GONZALEZ NUÑEZ, J., *Etiopía: hombres, lugares y mitos*, Mundo negro, Madrid, 1999.
- BISHOP, G., *Viajes y andanzas de Pedro Páez*, Mensajero, Bilbao, 2002.
- REVERTE, J., *Dios, el diablo y la aventura*, Plaza & Janés, Barcelona, 2001.
- KAPUSCINSKI, R., *El emperador*, Anagrama, Barcelona, 2003.

Arantza L. Marugán

Cho Oyu

y

K2,

cincuenta años de aventuras



• Tichy en el medio, Pasang a la izquierda y Sepp Jöchler a la derecha

EN 2004 se celebran los cincuenta años de las primeras ascensiones al Cho-Oyu y al K2 (Chogori). Como ocurrió el año pasado en el Everest, este tipo de celebraciones son una buena excusa para echar la vista atrás, y recordar cómo se hacía montaña en el Himalaya de los años cincuenta.

■ CHO OYU, OTOÑO DE 1954: LLEGAN LOS AUSTRIACOS

La expedición del austriaco Herbert Tichy al Cho Oyu de 1954 fue una de las aventuras más insólitas de la historia del himalayismo.

Nunca antes una expedición se decidió de manera más tonta, ni tuvo mejor resultado. A finales de 1953, Herbert Tichy -que ya había atravesado el Himalaya en moto- estaba a punto de terminar otro viaje de mil kilómetros por el oeste de Nepal. Uno de los últimos días de ese viaje, se sentó a cenar con su sherpa Pasang, y los dos se pusieron a masticar un par de remolachas frescas que habían robado de una huerta cercana. El tiempo de estar juntos llegaba a su fin, y ambos sentían cierta melancolía de que el viaje terminara. Entonces Pasang, habló:

-Viaje terminado, ¿verdad?

Tichy asintió con la cabeza. Pasang prosiguió.

- ¿Más altas cumbres, quieres? Cho Oyu, montaña muy alta, asintió.

Tichy apuntó en su diario: "Cho Oyu, pedir permiso". Los datos disponibles no ofrecían ninguna duda: era muy alta y Pasang estaba convencido de que podrían llegar a la cumbre.

La expedición austriaca al Cho Oyu de 1954 estaba en marcha.

■ SOBREDOSIS DE PASTILLAS EN EL CAMPO BASE

A pesar de que hoy es una de las montañas más visitadas y comerciales del Himalaya, el Cho Oyu (8201m) fue una montaña olvidada durante décadas. Su cercanía al gigante Everest le restó interés durante largo tiempo.

Su situación geográfica -a tan solo treinta kilómetros del Everest- hizo que nadie le prestara atención hasta la década de los años cincuenta. Los primeros alpinistas que vieron la montaña de la Diosa Turquesa fueron los británicos, quienes en 1921 realizaban una exploración

Arantza L. Marugán, 36 años, es escritora especializada en viajes y montañas. Trabaja como analista en una consultora de empresas en Vitoria-Gasteiz.



■ *K2 Italia: Poster conmemorativo de la expedición de 1954*



exhaustiva de las aproximaciones al Everest factibles desde el Tíbet. La expedición fotografió el Cho Oyu desde el collado de Nangpa La, y luego se olvidaron de ella, porque su interés era obviamente el Everest. Por esta misma razón el Cho Oyu quedó libre para que una expedición de tres amigos y poco presupuesto se plantara allí en 1954 con ánimo de realizar la primera ascensión a esta montaña.

La expedición la componían, Herbert Tichy, Sepp Jöchler y Helmut Heuberger y siete sherpas, una expedición diminuta pero muy optimista, tan optimista que después de un primer intento fallido a la cumbre, Tichy sufrió congelaciones en las manos.

Heuberger, que era doctor, pero en geografía, optó por vaciar todos los envases de pastillas para la circulación que encontró en el botiquín y hacérselas tragar al accidentado, en una cantidad cercana a los ochenta comprimidos. Tichy se recuperó con esa sobredosis y decidió contra todo pronóstico volver a intentar la cumbre.

■ PARECE QUE ES UNA MUJER

Un día en el campo base, vieron cómo se acercaba un grupo, entre ellos, les pareció distinguir una mujer. Era la escaladora francesa Claude Kogan.

"¡Una mujer!", el campamento entero se puso en guardia, no había prismáticos para todos y cierto nerviosismo inexplicable se apoderó de todos ellos. La famosa escaladora francesa Claude Kogan y un compañero suyo llamado Bertholet eran la avanzadilla de una expedición suiza que, después de fracasar en una montaña cercana, pretendían intentar el Cho Oyu. Tichy y sus compañeros se enfadaron ante esta invasión, ellos tenían el permiso del gobierno para esa montaña y preferían estar solos. De todas formas, los suizos se instalaron allí al día siguiente y expusieron sus argumentos: ellos eran más, tenían mucha más comida, y estaban mucho más fuertes. Claude Kogan y el gran Raymond Lambert como jefes de expedición, propusieron al grupo de Tichy una colaboración mutua, que a Tichy no le gustó. Prefería jugársela solo.

■ CARRERA POR LA CUMBRE

Desde un punto de vista práctico, la propuesta de los suizos tenía sentido. Los austriacos eran tres, Tichy estaba medio lisiado, Helmut sólo se ocupaba de repartir aspirinas, y en cuanto a Sepp, era el único que conservaba intactas sus fuerzas. Pero aún así, los austriacos prefirieron seguir por su cuenta y hacer caso omiso de los suizos.

Tichy, Helmut y Sepp, junto con tres sherpas, se pusieron en marcha hacia la cumbre. En esta segunda ocasión, los austriacos tuvieron suerte con el tiempo, y cuatro días más tarde, el diecinueve de octubre, a las tres de la tarde, Tichy, Sepp y Pasang pisaron la cumbre del Cho Oyu por primera vez siendo así mismo el primer ochomil que se lograba en otoño.

● *Bonatti en el K2: la primera más polémica*

El K2 es una montaña con nombre de satélite espacial que bien podía llamarse Chogori, su nombre baltí, o Godwin-Austen, en memoria del explorador que descubrió el acceso al K2 por medio del glaciar de Baltoro. De hecho, este nombre aunque no fuese totalmente aceptado, ha estado en uso durante muchos años. En la actualidad se ha vuelto a la designación de K2 que le fué otorgada, un poco al azar, a efectos topográficos. La coincidencia de ser, con sus 8611 m, la segunda montaña más alta del mundo ha perpetuado el nombre de K2 como el más apropiado.

Cuando Walter Bonatti, a los veinticuatro años, fue llamado a las filas de la gran expedición italiana al K2 de 1954, debió haber incluido en su mochila cajas de paciencia y pastillas para el orgullo.

Les iba necesitar para digerir la lección número uno del Himalaya, "van primero los que tienen que ir primero". Por delante suyo, en aquella expedición, siempre fueron Lacedelli y Compagnoni, los hombres designados para acometer el reto de hacer cumbre y llevarse la gloria eterna de haber conquistado la montaña más difícil del mundo: el K2.

Todo transcurrió por el cauce habitual de una expedición, hasta que Lacedelli y Compagnoni se instalaron en el campo nueve del K2.

Bonatti no acababa de encajar ser el porteador de sus compañeros, pero cuando llegó a aprovisionar de botellas de oxígeno el campamento donde descansaban los futuros héroes del K2, ocurrió lo inexplicable.

■ DOS SORDOS Y VARIAS CONGELACIONES

Las instrucciones que recibieron Bonatti y su compañero hunza Mahdi fueron claras: subir las botellas de oxígeno hasta el campo nueve, donde se encontraban Lacedelli y Compagnoni, para que éstos las utilizaran en su intento de cumbre al día siguiente.

Pero Bonatti y Mahdi nunca llegaron a su destino. La noche les sorprendió en algún punto por debajo del campo nueve. Sabiéndose cerca de su objetivo, ambos llamaron en la noche, ¡Lino, Achille! para que sus compañeros bajaran y les ayudaran a llegar



■ Bonatti en la expedición italiana de 1954

al campo nueve. En este punto, las versiones de los distintos protagonistas serían tan distintas que al cabo de un tiempo, todos ellos acabarían en los tribunales.

Según la versión de Lacedelli y Compagnoni, ellos no oyeron nada. Según la versión de Bonatti, les oyeron perfectamente, pero no sólo no acudieron a socorrerles, sino que les pidieron que dejaran cerca las botellas de oxígeno para poder disponer de ellas al día siguiente. También les recomendaron bajarse a dormir al campo ocho. Un diálogo de este tipo en la cota ocho mil, en plena noche, y cuando la vida de dos personas está en juego parece algo extraño. Pero Bonatti sostiene que así ocurrió.

■ EL ÚLTIMO ATAQUE DE PÁNICO

La experiencia previa de Bonatti en las paredes más duras de los Alpes, le aconsejó quedarse quieto. Intentar progresar en plena noche, hacia arriba o hacia abajo, era caminar hacia la tragedia. De esta manera, se dispuso a cavar un agujero en la nieve para pasar un vivac a ocho mil metros, sin sacos de dormir.

Mahdi, exhaltado, fuera de sí, agarró las botellas de oxígeno y se perdió en la noche gritando los nombres de Bonatti, Lacedelli y Compagnoni, acompañados de todas las palabrotas que sabía en varios idiomas.

Sólo después de unos minutos, agotado de ascender sin rumbo, regresó ya tranquilo al vivac donde, junto a Bonatti, pasaría la peor noche de su vida. Esa noche les dio tiempo a contar las estrellas, ver duendes y presenciar otras alucinaciones producidas por el frío y la altura. Después de la angustia, llegó el amanecer de un nuevo día y ambos se dieron cuenta de que seguían vivos.

■ EL MISTERIO DE LAS BOTELLAS DE OXÍGENO



FOTOS COLECCIÓN MARTHA L. MARUGÁN

Con las primeras luces, Mahdi inició el descenso, con la certeza de que sus pies y manos acusaban ya graves congelaciones. Bonatti le siguió hacia abajo al poco tiempo, después de dejar bien señalizadas las botellas de oxígeno que hasta allí habían subido. Todo indica que Lacedelli y Compagnoni recogieron las botellas y se encaminaron hacia la cumbre del K2. Según ellos, poco antes de llegar arriba, las botellas de oxígeno se agotaron, por lo que no dudaron en acusar a Bonatti y Mahdi de haber utilizado ese oxígeno para pasar la noche en su vivac, agotando parte de las reservas. También sugirieron que Bonatti realizó a escondidas, un intento de cumbre en solitario. La polémica pasó de la montaña a los periódicos italianos y todos terminaron en los tribunales para mostrar sus pruebas y limpiar sus nombres.

■ JUICIO Y SENTENCIA

En el juicio que tuvo lugar en Italia no se pudo determinar si Lacedelli y Compagnoni oyeron o no los gritos de Bonatti aquella noche. Lo único que se demostró con pruebas, fue que Bonatti y Mahdi no pudieron haber utilizado oxígeno en su terrible vivac, ya que no tenían mascarillas para conectarlas a las bombonas.

También se demostró que Bonatti no abandonó a Mahdi para realizar un intento a cumbre, sino que hizo todo lo posible por ayudar a su compañero en aquellas horas. Por último, quedó claro que Lacedelli y Compagnoni mintieron, al menos en afirmar que se quedaron sin oxígeno antes de hacer cumbre. Una foto de Lacedelli en la cumbre demostró al juez que lo que llevaba en la cara era su mascarilla de oxígeno ¿Para qué la llevaba si no tenía oxígeno? Después de cincuenta años, la polémica sigue aún abierta. □

Edurne Pasaban

Desde



• Edurne a media altura del Cho-Oyu, con el altiplano tibetano al fondo

EL CAMPO BASE DEL K2

ACE unos pocos años que hemos comenzado a celebrar el cincuentenario de las primeras ascensiones a montañas de ocho mil metros, primero fue el Annapurna, el año pasado les tocó al Everest y al Nanga Parbat, y este año les tocan al K2 y al Cho Oyu.

Cuando un matrimonio cumple 50 años de casado se dice que celebran sus Bodas de Oro. En la montaña le podríamos llamar el Año de Oro, pero por desgracia, los protagonistas de la celebración no siempre siguen entre nosotros. Hemos ido perdiendo a algunos de aquellos aventureros que nos hicieron soñar, pero gracias a ellos ahora podemos celebrar estas fechas.

Llevo poco tiempo en esto de las grandes montañas, quizás algún día pueda poder celebrar mi propio cincuentenario en las montañas, pero por ahora, me esta tocando asistir en directo a algunas de estas celebraciones. Y así lo vivo.

El año pasado yo estaba intentando la ascensión al Lhotse, y el campo base de esta montaña es el mismo del Everest, por lo que tuve la oportunidad de vivir todo lo que se celebraba por el cincuentenario del Everest.

Para la celebración de dicha fecha se organizaron muchas cosas, y por supuesto el número de expediciones ese año era mucho mayor que cualquier otro. Seguramente es el año que mas gente reunió en el campo base, unas 800 personas y unas 30 expediciones. ¿Qué repercusión tuvo todo aquello? En el lado negativo, una masificación increíble y poco más.

Sin embargo, desde otro punto de vista, se puede decir que hubo una gran aportación económica, dinero que entró en Nepal a través del número de permisos contratados y el trabajo que generaron las expediciones para los traba-

jadores locales. Pero al final ¿quién se benefició de eso? Pues seguramente que el pueblo no. El año pasado se montó un cibercafé en el campo base y un hospital.

Pero qué voy a decir, si yo era una de esas que estaba en el campo base de esa montaña, y dentro de todo ese círculo.

Me acuerdo que nuestro campo base era el más alejado de todos, lo habíamos instalado fuera de los demás y teníamos una gran vista de todo el campo. Por las tardes, cuando entraba el sol me sentaba fuera de la tienda, a ver cómo se encendían las fogatas de los *chortens* y mirar como se metía el sol, e intentaba imaginarme cómo sería cincuenta años atrás. Imaginaba cómo estarían esa misma fecha en aquel mismo lugar, quienes estarían, cuantas tiendas habría o si sus cocineros encenderían las fogatas de los *chortens*, pidiendo a los dioses que los miembros de sus expediciones alcanzaran la cumbre y que bajaran bien. Desde entonces han pasado muchísimas expediciones por el mismo lugar, con mejor o peor suerte, pero seguro que todas con la mismas ilusiones que aquellas primeras veces.

Este año celebraré el cincuentenario de una gran montaña como es el K2. Para mi ya es grande el poder ir a esta montaña tan especial y sé que me voy a encontrar con la misma situación que hace un año en el campo base del Everest.

Tengo la certeza de que no será para nada comparable con aquella primera vez, pero intentaré disfrutar tanto como aquellos primeros aventureros, los que nos abrieron el camino para que hoy nosotros podamos intentar subir y podamos celebrar esos cincuenta años de historia. □

Edurne Pasaban, tolosarra de 30 años, es la única mujer, junto a la norteamericana Christine Boskoff y a la italiana Nives Meroi, que acumula en sus espaldas 6 ochomiles. Dedicada por completo al mundo de la montaña, en junio de 2004 intentará, como miembro del equipo de *Al Filo de Lo Imposible*, la cumbre del K2.



VÍAS DIFERENTES ABIERTAS EN EL K2 Primeros ascensos

| Nº | Via | Ascensionistas | | | Fecha | Jefe | Ascensos registrados |
|----|---|------------------------|------|-----------|------------|--------------------|----------------------|
| | | Nombre | Edad | País | | | |
| 1 | Espolón Abruzzos (SE) | Achille Compagnoni | 39 | Italia | 31.07.1954 | Ardito Desio | 105 |
| | | Lino Lacedelli | 28 | Italia | | | |
| 2 | Cresta NE /Travesía a Abruzzos | Jim Wickwire | 37 | USA | 06.09.1978 | Jim Whittaker | 4 |
| | | Lou Reichardt | 36 | USA | | | |
| 3 | Cresta W (Flanco SW) | Eiho Ohtani | 34 | Japón | 07.08.1981 | Teruo Matsuura | 4 |
| | | Nazir Sabir | 27 | Pakistán | | | |
| 4 | Espolón N | Naoe Sakashita | 34 | Japón | 14.08.1982 | Masatsugu Konishi | 26 |
| | | Yukihiro Yanagisawa | 27 | Japón | | | |
| | | Hiroshi Yoshino | 32 | Japón | | | |
| 5 | Cara S (Central Rib) | Jerzy Kukuczka | 38 | Polonia | 08.07.1986 | Karl Herrligkoffer | 2 |
| | | Tadeusz Piotrowski (+) | 46 | Polonia | | | |
| 6 | Cresta SSW ("Magic Line") | Wojciech Wroz (+) | 43 | Polonia | 03.08.1986 | Janusz Majer | 3 |
| | | Przemyslaw Piasecki | 33 | Polonia | | | |
| | | Petr Božik | 32 | Eslovenia | | | |
| 7 | Cara NW /Espolón N y Cara N | Hirohata Imamura | 31 | Japón | 09.08.1990 | Tomoji Ueki | 2 |
| | | Hideji Nazuka | 35 | Japón | | | |
| 8 | Cresta NW desde Pakistán /Espolón N | Pierre Beghin | 40 | Francia | 15.08.1991 | Pierre Beghin | 2 |
| | | Christophe Profit | 30 | Francia | | | |
| 9 | Espolón SSE /Hombro Abruzzos (Basque Route) | Juanito Oiarzabal | 38 | P. Vasco | 24.06.1994 | Juanito Oiarzabal | 39 |
| | | Joan Tomás | 37 | Cataluña | | | |
| | | Alberto Iñurrategi | 25 | P. Vasco | | | |
| | | Félix Iñurrategi | 27 | P. Vasco | | | |
| | | Kike de Pablo | 42 | P. Vasco | | | |
| 10 | Cresta W /Desvío a cara W | Osamu Tanabe | 36 | Japón | 19.07.1997 | Osamu Tanabe | 11 |
| | | Kunihito Nakagawa | 28 | Japón | | | |
| | | Mikio Suzuki | 30 | Japón | | | |

(+) Fallecidos en el descenso

VÍAS DIFERENTES ABIERTAS EN EL CHO OYU Primeros ascensos

| Nº | Via | Ascensionistas | | | Fecha | Jefe | Ascensos registrados |
|----|---------------------------------------|-------------------------|------|-----------|-------------------------|--------------------|----------------------|
| | | Nombre | Edad | País | | | |
| 1 | Cresta WNW (Standard) | Herbert Tichy | 42 | Austria | 19.10.1954 | Herbert Tichy | 1.587 |
| | | Sepp Jöchler | 31 | Austria | | | |
| | | Pasang Dawa Lama | 43 | Sherpa | | | |
| 2 | Cresta SE | Alois Furtner | 29 | Austria | 29.10.1978 | (sin permiso) | 2 |
| | | Eduard Koblmüller | 32 | Austria | | | |
| 3 | Cara SW | Reinhold Messner | 38 | Italia | 05.05.1983 | Reinhold Messner | 21 |
| | | Hans Kammerlander | 27 | Italia | | | |
| | | Michl Dacher | 49 | Alemania | | | |
| 4 | Cara S | Maciej Berbeka | 31 | Polonia | 12.02.1985 ¹ | Andrzej Zawada | 4 |
| | | Maciej Pawlikowski | 34 | Polonia | | | |
| 5 | Cresta SW (desvío a ruta standard) | Ryszard Gajewski | 32 | Polonia | 29.04.1986 | Ryszard Gajewski | 20 |
| | | Maciej Pawlikowski | 35 | Polonia | | | |
| 6 | Cara N /Travesía | Iztok Tomazin | 28 | Eslovenia | 02.11.1988 | Roman Robas | 7 |
| 7 | Cara SW Nueva vía | Erhard Loretan | 31 | Suiza | 21.09.1990 | Wojciech Kurtyka | 5 |
| | | Jean Troillet | 42 | Suiza | | | |
| | | Wojciech Kurtyka | 43 | Polonia | | | |
| 8 | Cresta E (desde Nepal) | Ivan Plotnikov | 31 | Rusia | 20.10.1991 | Sergei Yefimov | 5 |
| | | Yevgeny Vinogradsky | 45 | Rusia | | | |
| | | Aleksandr Yakovenko | 31 | Rusia | | | |
| | | Valeri Pershin | 42 | Rusia | | | |
| | | Sergei Bogomolov | 40 | Rusia | | | |
| 9 | Cresta SW (directa) | Krzysztof Wielicki | 43 | Polonia | 18.09.1993 | Krzysztof Wielicki | 4 |
| | | Marco Bianchi | 31 | Italia | | | |
| 10 | Cara SW (Nueva vía) | Yasushi Yamanoi | 29 | Japón | 23.09.1994 | Taeko Nagao | 1 |
| 11 | Cresta N | Óscar Cadiach | 43 | Cataluña | 28.09.1996 | Óscar Cadiach | 2 |
| | | Sebastian Ruckensteiner | 31 | Austria | | | |
| 12 | Cresta N /Espolón izquierdo | Georgi Kotov | 42 | Rusia | 21.05.1997 | Georgi Kotov | 4 |
| | | Bill Pierson | 39 | USA | | | |

¹ Primera ascensión invernal al Cho Oyu



MUJERES EN EL K2

| Nº | Nombre | Edad | País | Fecha | Vía | Jefe Expedición |
|----|-----------------------|------|------------|------------|-----------------|---------------------|
| 1 | Wanda Rutkiewicz | 43 | Polonia | 23.06.1986 | Cresta Abruzzos | Maurice Barrard |
| 2 | Liliane Barrard (+) | 37 | Francia | 23.06.1986 | Cresta Abruzzos | Maurice Barrard |
| 3 | Julie Tullis (+) | 47 | Inglaterra | 04.08.1986 | Cresta Abruzzos | Agostino da Polenza |
| 4 | Chantal Mauduit | 28 | Francia | 03.08.1992 | Cresta Abruzzos | Vladimir Balyberdin |
| 5 | Alison Hargreaves (+) | 33 | Inglaterra | 13.08.1995 | Cresta Abruzzos | Rob Slater |

MUJERES MUERTAS EN EL K2

| | | | |
|---|-------------------|--------------|------------|
| 1 | Halina Krüger | (Polonia) | 30.07.1982 |
| 2 | Liliane Barrard | (Francia) | 24.06.1986 |
| 3 | Julie Tullis | (Inglaterra) | 07.08.1986 |
| 4 | Dobrosława Wolf | (Polonia) | 10.08.1986 |
| 5 | Alison Hargreaves | (Inglaterra) | 13.08.1995 |

MUJERES EN EL CHO OYU

| Año | Mujeres ascensionistas | En expediciones diferentes | JEFAS DE EXPEDICIÓN QUE SUBEN A LA CIMA | | Observaciones |
|--------------|------------------------|----------------------------|---|-----------|---------------------------------|
| | | | Nombre | País | |
| 1984 | 2 | 1 | Vera Komarkova | Checo/USA | |
| 1987 | 1 | 1 | Michiko Takahashi | Japón | Expedición mixta |
| 1988 | 1 | 1 | | | |
| 1989 | 2 | 1 | Magda Nos | Cataluña | |
| 1990 | 2 | 1 | | | |
| 1991 | 9 | 6 | | | |
| 1992 | 5 | 4 | | | |
| 1993 | 6 | 6 | | | Único ochomil invernal femenino |
| 1994 | 3 | 2 | Taeko Nagao | Japón | |
| 1995 | 6 | 5 | | | Una ascensionista repetidora |
| 1996 | 16 | 11 | Helen Sovdat | Canadá | Dos ascensionistas repetidoras |
| 1997 | 8 | 7 | | | |
| 1998 | 7 | 6 | Sue Fear | Australia | |
| 1999 | 13 | 9 | Amy Bullard | USA | |
| | | | Anna Collet | Francia | |
| 2000 | 5 | 5 | Marina Erchova | Rusia | Expedición mixta |
| 2001 | 5 | 5 | Anna Czerwinska | Polonia | |
| 2002 | 17 | 7 | Alessandra Canestri | Italia | Expedición mixta |
| | | | Kuisang | Tibet | |
| | | | Eduarne Pasaban | P.Vasco | Expedición mixta |
| 2003 | 16 | 11 | Chizuko Kono | Japón | |
| Total | 126 | 89 | 14 | | |

MUJERES MUERTAS EN EL CHO OYU

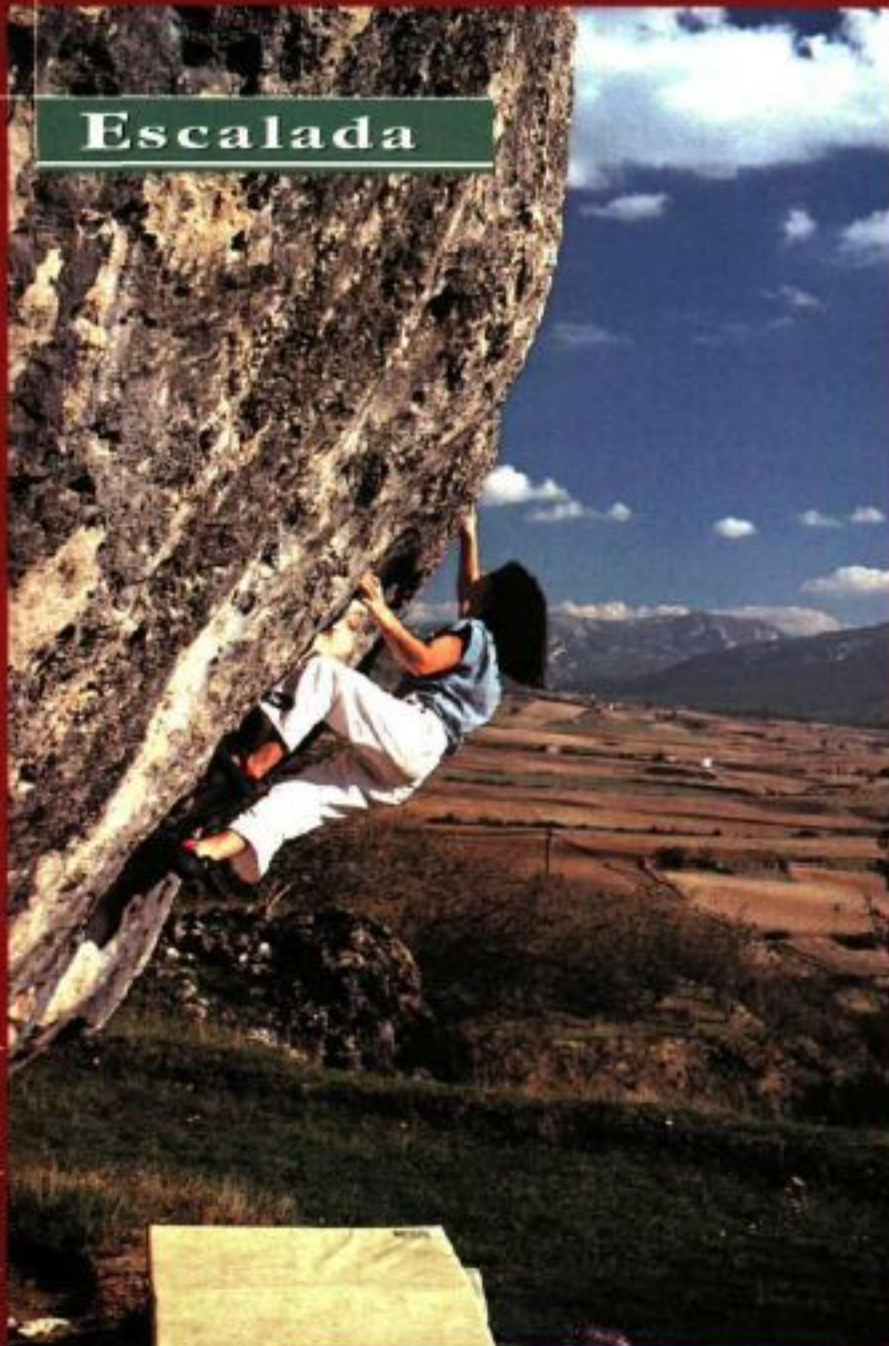
| | | | |
|---|---------------------------|-------------|------------|
| 1 | Claude Kogan | (Francia) | 02.10.1959 |
| 2 | Claudine Van der Stratten | (Bélgica) | 02.10.1959 |
| 3 | Noora Toivonen | (Finlandia) | 04.05.2000 |

Fuentes: Archivos de Kartajanari y de Eberhard Jurgalski

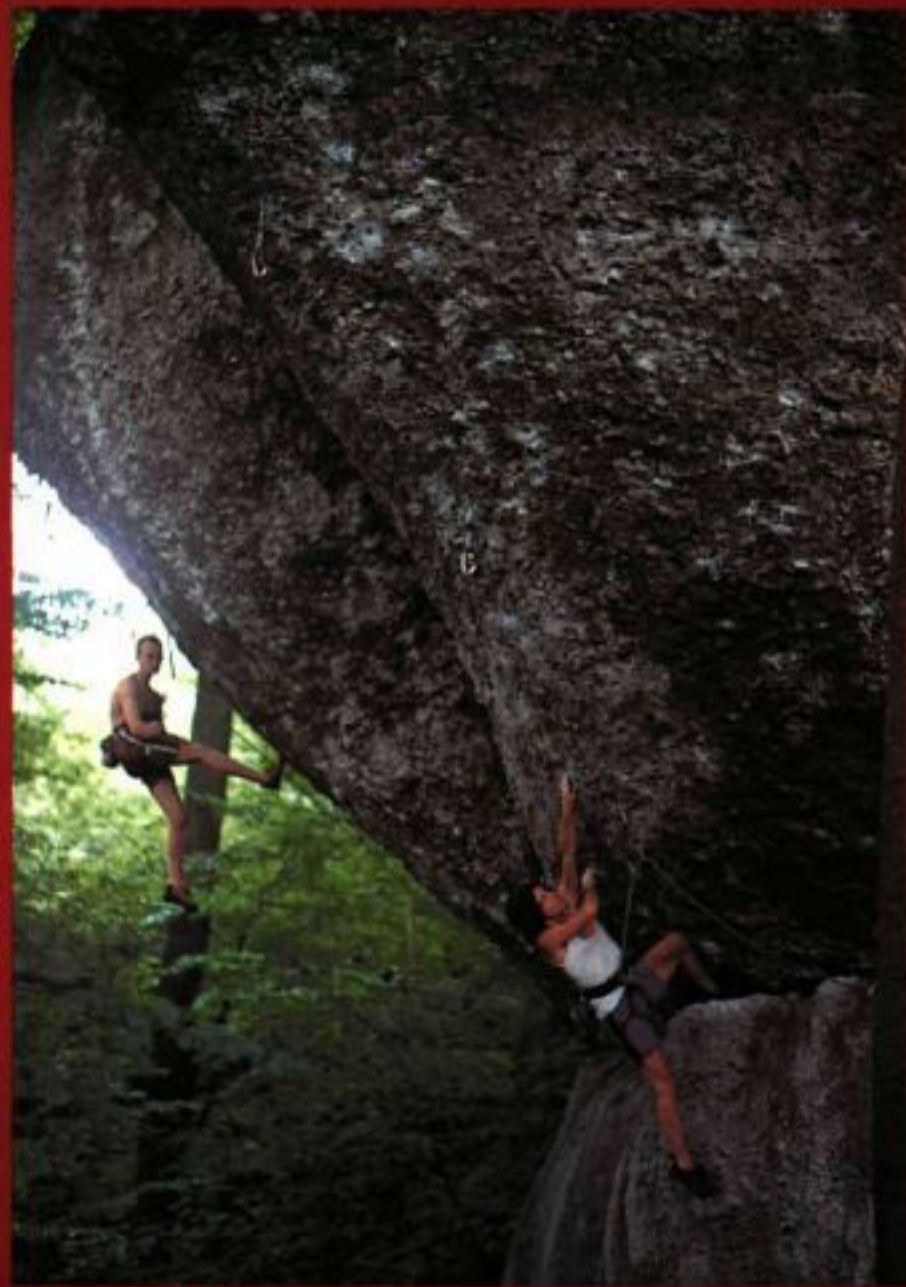
RESUMEN COMPARATIVO K2 / Cho Oyu al 31.12.2003

| | Cho Oyu (8201 m) | K2 (8611 m) |
|----------------------------------|---|--|
| Nº de ascensionistas | 1.662 | 198 |
| (Nº de ascensionistas distintos) | (c. 1.400) | (196) |
| Nº de vías distintas | 12 | 10 |
| Nº total de muertos | 36 | 53 |
| (Nº de muertos en el descenso) | (5) | (22) |
| Primera ascensión | | |
| Fecha | 19.10.1954 | 31.07.1954 |
| Nombres | Herbert Tichy, Sepp Jöchler, Pasang Dawa Lama | Achille Compagnoni, Lino Lacedelli |
| Última ascensión | | |
| Fecha | 16.10.2003 | 22.07.2001 |
| Nombres | Wilhelmus Pasquier y dos sherpas | Carlos Pauner, Pepe Garcés, JC Lafaille, H Kammerlander, tres coreanos y dos sherpas |

Escalada



• Larraona, bulder (Foto H. G.)



• Fronkenjura (Foto H. G.)

ZER IZANGO LITZATEKE BIZITZA

Leire Agirre



AITE dut eskalatzea, maite dut bulder egitea; azken finean mugimenduaren intentsitateak betetzen nau.

Hamar urte pasa dira jadanik lehenengo Espainiako kopako proba batean parte hartu nuela; arrez gero 30 txapelketatik gora irabazi dut, baina ez da dena txapelketa eta erronka, porrota ere tartean dago, eta txapelketen beste aurpegiak hitz batzuk egingo ditut.

■ ESPERIENTZIA ETA OROIMENAK

Inoiz baino gehiago eta gogorrago entrenatu nuen, 2002ko irailean Rovereton, Italian, ospatuko zen munduko kopako bulder txapelketarako; 2000. urtean birritan lortu nuen 4. postua hobetzeko asmoz. Entrenamenduaren sufrimendua gainditzeko, eta erronka guztiei aurre egiteko, psikologia lantzea oso garrantzitsua da, erreza badirudi ere 4-5 ordu fisikoa lantzea egunero... eta psikologia? nola entrenatu... nondik atera beharrezkoa degun motibazio guztia? ilusioa?

"Gustoko lekuan, aldaparik ez". Motibazioa badago eta lana ongi egin nahi bada, jarioetasun osoz joaten da dena entrenamenduan; niretzat ez bait da nahikoa arrokan nahiz tabloian eskalatzea, gimnasioan ibiltzea, korrika egitea, yoga,... aspektu psikologikoari garrantzi gehiago eman behar zaio. Wolfgang Gullich zenak zioen bezala: "Eskaladan burua da muskulurik garrantzitsuen".

Rovereto Italiako herri tipiko eta polit bat da, urtero munduko bulder kopako proba bat antolatzen dute, afizio handia dago eta hainbat eskalatzaile bizi dira bertan.

Leire Agirre, azpeitiarra de 30 años, lleva más de once años escalando : campeona de España seis años consecutivos, cuarta en dos pruebas de Copa del Mundo de Bloque... Bajo el patrocinio de la Fundación Kiroldi, este año ha sido merecedora de la beca Joxe Takolo por encadenar "Ametsak mugimenduan noraino?" 8c. Hoy en día es una de las mejores escaladoras del mundo.

Txapelketan ohi den bezala, goizeko ordu txikietan babesleku zonara sartu, kamisetak, dortsalak,... errutina hasi da, beroketa, luzamenduak, eta sentsazio oso bereziak nituen; lehiaketa hauetan 6 bloke enkadenatu behar dira, bakoitza 6 minututan, norberaren erabakia nola antolatu hasierako presatik azkeneraino. Alegia, lehenengo saiakeran egitea komeni dela, klasifikapenak ongi joateko; ongi bisualizatzea komeni da, mugimendu guztietan zure gorputza imajinatu behar duzu, bai esku eta hankekin, baita pausu gogorren sentsazioak nabaritu....

Semifinaletan geunden, nik, nekien bezala lehiatu nuen, eta inongo arazorik gabe bloke guztiak enkadenatzea lortu nuen, 5 begi-bistan (lehenengo saiakeran) eta azkena 4. saiakeran; inongo presio, arazorik gabe, ni eta mugimenduen kontrola. Sei blokeak egiten neu bakarria izan nintzela jakinarazi zidaten. Zer?!! Hau poza!!! Ona!!!! Bihar finala.

Finaleko erronka dator, 12 emakume, azkena nahiz irteten eta tentsioa daukat gorputz guztian, burutik dator,... Behar baino indar gehiago egiten ari naiz helduleku guztietan; lehen bloketik



• Frankenjura. Matrix traverse (Foto H. G.)



• Competición bulder (Foto H. G.)

ESPERIENTZIARIK GABE?

urduri lehiatzen hasi naiz, ez naiz atzo bezala solte ari. Beldurrak gairatu nau, nire nahia baino indartsuago izan da. Ez nuen postu onik egin. Hau ez zait behin baino pasa, gogorak dira txapelketak eta garaila izan nintzen atzo.

Baina esperientzia polit bezain gordin hauek, ikasteko daukadan alderdiaz jabetzera eramán nau. Pertsonalki hazten laguntzen dizuten esperientziak besterik ez dira, zer izango litzateke bizitza esperientziarik gabe?

■ ONDORENGO FESTA

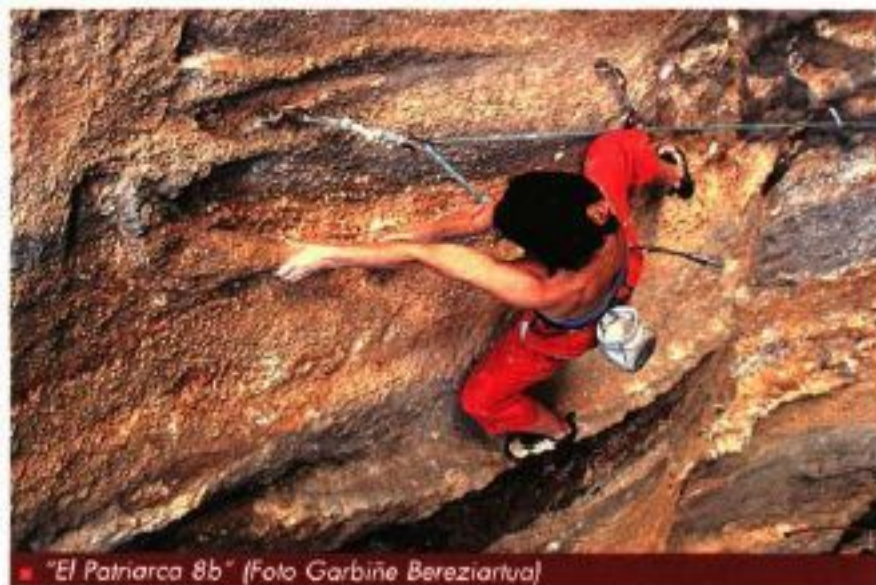
Ondorengo festa dator! Ez da gutxi, disfrutatzen jakitea guzti honen ondoren.

Txapelketen ondorengo festak bereziak dira. Bertan jarraitzen dugu oraindik, estructures guztien ondoan dagoen txiringito borobil batean; eskalatzaila maitatu eta ezagunekin gaude, barreak, esperientziak,... hau ere lehiaketaren zati bat da. Orduak aurrera doaz, nola!!!

Goizeko 5-ak dira eta Jeky-Saky (hanekin botezka ibiltzeko pilota)-rekin ez dugu asmatzen, frantsesak, ingelesak, amerikarrak, austriarrak, katalana bat... eta ni 5 hizkuntzen doinuen artean.

Berta Martin eta niri Ameriketara josteko ideia sortu zaigu. ☺

RESUMEN



• "El Patriarca 8b" (Foto Garbiñe Bereziartua)

¿Qué sería la vida sin experiencia?

COMO dice Gulich " En escalada, el músculo más importante es la cabeza". Leire Agirre hace unas reflexiones sobre sus diez años de escalada deportiva de competición, al más alto nivel. Destaca la importancia decisiva que la motivación tiene para el éxito deportivo, día a día cuando hay que sacrificarse para entrenarse y en el momento clave, cuando hay que rendir a tope. Nos cuenta su sorpresa en el campeonato en Rovereto en 2002. En semifinales hizo el mejor puesto y sin embargo al día siguiente, en la final, se bloqueó y su clasificación no fue buena. El aporte positivo es que fue una experiencia válida a añadir en su proceso de desarrollo... y luego, fiesta.



Patricia Viscarret

ESCALAR EN TODRA

La puerta al corazón de África

■ ESENCIAS DE MANDRÁGORA, MENTA Y AZAFRÁN

Sabéis, África pide a gritos que se le conozca pero sobre todo que se le comprenda y se le respete. África es mucho más que montañas y paredes, es nuestro gran desconocido del que no conocemos nada. Es nuestro vecino mayor que, por nuestra obsesión y ganas de mirarnos al ombligo, hemos considerado pequeño, sin darnos cuenta que es mucho más amplio que nosotros mismos.

Y creo que es el continente de las verdaderas mujeres, mujeres anónimas que arrastran un continente con trabajo, mucho trabajo, más de lo que podamos imaginar; y por qué no, sufrimiento. El sufrimiento de luchar contra una naturaleza que domina todo, el sufrimiento de vivir colgada de unos finos hilos de los que pende su existencia, de vivir subyugadas por una cultura diferente. Pero África es un continente feliz, de dientes blancos detrás de grandes sonrisas, de mujeres que reciben al mismo género como hermanas sin mirar mucho de dónde vengas, ni la lengua que hables. ¡Cuánto tenemos que aprender!

Y todo esto, aunque sigamos sin darnos cuenta, lo tenemos aquí, en la esquina de casa.

Marruecos es la puerta de África, un país demasiado tergiversado por intereses y demagogia, pero con esencia de mandrágora, menta y azafrán, que mira a dos mares, o mejor dicho a un mar y a un océano, que se funden en un estrecho de ansiedad, se asoma a enormes montañas de estremecedora belleza y cabalga por un desierto en arenas de soledad.

La persona que no se lleva buen recuerdo de este país será porque no ha profundizado en él, en su gente, y lo habrá cruzado por la pura necesidad de viajar que impone la sociedad desarrollada. Una imposición que nos hace viajar de una forma demasiado aséptica, demasiado poco integradora.

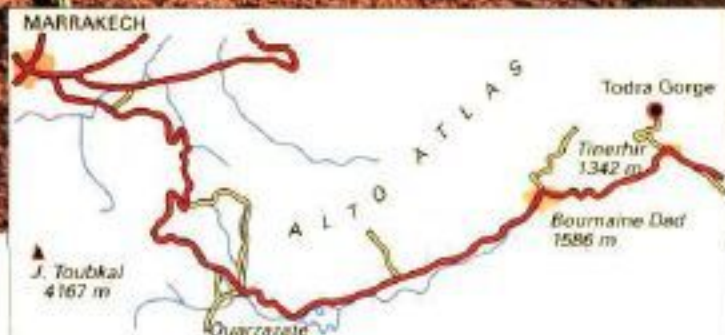
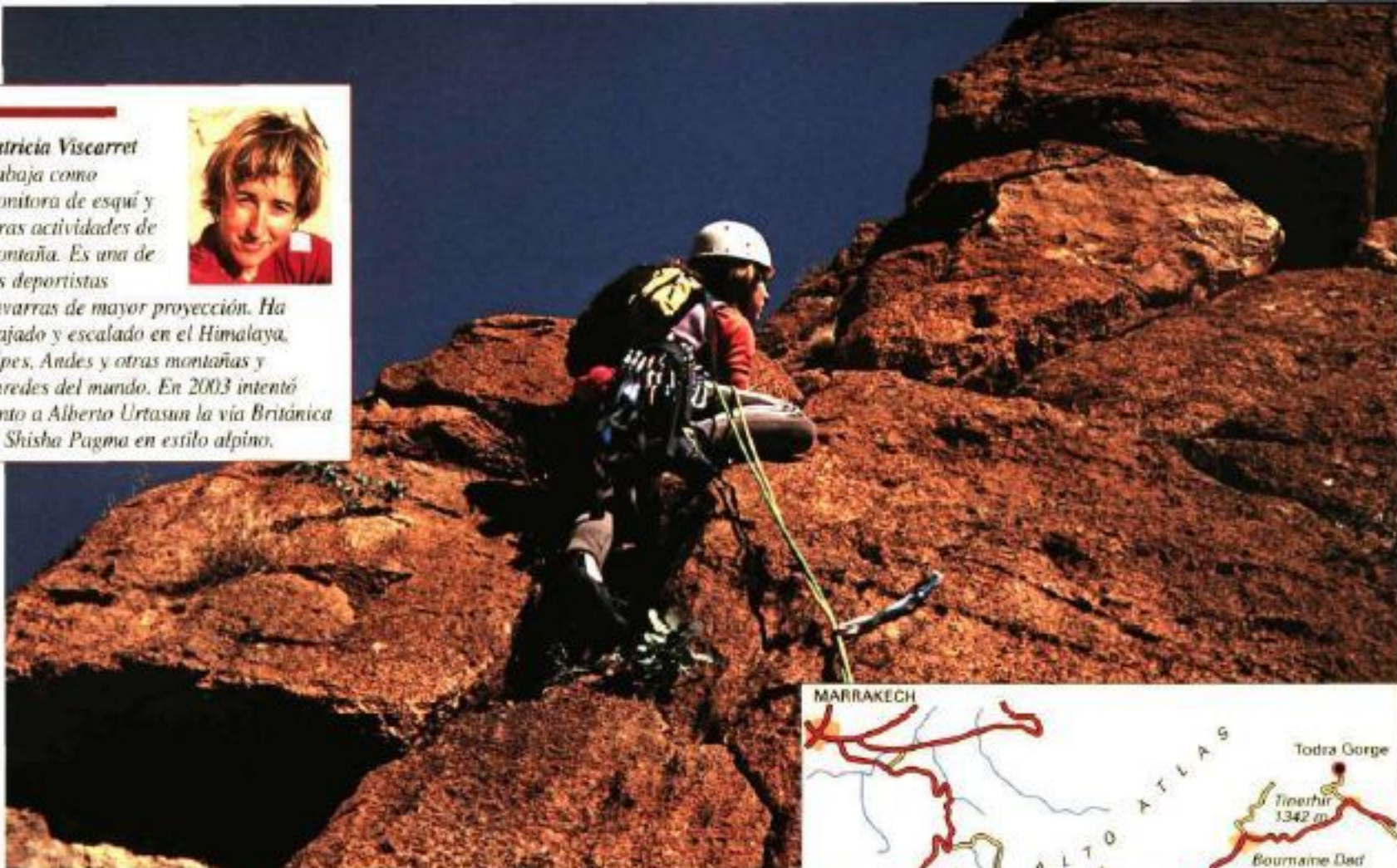
Ver el atardecer desde cualquier terraza de Jemaa el Fna en Marrakech, escuchar el muecín en algún rincón de Taghia, esquiar el corredor del Tmesguida, tomar un buen té a la menta con todavía mejor compañía o simplemente soñar con los suaves relieves de Mauritania colmarán cualquier sed de sentir.

■ ESCALANDO EN LAS GARGANTAS DEL TODRA

El río desaparece, un cauce seco, una superficie estéril, yerma, agrietada, de tacto imperfecto. Más abajo el agua aparece como arte de magia, un agua que discurre, para nuestra sorpresa, templada. Así nacen las gargantas de Todra, creando kilómetros más abajo el descomunal, inimaginable y verde oasis de Tinerhir; uno de los lugares más fértiles a este lado de Marruecos, un lugar que cerciora en nuestra imaginación, la visión más hedonista del Oriente de los libros.

Me gustan muchas cosas de Todra, pero si tuviera que elegir dos serían: escalar en el desierto y la roca dura y abrasiva. Para gustos los colores. Con una visión del alpinismo tan cuadrículada y con tanto número, estamos haciendo al alpinismo demasiado regresivo y poco espontáneo e intuitivo. De lo primero ya estoy completamente enganchada y todos los años necesito una buena

Patricia Viscarret trabaja como monitora de esquí y otras actividades de montaña. Es una de las deportistas navarras de mayor proyección. Ha viajado y escalado en el Himalaya, Alpes, Andes y otras montañas y paredes del mundo. En 2003 intentó junto a Alberto Urtaun la vía Británica al Shisha Pagma en estilo alpino.



dosis de desierto. De lo segundo, siempre me ha gustado sentir con fuerza la roca, aunque claro, esto también tiene sus inconvenientes.

Hay muchas paredes que merecen una visita en Todra, los escaladores deportivos serán felices en Can Gullich, en invierno o la Pared de los Holandeses, en verano.

Existen recorridos para todos los gustos pero creo que Todra es un lugar para hacer vías largas, de estar horas en pared y sentir cosquillas en el estómago, cada vez que encuentras una fisura perfecta o los seguros alejan.

El Pilar de Couchard, es la pared por antonomasia, domina el interior de la garganta y consigue sacarte las tabas del cuello cada vez que lo miras hacia arriba. La Chibania, la Abert, o la clásica francesa son de lo mejor de todo el desfiladero. En la entrada de las gargantas, Playa Mansour con sus soleados recorridos. O más alejado, el desconocido Muro del Escorpión y la calidad de sus vías, son algunas buenas recomendaciones.

Mañana toca marcharse, despedirse de África, si es posible hasta el año que viene. Nos quedan tres largos para llegar arriba. ¡Qué gusto da escalar al sol en invierno!. Esas caricias reconfortan el alma, mientras hacemos de lagartijas en la pared. Los turistas pasean por la garganta y miran hacia arriba. Nosotros escalamos con tranquilidad...y miramos hacia abajo. Me toca una bonita fisura. Otro largo, una placa de ensueño ¿Todo va a ser placer? Pues no, un último largo que se atraganta, creo que nos hemos liado. Bueno, salimos como podemos.

Llegamos arriba con los últimos rayos de sol, me siento en una gran piedra que hay en la cima, y me entra la nostalgia. Cierra los ojos, y veo la luna sobre el Mawenzi en Tanzania, palpo el ininteligible Egipto, y escucho el galpeteo del mijo en Mali, abro los ojos y un color naranja lo invade todo. África palpita. u

Situación: Todra se encuentra a unos 400 km de Marrakech. Carretera Marrakech-Ouarzazate-Tinerhir.

Presupuesto: Marruecos es un país conocido para la mayoría de montañeros y escaladores. El costo de la vida es inferior a la vida en la península, pero ya no existen las gangas de años atrás.

Guías y topos. Existen guías ya desfasadas. En principio estaba previsto que saliera una nueva a finales de 2003, principio de 2004. Se pueden encontrar croquis en varios hoteles/albergues del desfiladero.

Tipo de equipamiento: Variado. Desde recorridos limpios hasta itinerarios con perabolt. Las vías deportivas en general tienen un equipamiento correcto, aunque os podéis encontrar

GUÍA PRÁCTICA



con la sorpresa de que ha "volado" una chapa.

Alojamientos: Existen multitud de posibilidades de alojamiento en las gargantas y en la carretera que sube de Tinerhir. Buenas opciones son Les Roches o Yasmine.

Vías: Algunos de los itinerarios más recomendables son: Corazón de Palmera 200m/6b+. La china Perdida 200/6c. El Muro del Escorpión 250m/6c. Pilar de Couchard: Abert 200+150 de salida/6t. Clásica francesa 350m 6 a+. Chibania 300m/6b. Deportiva en Can Gullich, Pared de los Holandeses o Petit Gorge.

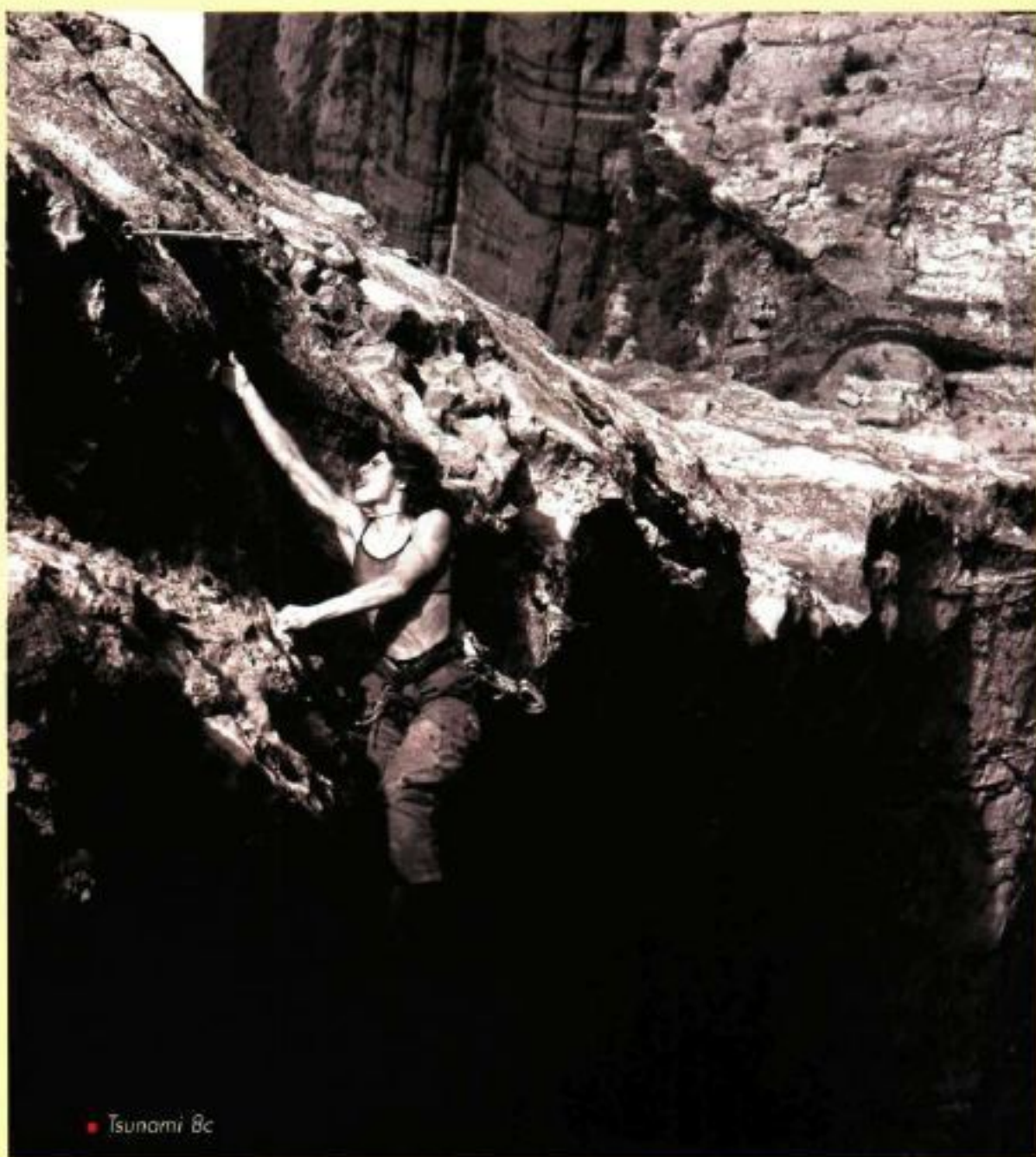
Un consejo: Para personas con yemas frías o escaladores que vayan a probar vías de dificultad, obligatorio tinte cicatrizante para los dedos.

MOTIVACIÓN

PARA TODOS

Josune Bereziartu

ESTE artículo trata de los aspectos psicológicos de la escalada, en concreto, del fascinante mundo de la motivación, esa señora que va y viene tantas veces en la vida de cualquier aficionado a la escalada.



• Tsunami Bc

■ LA VIDA Y EL MIEDO

Trabajo, familia, lesiones, épocas bajas, no tener gente para ir a escalar... En la vida siempre surgen circunstancias en las que se abandona la afición. Esto genera, cuando se quiere retomar la actividad, o progresar en ella, problemas básicamente mentales, que nos hacen pasar esos miedos, esas situaciones comprometidas, esos bloqueos mentales que todos hemos vivido en la montaña dependiendo del nivel de escalada de cada uno, de su edad, género, etc.

¿Quién no ha padecido ese temor a afrontar una pared que no conocemos? ¿Ese miedo a qué nos vamos a encontrar? ¿O ese gusanillo que invade nuestro interior antes de hacer una escalada que está muy cerca de nuestro nivel máximo? ¿Y esos nervios ante esa travesía que entraña ciertos riesgos?

Son éstas situaciones tremendamente comunes para un alpinista, para un escalador deportivo, un montañero y también para un estudiante ante un examen. Son situaciones que se producen en

todos los ámbitos de la vida, y aunque nos pueda parecer una obviedad, de todas ellas se sacan conclusiones positivas y sirven para afrontar los problemas de una manera más racional y cercana de lo que nos pensamos.

■ TENSION, NERVIOS, MIEDO, PELIGRO... SENSACIONES

Lo primero que se debe aclarar es que estamos hablando básicamente de sensaciones. Más o menos reales, pero son sensaciones. Cada persona percibe estas sensaciones de una manera bien diferente y, dependiendo de muchísimos factores, la reacción será distinta en las variadas situaciones que nos toque vivir. No estoy refiriéndome sólo a las diferencias entre hombres y mujeres, sino a las diferentes experiencias que cada uno ha tenido en la montaña con anterioridad.

Llevando estos sentimientos a un término más deportivo -y aquí enlazo con mi vena de deportista y escaladora- éstos provocan una serie de mecanismos:

JOSUNE BEREZIARTU

es una de los nombres clave de la historia de la escalada deportiva. En 2002 encadenó Baing de Sang, (9a), el primero de la historia de la escalada femenina. Josune sigue con sus actividades bajo el patrocinio de la Fundación Kirolgi y en 2004 ha inaugurado una exposición fotográfica que repasa su trayectoria: Hatz Puntak.



FOTOS: HATZ PUNTAK

Para aquellos a quienes cuesta comenzar a escalar tras una parada obligada, para las madres que han tenido que estar alejadas de las escaladas, o a los que nunca acaban de empezar y siempre están condicionados por esta situación, van estos consejos.

■ CONFIANZA EN UNO MISMO Y MOTIVACION.

Es una verdad muy rotunda. La confianza en uno mismo allana las dificultades que nos encontramos. Intentar obtener esta confianza es un buen punto de partida. La forma de llegar ella es complicada, y encauzarla hacia aquello que queremos, todavía más.

Un buen consejo consiste en acercarse a lo que tanto nos disturba desde un punto de partida más sencillo, es decir, si nos pone muy nerviosos, nos da miedo el escalar de primero por miedo al vuelo etc... es aconsejable hacer una gran cantidad de vías o escaladas más sencillas que nos hagan sentir que podemos consolidarnos en un nivel inferior con verdadera autoridad y a la postre, nos hagan sentirnos más seguros en ellas.

No hay que ser impaciente en este punto, un trabajo de mayor durabilidad hará que nos consolidemos más en ese nivel. Poco a poco nuestro objetivo, proyecto, vía o ascensión lo iremos mirando desde otro punto de vista e iremos mirándolo de reojo con una mayor autoridad y dominio... ¿confianza? Sí.

Sé que es difícil vencer esos vicios que nos invaden una y otra vez en esas escaladas, pero sobre todo, ser positivo ayudarse de los amigos decirse a uno mismo *auya* con la misma ilusión simpatía y ganas que lo hacemos cuando se lo decimos a un amigo. El ambiente positivo de alrededor hace que podamos "ir" un poquito más arriba, venciendo poco a poco esos *handicaps*.

■ VISUALIZAR ACEPTAR Y AFRONTAR

Hacer esto con los problemas en nuestra mente y ser conscientes de que los "queremos" resolver; que estamos poniendo los medios; y esforzarnos en "ser conscientes" de ello, nos irá bien.

Podemos acompañar este estado de trance mediante respiraciones acompañadas, comenzando desde el abdomen y acabando por los pulmones. De esta forma, se nos unirán cuerpo y mente y

nos proporcionará una armonía muy necesaria para la coordinación general de cuerpo-mente. Estas sencillas medidas pueden ser la llave pero creo que de entre todas ellas la "paciencia" juega un papel muy definitivo.

■ PACIENCIA

Hay que disfrutar del tiempo que dedicamos a estos ejercicios. "No tengo tiempo" o "llevo mucho tiempo sin obtener resultados" son dos excusas que debemos erradicar. Paciencia. Paciencia y paciencia, al final los resultados en mayor o menor medida pero siempre positivos afloran.

No existe motivos para no progresar, tenemos todo el tiempo a nuestro alcance para hacer las cosas bien y las vamos a hacer.

Nuestro cambio de confianza en nosotros mismos, irá acompañado seguramente, de una determinación y motivación más fuerte y de una armonía y bienestar mayor. Ello nos llevará hacia aquella actividad que tanto nos atrae -y a la vez perturba- con ilusión y optimismo. □

• E la Nave Va 8c

- Hacen que, por un lado, reaccionemos de una manera racional ante los peligros objetivos que encontramos
- Provocan un aumento de la atención necesaria para evitarlos y, algo fundamental para un deportista
- Nos serviremos de ellos para poder progresar en nuestro nivel deportivo.

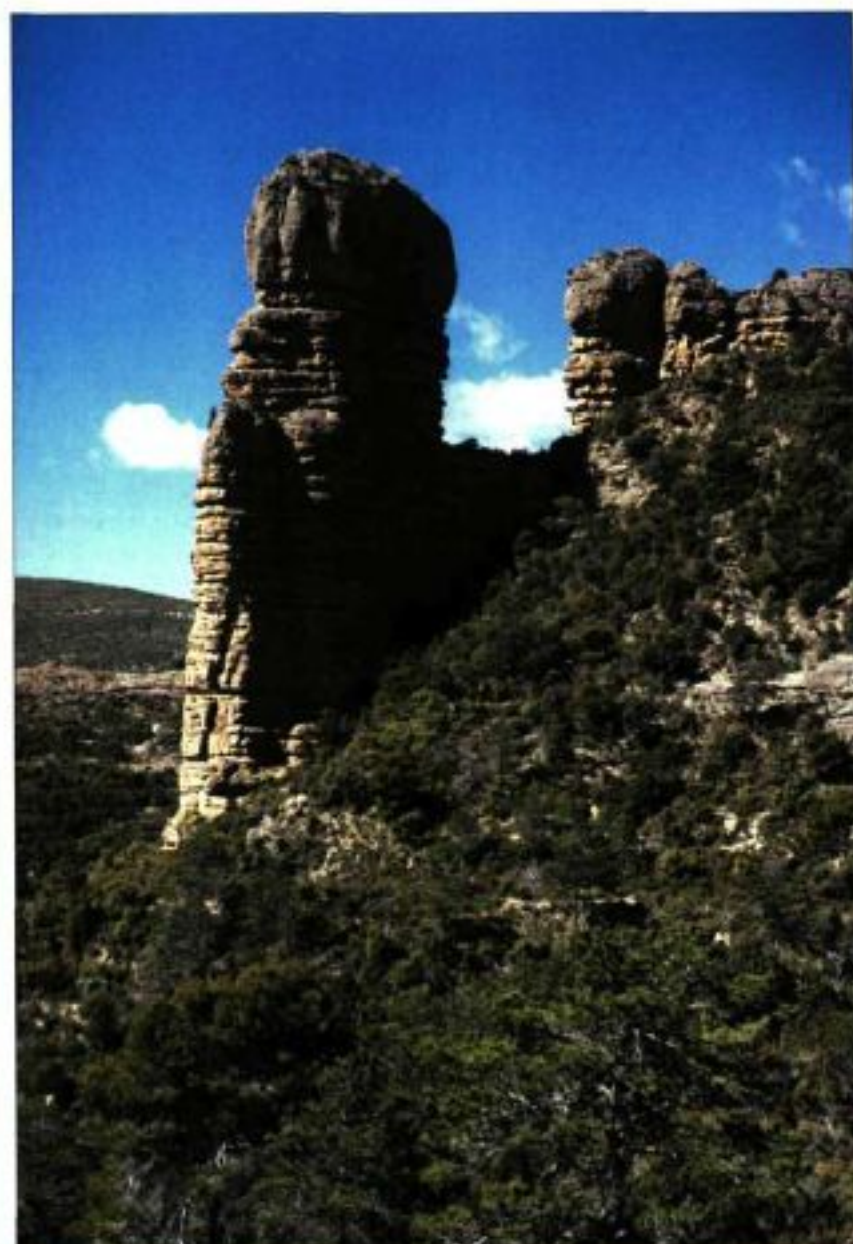
Sin una tensión, un cierto temor, es muy complicado seguir adelante en un deporte, o incluso para mantener la buena forma, es fundamental estar metido en esa dinámica, en esa tensión tan necesaria que nos sentimos alerta casi de continuo.

■ CÓMO RETOMAR LA ACTIVIDAD

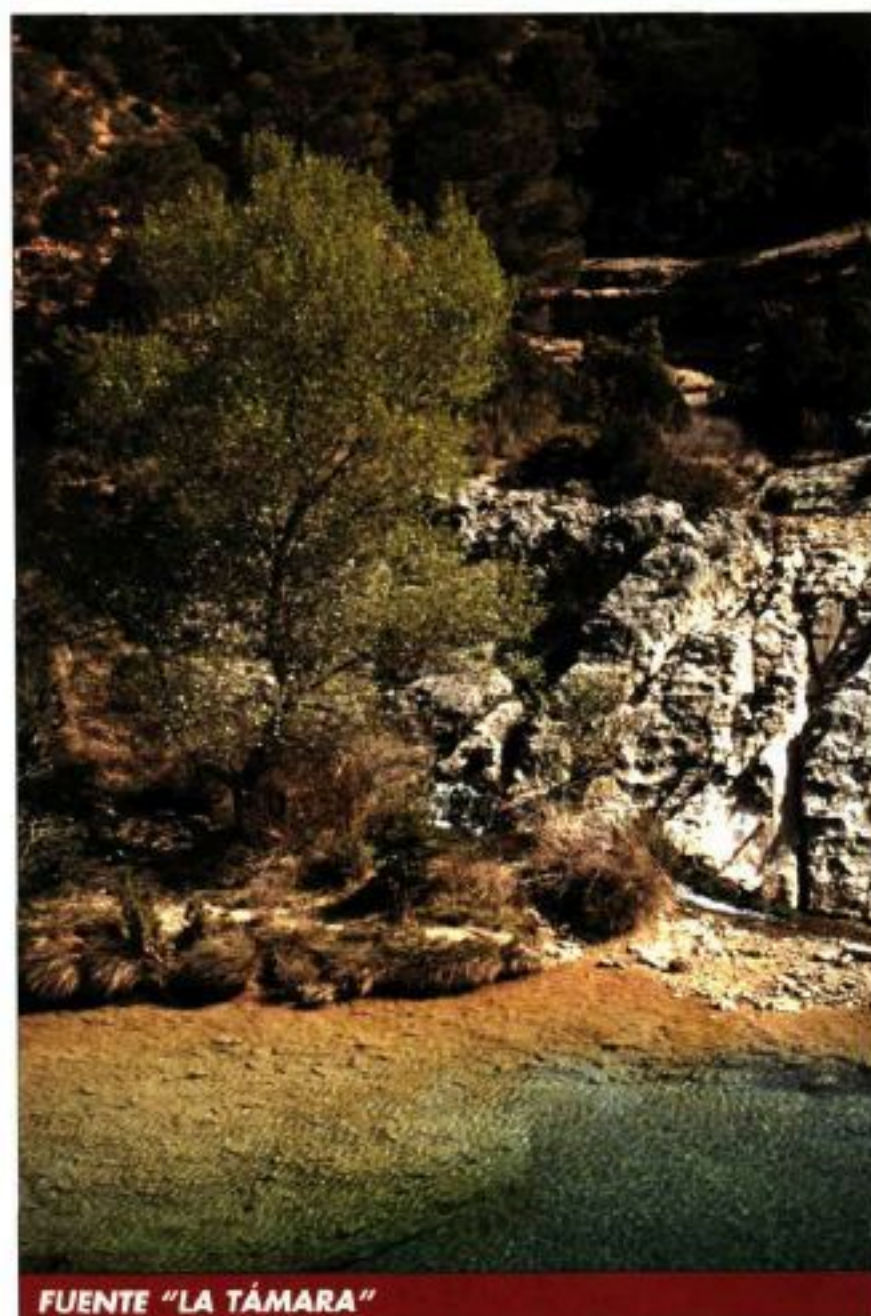
Dejar de escalar durante una temporada puede convertir en un suplicio cualquier intento de retomar la actividad, aunque sean esos pequeños proyectos que en mayor o menor medida nos proponemos cuando decidimos volver a la carga.

PARQUE NATURAL DE LA SIERRA Y CAÑONES DE GUARA

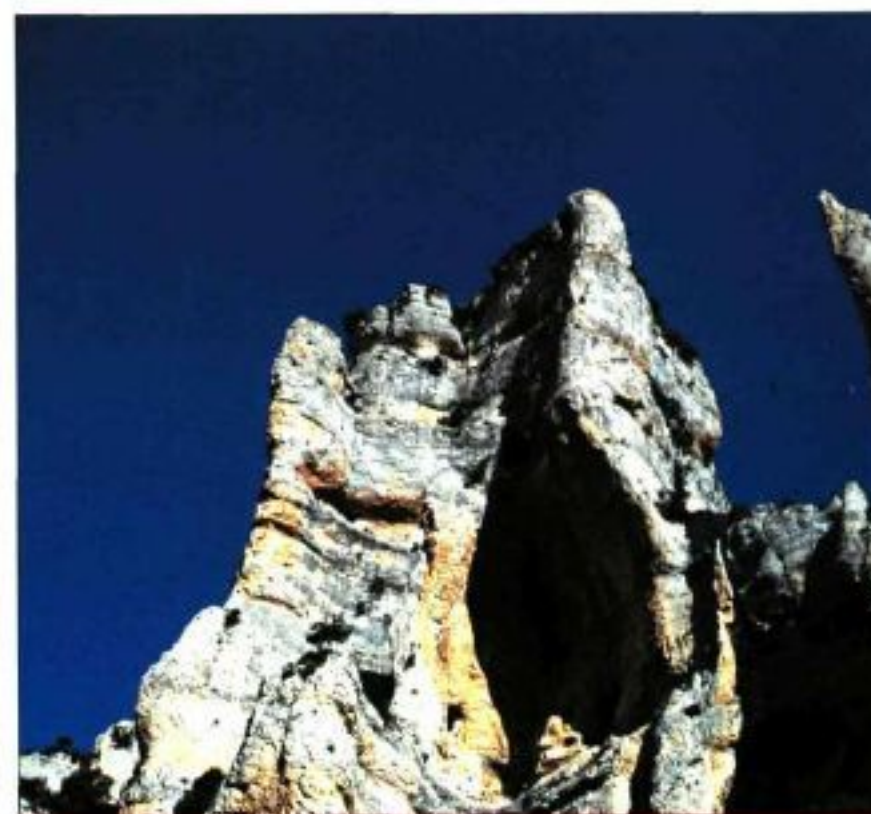
Trinidad Grases



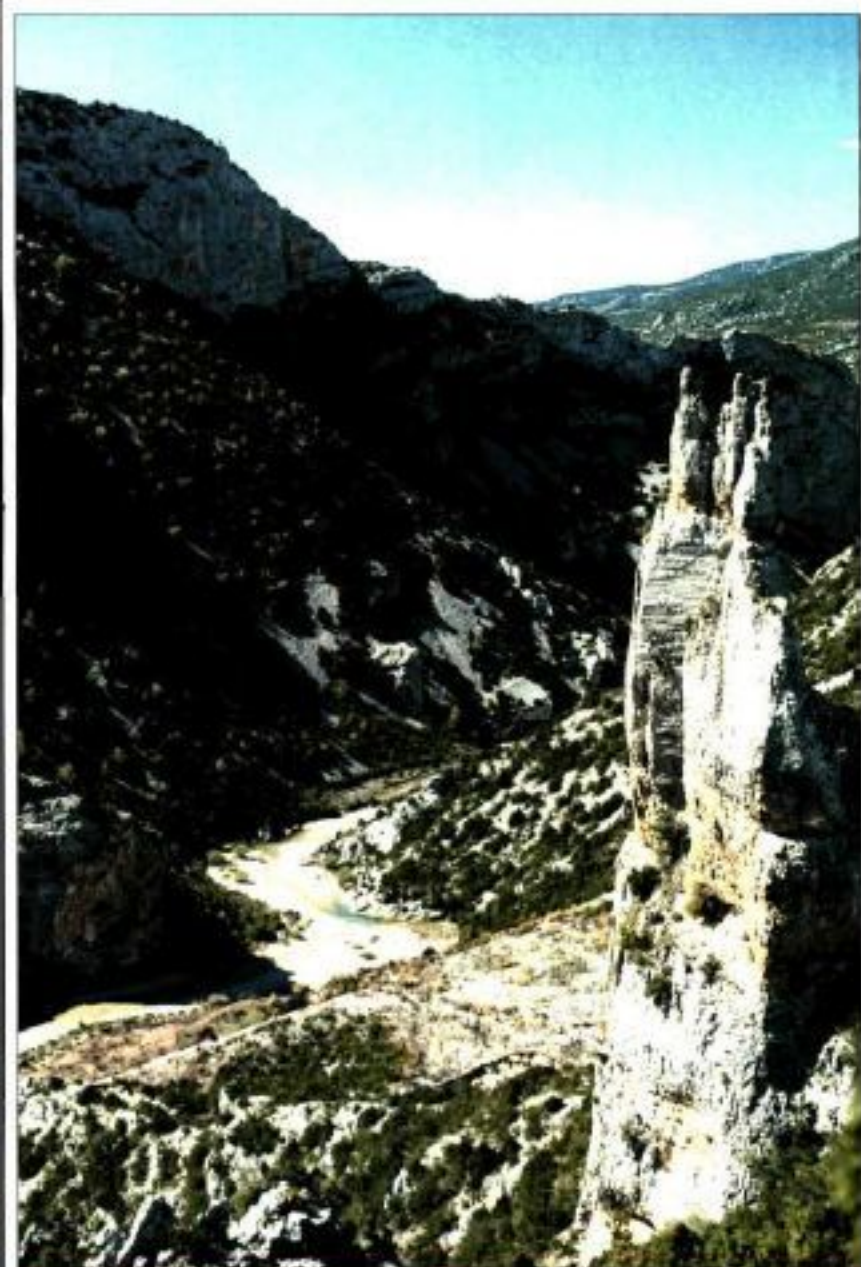
EL HUEVO DE MORRANO



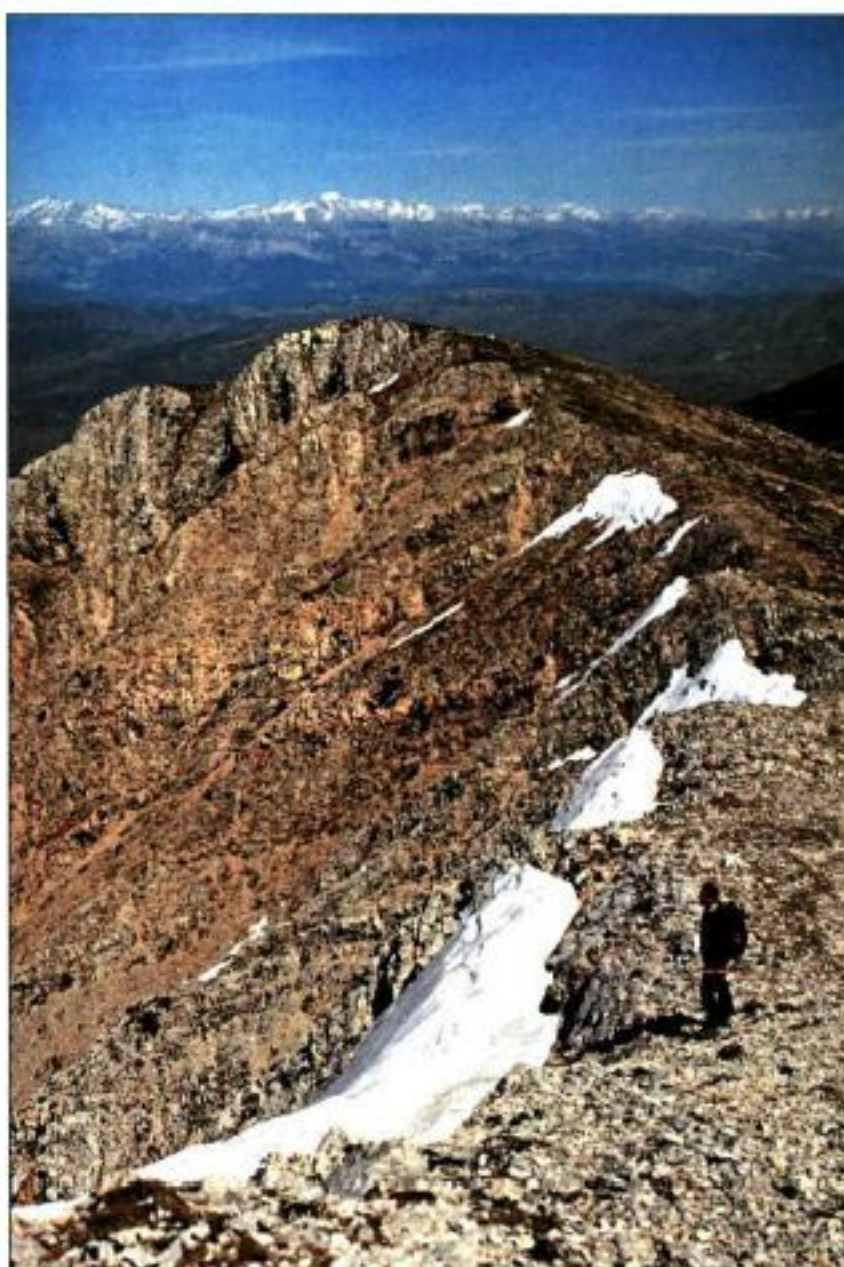
FUENTE "LA TÁMARA"



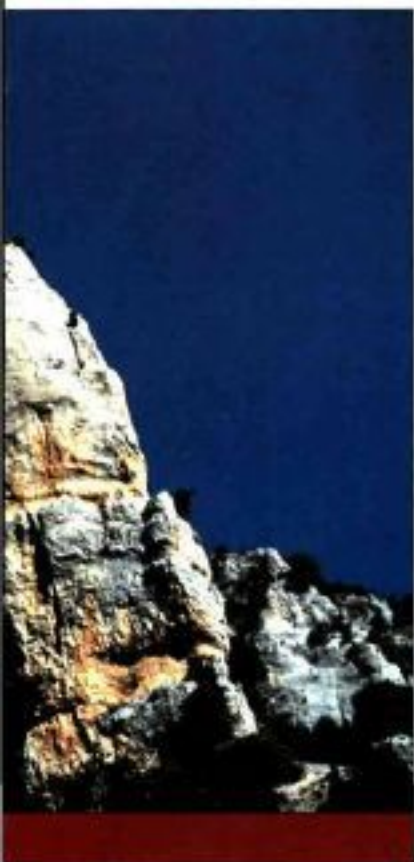
BARRANCO DE MASCÚN



BARRANCO MASCÚN : "LA CIUADELA"



TOZAL DE GUARA



ERMITA ROMÁNICA DE "LA FABANA"



Lorea Madina

JUNKKO TABEI:

"Estamos deshonrando a los dioses con nuestra actitud en la montaña"



primera vista sorprende la fragilidad de Junko Tabei. Se le ve pequeña pero se le intuye fibrosa. Un físico y un carácter de hierro obligatorios para derribar muchas más fronteras que las habituales dentro del mundo del alpinismo. Con 64 años, Junko Tabei es historia viva de las montañas. Primera mujer en hollar el Everest, en 1975, su aventura le permite mirar atrás y poder evaluar la actividad actual. Su diagnóstico no es nada optimista: "el hombre no le hace bien a las montañas. Estamos deshonrando a los dioses que viven en ellas".

Lorea Madina Bilbao es directora del programa de Radio Euskadi Anbotoko Dama y responsable de las páginas de montaña de Deia. Su vida es un continuo salto de las paredes al ordenador, de soltarse el ocho a atarse al micro. La montaña forma parte de su vida tanto en lo personal como en lo profesional.

La conversación con Junko Tabei nos ofreció unos ojos a un pasado que parece lejano pero es reciente. Aprovechamos su visita a Bilbao, de la mano de la BBK, para presentar su documental "Everest 1975: Primera mujer en la cima" para que fuera su voz la que nos narrara aquella vivencia. La que le confirió un título del que no podría desprenderse aunque quisiera, el de haber sido la primera mujer en subir al balcón que suponen los 8848 metros del Everest. No fue ese el arranque de su trayectoria escaladora, pero sí el que le confirió fama internacional.

PYRENAICA: ¿Cómo ha sido su viaje a Bilbao?

JUNKO Tabei: Ha sido largo, pero ha merecido la pena. Desconocía por completo este país y me ha sorprendido el verdor que tiene. Me parece un lugar fantástico.

P: ¿Cómo ha vivido la respuesta del público a su proyección? ¿Se esperaba la expectación que despertó su conferencia?

J.T.: La necesidad de un intérprete han impedido una mayor interacción con el público. Pese a ello he sentido el calor de quienes han asistido a mi proyección. He descubierto, asimismo, que aún hoy en día sorprenden aquellas imágenes captadas en 1975. Me he dado cuenta que, fundamentalmente, los retratos de los sherpas causan expectación, imágenes que en Japón no despiertan ningún tipo de reacción.

No podré olvidar los 1.400 días de preparación de la expedición

P: Aquella no fue su primera expedición. Tampoco la última, pero sí la que le catapultó a la notoriedad internacional y la que le colocó en los libros de historia del montañismo. ¿Qué recuerdos le trae?

J.T.: Jamás podré borrar de la memoria los últimos metros para alcanzar la cima del Sagar-matha. El esfuerzo que me supuso. Pero si de verdad hay algo que no podré olvidar son los 1.400 días de preparación de la expedición. El trabajo que supuso la búsqueda de financiación. Llamando a cientos de puertas, intentando recabar apoyos. Superando todas las barreras que estaban instauradas en la sociedad japonesa. Una civilización muy machista que no entendía que quince mujeres desearan subir a una montaña como el Everest. Aquello fue quizá lo más duro de todo. Nos costó muchísimo conseguir el respaldo económico para costear este viaje.

P: Pese a todo lo lograron. ¿Qué supuso en lo personal?

J.T.: Fue un sueño hecho realidad. Pero tampoco pensé que con ascender el Chomolungma estaba todo dicho y hecho, que mi

vida se iba a acabar ahí. Fue algo importante pero no era lo único que tenía en mente. Tenía ganas de seguir haciendo cosas en montaña, de aprender, de disfrutar, de vivir.

P: Mirando hacia atrás, ¿encararía la ascensión de la misma forma con oxígeno o afrontaría el reto de otra manera?

J.T.: Cada momento tiene sus circunstancias. Desde luego hoy en día no se me ocurre pensar en volver al Everest. Con lo que pienso y viendo cómo está el panorama, si tuviera el mismo dinero optaría por ir a otras montañas, a otros lugares.

P: Aquella ascensión le abrió muchas puertas, para después poder conseguir la financiación de otras expediciones de firmas que antes del Everest se la habían denegado. Sin embargo, tengo entendido que usted prefirió sufragar de su propio bolsillo sus actividades. Fue por orgullo, por ir sin presión?

J.T.: A mí no me gusta deber nada a nadie y los patrocinadores siempre imponen condiciones. Recuerdo que en el Everest llevábamos un fotógrafo encargado de la filmación del viaje y la ascensión. Eso fue una exigencia que además no nos satisfizo a las integrantes del equipo. La filmación no fue todo lo honesta que debiera haber sido. Había muchas presiones. Por eso en los siguientes viajes decidí costearme de mi bolsillo las ascensiones. Además hay que añadir que la montaña es mi afición y considero que nadie debe pagarme por mi hobby. Prefiero costearme con mi sacrificio.

P: Después se enfrentó al Shisha Pangma, otro ochomil que holló nuevamente con éxito, siendo la primera mujer también en esa cima. ¿Por qué no siguió en la carrera de los ochomiles y prefirió otros retos como las Siete Cumbres, proyecto que cerró en el 92?

J.T.: Al Shisha Pangma ascendí sin oxígeno pero me supuso un gran desgaste, tanto físico como psíquico. Visto esto comprobé que afrontar una de las consideradas grandes cumbres me significaba hacerlo con oxígeno, porque si no, no me veía capaz. Ello repercutía en el precio de la expedición, que veía como los números engordaban demasiado. Tenía que afrontar muchos gastos, que yo, como simple ama de casa que soy a la que le gustaba ir a la montaña, no podía encarar. Luego estaba también mi familia. Cada vez que salía hacia el Himalaya o a otro punto del planeta tenía que dejar a mis dos hijos pequeños, para asumir muchos peligros. Fui muy criticada por ello. Abandoné los ochomiles con el realismo de saber que no tenía la suficiente energía para buscar el capital que me ayudara a seguir adelante. Atender mi casa, a mis hijos, buscar dinero y subir montañas eran incompatibles.

no podré olvidar los 1.400 días de preparación de la expedición. El trabajo que supuso la búsqueda de financiación. Llamando a cientos de puertas, intentando recabar apoyos. Superando todas las barreras que estaban instauradas en la sociedad japonesa. Una civilización muy machista que no entendía que quince mujeres desearan subir a una montaña como el Everest. Aquello fue quizá lo más duro de todo. Nos costó muchísimo conseguir el respaldo económico para costear este viaje.



■ Junko Tabei en el parque de Doña Casilda Iurriza de Bilbao

P: Las cosas han cambiado mucho y ya nadie se extraña de que las mujeres hagan montaña. Ya lo ha dicho usted antes, la cultura nipona es bastante machista y usted se encargó de romper muchas barreras. ¿Se ha sentido usted como una líder feminista?

J.T.: No, en absoluto. Yo siempre he hecho las cosas por mí misma. Nunca lo hacía pensando en abanderar ninguna causa.

Cuando mis compañeras y yo ideábamos una expedición, lo hacíamos porque esos eran nuestros intereses, nuestras aficiones; no por demostrar nada a nadie. Deseábamos subir una montaña y lo hacíamos. No hay que buscarle ninguna otra lectura.

FUI la primera en hollar la cima del Everest sin querer, pues no buscaba ningún récord

P: Usted primero y luego quizá Wanda Rutkiewicz rompieron moldes y nos lo pusieron más fácil a las que llegamos después. ¿Cómo se siente sabiéndose parte viva de la historia del montañismo?

J.T.: Lo mío en el Everest fue una auténtica casualidad. Fui la primera en hollar la cima más alta del mundo sin querer. Podía haber sido cualquier otra, la misma Wanda, pero me tocó a mí. Yo no fui buscando un récord pero así fue. Hablando de Wanda ella tuvo mucha más determinación que yo en la ascensión a las montañas. Siento muchísimo su pérdida. En mi caso yo no me propuse entrar en una carrera por ser la primera. Me tocó y punto.

■ MEDIO AMBIENTE

P: Ahora está usted vinculada a las montañas. Desempeña cargos públicos en el Consejo Ambiental Central, dependiente del Ministerio de Medio Ambiente, en Albergues Nacionales de la Juventud y en otros organismos de Japón. Es usted una gran especialista en la preservación del medio natural, especialmente en el Himalaya. Supongo que estará usted indignada por cómo se encuentran los campos base. Sabemos por ejemplo que en el CB del Everest hay toneladas de basura esparcidas. ¿Cómo se puede combatir todo ello?

J.T.: La llave a la solución del problema la tiene el gobierno nepalí. Desde luego yo no puedo luchar sola en ese sentido. Veo que ahora se están concediendo demasiados permisos, casi sin control. Creo en primer lugar que el gobierno debería comprobar que las expediciones que pretenden hollar estas cumbres están preparadas, que tienen experiencia. A todo ello habría que sumarle una legislación más dura. Habría que exigir a los grupos que se lleven su basura, que la retiren. Lo que ocurre es que las expediciones dejan mucho dinero y si se impide su paso, se cierran las fuentes de ingresos.

P: Creo que usted ha planteado alguna iniciativa al gobierno nepalí en este sentido. ¿En qué consiste y cómo la han recibido?

¿Realmente les interesa a los gobiernos invertir en montaña?

J.T.: Los gobiernos no parecen darle importancia. Y como los gobiernos no hacen nada, nos corresponde a los ciudadanos hacer algo por nuestras montañas. Utilizar menos energía, apostar por el reciclaje. Ser sensibles al medio natural. Nos toca a nosotros mover ficha. Al gobierno nepalí le escribí una carta sobre lo que pensaba sobre la necesidad de apoyar la retirada de basuras. Pero yo soy tan sólo una mujer y no tengo poder para influenciar en sus leyes. Lo interesante sería que parte del dinero que reciben de los alpinistas lo dedicaran a la propia recuperación de esa cordillera.

SI un alpinista no puede transportar sus residuos, que pague a quien los descienda

P: ¿Es una cuestión de educación o de dinero? ¿Se vuelven los montañeros tan ignorantes que no se acuerdan de bajar su propia basura?

J.T.: El problema del Everest radica en que la ascensión en sí misma es una acción de supervivencia. Encargarse de bajar las bombonas de oxígeno suponen un "extra" que muchos no quieren asumir. Prevalece la vida humana sobre el medio natural. Lo interesante sería que cada expedición se dotara de una partida económica lo suficientemente alta como para pagar a sherpas para que bajen su basura. Ésta podría ser una salida a ese asunto. Si el alpinista no puede transportar sus residuos, que pague a quien los descienda. Es cuestión de dinero, pero también de educación. Deberíamos enseñar a nuestros hijos a amar y a cuidar nuestra naturaleza. La experiencia que nos reportan las montañas nos hace crecer interiormente.

P: ¿Qué le parece a usted toda esa mediatización como, por ejemplo, lo del cincuentenario del Everest?

J.T.: Me parece un insulto a las montañas. Es una ofensa a la cima más alta del planeta. Pienso que en esa cumbre viven los dioses y nosotros les estamos deshonrando con esos

intentos de récords. Es un espectáculo ridículo.

P: Pese a todo, ¿cabe tener esperanza sobre nuestras montañas?

J.T.: Sí, por supuesto. En este planeta hay muchas montañas, no sólo el Everest. Hay que mirar más allá. La esperanza es lo último que se pierde.



■ Junko Tabei en la pérgola del parque

P: A lo largo de esta entrevista, ha mencionado en varias ocasiones a sus hijos. ¿Han seguido su estela?

J.T.: Lo cierto es que no. La chica ahora parece interesarse algo más y a veces me acompaña, pero le gusta mucho más la moda. Mi hijo está realizando una tesis en la universidad en la que busca la combinación entre alpinismo y turismo sostenible. Su afición se centra más en el esquí.

IR al monte es algo más que una cumbre, es aprender a conocerte

P: ¿Con qué mensaje nos quedamos para terminar?

J.T.: Creo que subir montañas es también una forma de prepararte para la vida. Te enseña a dar soluciones a los problemas cotidianos, a afrontarlos con serenidad. Por eso ir al monte es algo más que una cumbre, es aprender a conocerte. □



UNA VIDA EN LA MONTAÑA

ESTAMOS convencidos que son pocos los que nada saben de esta mujer. Para quienes no les suene el nombre de Junko Tabei, esta pequeña pero decidida mujer, les contamos que nació hace 64 años en la ciudad de Miharu Machi, ubicada en la prefectura de Fukushima. Vio la luz con el nombre de Ishibahi. Desde su infancia se vio atraída por la montaña, practicando este deporte siempre que podía o le dejaban en su casa.

En 1956 conoció al que, tres años después, se convirtió en su marido, Masanobu Tabei, con quien compartía aficiones y apellido. Aquella época fue muy fructífera. Volcó su espíritu en la montaña y viajó al Annapurna III, de 7555 metros. Pese a un "cuestionable"

diseño de aquel viaje, la expedición tuvo éxito y Junko se situó sobre el Annapurna III, en 1970. A su regreso al país del sol naciente tuvo una niña.

Poco después solicitó permiso para subir al Chomolungma. Quince mujeres compartieron aquella ilusión en la que muy pocos confiaron y que en 1975

costó la mitad de lo que hubiera presupuestado una expedición masculina. El viaje se realizó con una logística de mínimos, con una dieta básica y todo con el sueño de subir a la cumbre de la montaña entre las

montañas. Con oxígeno y acompañada por el sherpa Ang Tsering, 22 años después de que lo hiciera un hombre, Junko alcanzó la cumbre. Era el 16 de mayo de 1975. Ese logro le reportó muchas felicitaciones.

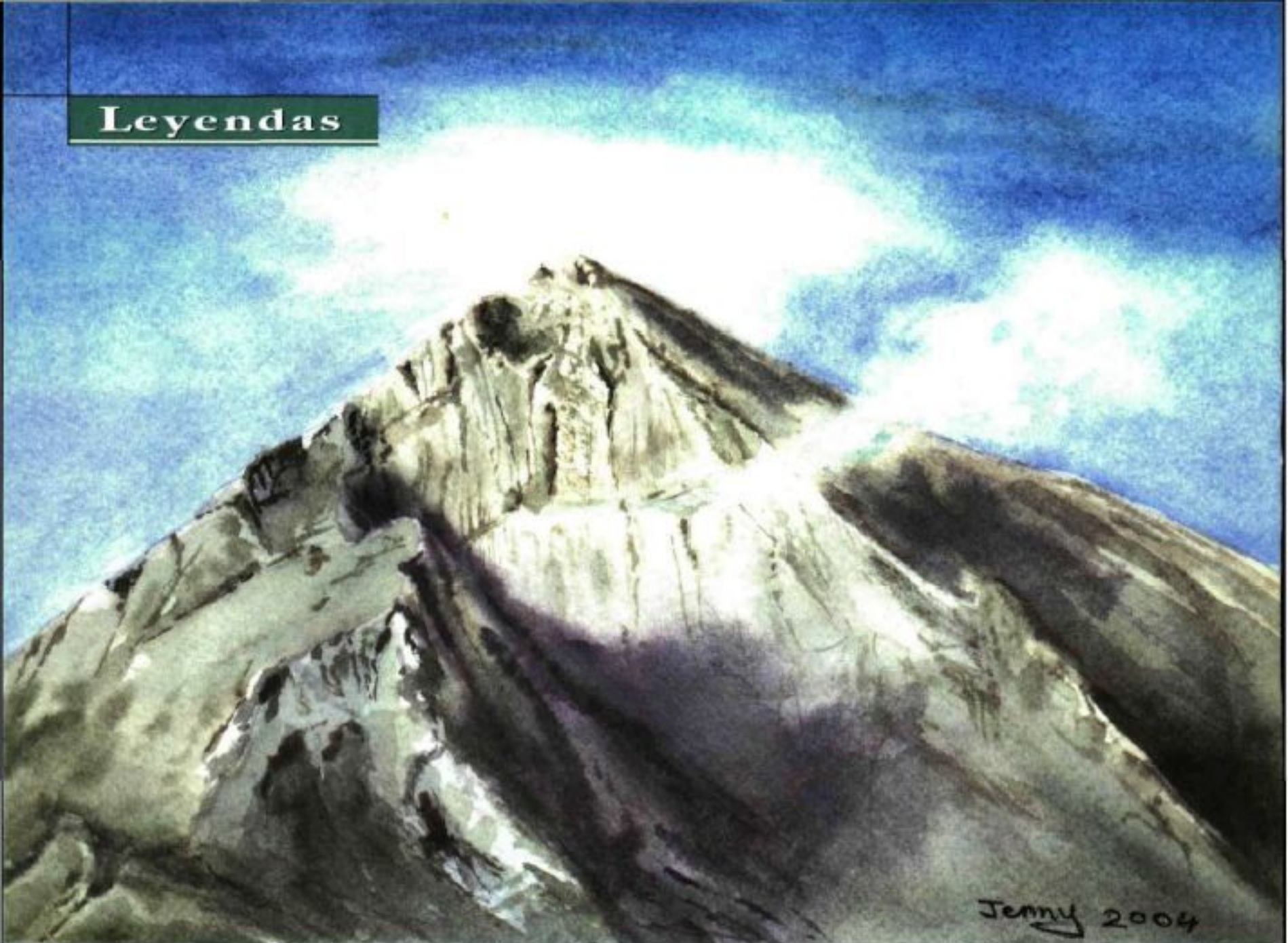
Después llegó el Shisha Pangma sin oxígeno y el proyecto "Siete Cumbres," que rubricó en 1992. Además ha ascendido a otra veintena de cumbres



de las más altas del mundo.

A pesar de su edad, Tabei no ha perdido la ilusión y siempre tiene lista la mochila, presta para subir una nueva montaña.

Lorea Madina



■ Las nubes cuentan que la Dama del Anboto está trabajando en su cocina

Toti Martínez de Lezea

Montañas sagradas de Euskal Herria

LOS antiguos creían que las montañas eran las moradas de los dioses y aún existen pueblos que las consideran como tales. Desde la Amazonía al Canadá, en Australia, China, India, Europa, África... no hay lugar en la Tierra en el que no exista una montaña sagrada. Según las viejas creencias relacionadas con la Naturaleza y el misterio de la vida, los ríos y los bosques son lugares mágicos en los cuales tienen lugar extraños acontecimientos. En ellos viven nùmenes de todas las especies: hermosas lamias, gigantes peludos, geniecillos malévolos, hadas y animales con poderes extraordinarios, pero los gran-

Toti Martínez de Lezea es una de las escritoras vascas más prolíficas y de más éxito. En 1998, emprendió su carrera de escritora con la publicación de su primera novela histórica "La calle de la judería". En 2001 fue Premio Pluma de Plata por ser la autora más vendida en la Feria del Libro de Bilbao. Vive con su familia en Larrabetzu.



des dioses, los más poderosos y venerados, siempre habitan en las montañas, en lo alto, cerca del cielo. Desde allí contemplan su creación, el mundo, enseñan, vigilan, premian o castigan a los seres humanos según sus acciones; muestran su contento o su enojo enviando buenas cosechas o plagas terribles; dejan caer la lluvia benéfica para los campos o lanzan rayos, truenos y pedriscos para acabar con las cosechas.

Euskal Herria, como todos los pueblos antiguos, también posee sus propias montañas sagradas y son tantas que sería

imposible hablar de todas ellas, así que nos limitaremos a las principales: las moradas de Mari, la Diosa, la Gran Madre, Ama Lurra.

Mari es la única de los dioses vascos que ha sobrevivido a la Historia. Se sabe que hubo otros como Haurrescoritse, Aberri, Ilun, Anderixo, Adur... cuyos nombres aparecieron en lápidas votivas de la era postromana y de los cuales no se conoce nada más, ni su procedencia, ni su puesto o atributos dentro del pequeño Parnaso vasco. Sobre todos ellos, sin embargo, Mari – Amari – Amara – Maide, brilla con luz propia, una luz que se ha mantenido durante siglos gracias a la tradición oral profundamente arraigada en nuestro pueblo. Mientras la creencia en la Diosa Madre ha desaparecido en el resto de los pueblos de Europa, Euskal Herria mantiene su recuerdo por medio de nombres, leyendas, costumbres. Pero es interesante preguntarse por qué razón ella ha sobrevivido y han desaparecido, tragados por siglos de influencia cristiana, los demás dioses que alguna vez hicieron parte de las creencias del pueblo vasco. La respuesta tal vez la encontremos en la propia esencia de esta Gran Madre relacionada íntimamente con la Tierra. Ella es la Tierra, dadora de alimentos, cobijo de los seres humanos desde los tiempos prehistóricos, lugar de nacimientos y también de enterramientos. Nuestro país, en especial en su zona montañosa, está repleto de cuevas sepulcrales, dólmenes, cromlecha y menhires, testimonios de una religión y de unas creencias que se mantuvieron vivas hasta muy entrada la Edad Media, cuando el resto de Europa hacía siglos que las había desterrado al mayor de los olvidos. Está demostrado que todavía en el siglo XIV en algunos lugares de la montaña vasca pirenaica continuaban cremándose los cuerpos de los difuntos al modo de los antiguos y sus cenizas enterradas en los mismos lugares en los cuales lo habían hecho las generaciones anteriores. No es de extrañar, por tanto, que los vascos hayan conservado hasta fechas muy recientes un sentimiento de respeto y veneración por las montañas y hayan transmitido las viejas leyendas que aún hoy en día nos hablan de la Diosa Madre viva en la memoria del pueblo.

ANBOTO: tiene una altitud de 1331 m. Se halla a caballo entre Bizkaia y Álava y puede verse desde ambos territorios y también desde algunos lugares de Gipuzkoa.

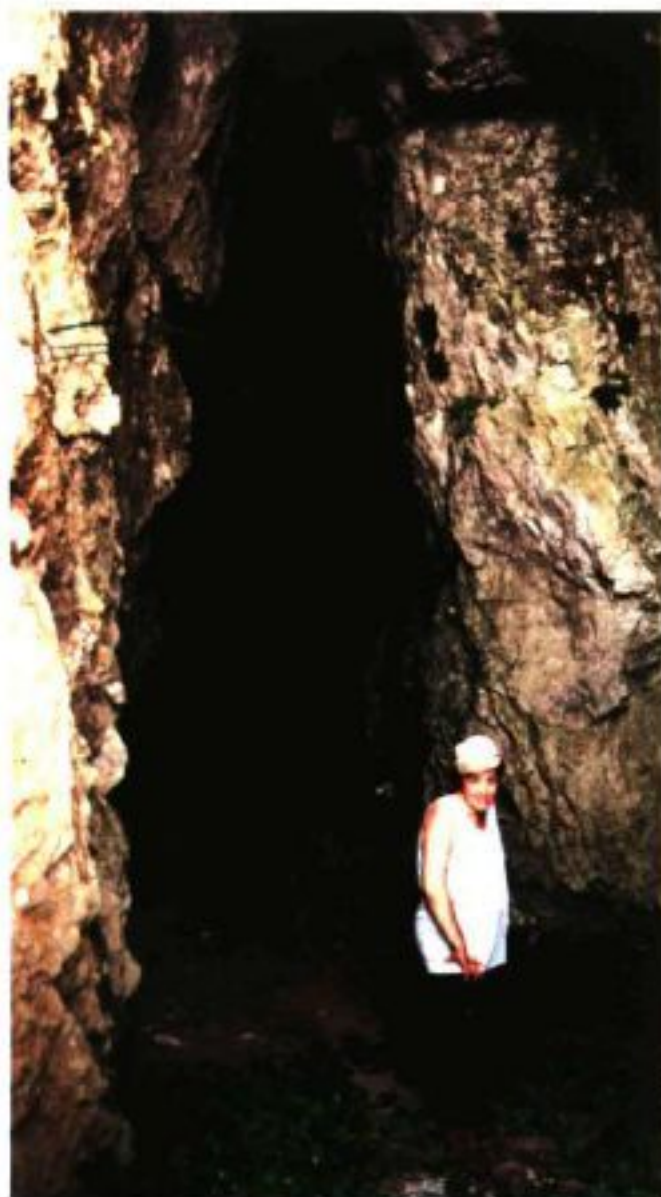
La característica mítica más señalada es su "txapela", un cúmulo de nubes que rodea su cima a menudo y que los habitantes de dichas zonas decían se debía al hecho de que la Señora cocinaba y las nubes eran, en realidad, el humo que salía de su cocina. Tal vez, Anboto sea la más famosa de las moradas de Mari o puede que sea en esta zona donde el mito se ha conservado vivo durante más tiempo. Existen muchas leyendas relacionadas con su presencia en este lugar: desde las que hablan de conductos subterráneos que unen las simas de los montes circundantes, algunos de los cuales llegan a determinados caseríos; otras en las que no faltan las jóvenes desobedientes que son raptadas por Mari, pasan siete años en su compañía aprendiendo a hilar y son devueltas después a sus familias; las que relacionan a la diosa con Sugaar, el culebro de la sima de Baltzola, señor de las profundidades, con el cual mantiene relaciones los viernes, días de tormentas; o con humanos con los cuales tiene hijos e hijas, como el conocido señor de Bizkaia, don Diego López de Haro. En Anboto también tiene lugar un fenómeno atmosférico observado a menudo y que, no cabe la menor duda, ha tenido que ver con la creencia en lo sobrenatural. De vez en cuando, se forman remolinos de aire que arrastran hojas, ramas y

pequeñas piedras, y recorren determinadas distancias sobrevolando la zona de Aramaio para ir, finalmente, a "estrellarse" contra la mole rocosa, a la altura de la cueva. Ésta se halla en un lugar de difícil acceso, en una de las caras de la roca.

SAN MIGUEL DE ARLAR: con una altitud de 1240 metros, este monte está situado en la sierra del mismo nombre que comparten Navarra y Gipuzkoa.

Los numerosos dólmenes y menhires testimonian la presencia del ser humano desde hace al menos unos 5000 años y es la montaña más sagrada de la tierra vasca. Además de los testimonios megalíticos, se sabe que en el siglo X, en el lugar donde se alza el Santuario de San Miguel in Excelsis, existía un templo que fue destruido por los musulmanes en una de sus incursiones. También se cree que con anterioridad allí mismo se veneraba a una divinidad pre-cristiana que bien pudo ser nuestra diosa Mari

puesto que uno de los nombres con el cual se la conoce es precisamente "Dama de Aralar". La leyenda, sin embargo, no habla de la Diosa Madre sino de un noble navarro llamado Teodosio de Goñi que mató a sus padres creyendo que eran su mujer y un amante y fue condenado a vagar por la sierra con una cadena atada a la cintura hasta que dicha cadena se soltase. Un día un dragón emergió de las entrañas de la Tierra y lo atacó, pidió ayuda a San Miguel y éste bajo del cielo "con Dios encima de su cabeza", mató al dragón y la cadena se rompió en señal de que Teodosio había sido perdonado por su crimen. Esta leyenda es de origen medieval, no obstante los antiguos vascos creían que Mari vivía en las entrañas de la Tierra y aunque su aspecto no era el de un dragón, no al menos en la tradición que nos ha llegado, si lo era el de su compañero Maju o Sugaar, el culebro. En las creencias arcaicas, el dragón-culebro-serpiente no representaba el mal, como si lo fue a partir de la llegada del cristianismo. La serpiente no encarnaba al diablo, sino que era la representación del conocimiento de las cosas ocultas, símbolo de fuerza y regeneración. Puede apreciarse en este caso un intento de la nueva religión – la cristiana – por sustituir a la antigua.



■ Toti en Anboto delante de la entrada a la cueva de la "Dama"

FOTO: AJOIBO AJUJOLA

LARRUNARRI: el alto y afilado perfil del monte Larrunarri (1346 m), nombre popular de la cumbre conocida por los montañeros como Txindoki, destaca en un extremo de la sierra de Aralar y en él se halla una de las moradas principales de la diosa Mari: la cueva de Marizulo, a la que acude volando por los aires bajo el aspecto de un

caballo de fuego.

Una de las leyendas de la zona cuenta la historia de una joven de un caserío de Amezketa a quien su madre envió en busca de una vaquilla roja al tiempo que decía: "El diablo te lleve si no la traes". La joven salió en su búsqueda y vio una vaca roja en el campo. La agarró por el rabo creyendo que era la suya, pero la vaca echó a correr y la arrastró a la cueva de Marizulo. También aquí, como en otras ocasiones, se mezclan elementos pre y post-cristianos. El zezengorri, la vaquilla roja, aparece a menudo en las leyendas vascas. Es curioso que en la religión judía dicho animal signifique la purificación y que en nuestras leyendas cristianizadas sea la forma que adopta el diablo. Sin embargo, en la mitología vasca, el toro de fuego, la vaca o beigorri, el becerro de color rojizo, son genios subterráneos, es decir que proceden del interior de la Tierra. Y, de nuevo, se establece aquí la dicotomía Tierra-



■ Aketegi

■ Al misterioso zezengorri se le ve con frecuencia por las campos de Amezketá

Cielo. La primera claramente pre-cristiana en la cual los seres divinos son todos "terrestres", y la segunda ya cristiana en la que la divinidad es de carácter "celestial".

AKETEGI: con una altitud de 1549 m es una de las cumbres del macizo de Aizkorri, que une el sur de Gipuzkoa y el nordeste de Álava y es una de las zonas con mayor riqueza de vestigios prehistóricos de Euskal Herria, compuestos de dólmenes, túmulos y cuevas sepulcrales.

La cueva de Aketegi es una de las moradas principales de Mari en la cual vive seis años —o siete, según otras versiones—. Cuando se traslada de ésta a la de Aralar o Anboto, lo hace convertida en hoz de fuego. Y se dice en Zegama que si alguien la llama tres veces "Aketegiko Dama!", ella se coloca sobre su cabeza. La Señora hace la colada los miércoles y cuece el pan los viernes; en dichas ocasiones, y al igual que en Anboto, aparece una nube encima de la cueva. En todas las montañas de nuestra tierra en donde existe un gran componente mitológico,



FOTO LUIS PEDRO REINA SANTAGAO

se han encontrado restos prehistóricos humanos. Su pico es visible desde gran parte del Goierri guipuzcoano.

Las leyendas locales relatan que de una de las cavernas de Muru sale de vez en cuando el compañero de Mari, Sugaar, y a ella la llaman Mari-Muruko, Marimunduko y Muruko-dama. Recorre el firmamento en forma de una hoz llameante y envía tempestades de granizo y piedra; también se presenta en ciertas ocasiones en figura de una mujer hermosa que peina sus cabellos sentada en la entrada de su cueva y enamora a todo el que la ve. Así la vio un hijo del caserío Muruguena, en Beasain, y se casó con ella. Tuvieron siete hijos. Mari no iba a la iglesia ni siquiera bautizó a sus hijos. Un día el marido se propuso bautizar a éstos en la iglesia del pueblo. Los puso en un carro y juntamente con ellos a su madre a la que sujetó con cuerdas. Iban ya camino de la iglesia, cuando Mari se rodeó de llamas, quemó las ataduras, saltó sobre una peña situada cerca de Muruguena, dejó en ella huellas de un pie y luego voló hacia Muru diciendo: zazpi semeak zerurako, ni Mururako; Muruguena ez da sekulan eri edo maki gabe izango («los siete hijos para el Cielo, yo para Muru; en Muruguena nunca faltará enfermo o manco»).

Se dice que para evitar que Mari enviara algún pedrisco sobre su pueblo, los vecinos de Itsasondo, con su cura a la cabeza, subían a Muru todos los años a celebrar una misa y hacer un conjuro en el portal de la caverna de la misteriosa dama. También aquí vivieron los gentiles. De uno de ellos se dice que lanzó desde allí la gran piedra Saltarri o menhir de Alotza que se halla en el prado de Aralar.

ORHI: 2017 m de altitud, entre Navarra y Zuberoa, es tras la Mesa de los Tres Reyes y el Auñamendi, el más alto de los montes vascos. Aunque el Auñamendi, también conocido por monte Anie, se halle actualmente en la demarcación del Bearn, su nombre denota claramente su origen vasco.

La leyenda habla de un pastor que una vez encontró en una sima a una hermosa mujer que peinaba sus cabellos con un peine de oro. La mujer le dijo que le daría todas las riquezas del mundo si el día de San Juan la transportaba sobre su espalda para salir de allí. El pastor aceptó, pero el día de San Juan cuando llevaba a la mujer sobre su espalda le salieron al camino todo tipo de animales salvajes y también una enorme serpiente que echaba fuego por la boca. Asustado, dejó a la mujer y echó a correr mientras ella gritaba «¡Desgraciada de mí, aquí me quedaré otros mil años!». La versión de esta leyenda también medieval, como lo son la mayoría, conserva detalles importantes referentes al culto antiguo. El día de San Juan sustituyó a la festividad del solsticio del verano, fiesta celebrada en todos los rincones del mundo antiguo. De nuevo aparece aquí la serpiente-dragón que echa fuego por la boca y también la misteriosa dama quien con su exclamación nos viene a decir que mil años habían pasado desde que los vascos habían dejado de creer en ella para creer en una nueva deidad.

■ OTROS LUGARES:

Sólo por mencionar algunos otros lugares de Euskal Herria en los cuales se veneraba la presencia de la Diosa Madre, creencia primigenia de nuestro pueblo que ha guardado en la memoria colectiva y popular retazos, recuerdos, intuiciones, de la que una vez y durante siglos fue la religión de los vascos:

- Supelegor, en Orozko
- Gorbeia, entre Bizkaia y Álava
- Atxorrotz, en Eskoriatza
- Zaldiaran, al sur de Vitoria-Gasteiz
- Agamunda, en Ataun
- Obantzun, en Berastegi
- Odabe, en Altsasu
- Akelarre, en Zugarramurdi
- Lezea, en Sara
- Zelhaiburu, en Bidarraiz
- Azalegi, en Alzai
- Otsibarre, en Camou
- Aloña, sobre Oñati □

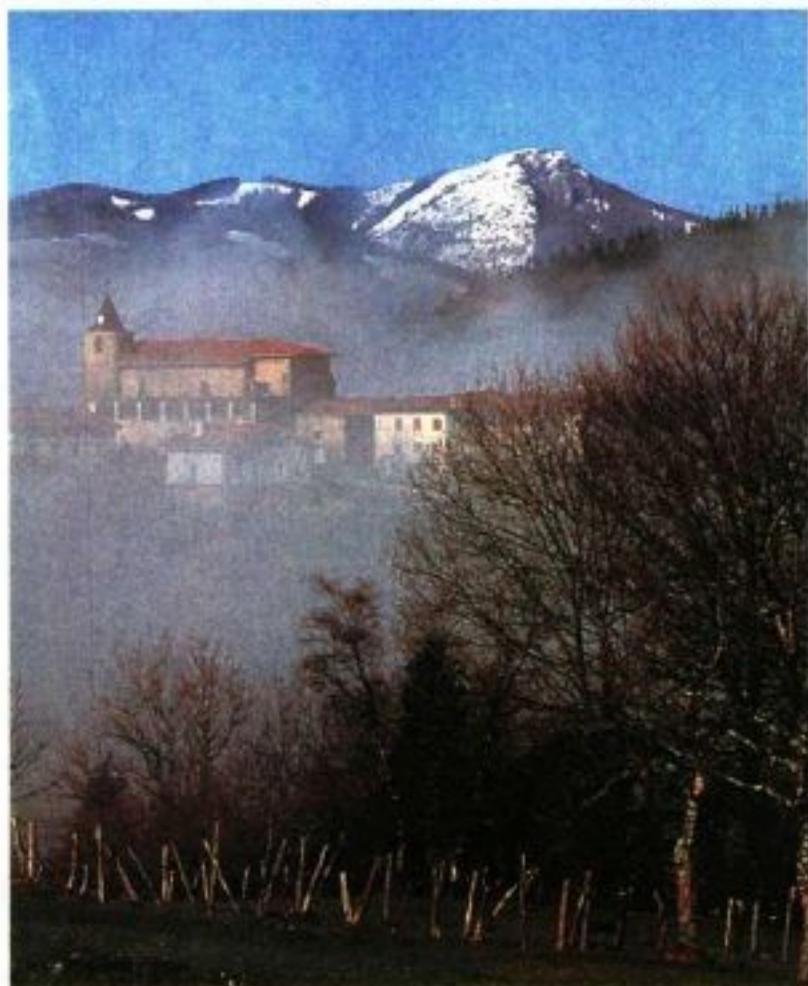


FOTO ANTON MURUGA

■ Murumendi

se construyeron ermitas para contrarrestar las viejas creencias: Aralar, Urkiola, Aizkorri... Los pastores de Urbia, que en la antigüedad ofrendaban sus ovejas a Mari, en su morada de Aketegi, lo hacen en la actualidad a la Virgen de Arantzazu. En Aizkorri también habitaban Jentilak, gigantes, que la tradición presenta como seres que vivían en el Euskal Herria antes de la llegada del ser humano y enseñaron a éste la forma de sembrar y utilizar el molino de agua, entre otras cosas. También representaban las creencias pre-cristianas pues en la época medieval eran considerados los últimos paganos.

MURUMENDI: 859 m, se llama así un monte de Beasain, en el que existen numerosas simas y cuevas, en algunas de las cuales

Eva Caballero

La RUTA de las CRESTAS

• (Arriba) La vertiente más espectacular de Iparla es la E. En la foto, progresando por la ruta del circo de Talatze. (A la derecha) Ascendiendo por la vía normal desde Baigorri



DESDE la localidad bajonavarra de Baigorri, las crestas de Iparla (1044 m) se alzan como un muro rojizo en un océano verde. En la ribera derecha del río Urdazuri, entre el puerto de Izpegi (672 m) y el valle de Bidarraí (90 m), encontramos este macizo desde cuyas crestas, a lo largo de 17 km, se domina el suave paisaje de los valles de Nafarroa Beherea.

La ruta recomendada no entraña mayor dificultad que estar pendientes de las simas con las que podemos encontrarnos en el camino. Es aconsejable, asimismo, elegir una época en la que el tiempo sea seco para evitar resbalones. Una vez en marcha, el esfuerzo se verá recompensado por la visión de un paisaje espectacular, en el que no faltarán cosas que observar y apreciar. El ornitólogo aficionado puede tener la oportunidad de observar las distintas especies de rapaces que viven en Iparla, entre ellas algunos de los últimos ejemplares de quebrantahuesos que quedan en la región.

■ URDOZE - PICO DE IPARLA

Dos itinerarios -GR10 y 11- atraviesan el macizo de Iparla. El itinerario clásico que seguiremos parte de la localidad de Urdoze. El castillo de este barrio de Baigorri es el punto de partida de un camino que transcurre entre caseríos y bosquecillos de hayas y castaños hasta Bastida. El lavadero de esta localidad marca el camino hacia una pista de tierra que penetra en el ravín de Abraku. El paisaje está compuesto de praderas y, a medida que vamos subiendo, aparecen encinas, castaños y hayas.

Cuando la pista se acerca al cauce del riachuelo de Abraku las formas de las crestas se hacen más patentes. Llegamos al momento de abandonar la húmeda cara

norte y, a través de una pasarela, cruzar el torrente hacia la parte opuesta, por un camino que lleva hasta el puerto de Galarze (604 m).

Las praderas toman el relevo a los bosques a través de los sucesivos altos de Zahastegi, Apasantze, Larrarte e Ido (714 m). A partir de aquí el camino se vuelve cada vez más abrupto hasta llegar al pico de Iparla (1044 m), desde donde se puede admirar el relieve de la cordillera, con profundos precipicios de 300 metros por los que sólo se atreven a pasar las aves rapaces. La vista abarca desde allí Lapurdi y Nafarroa Beherea por un lado y, por el otro, el navarro valle de Baztán, la silueta de la Hiru Erregeen Mahaia e incluso el inicio de Aragón.

■ BIDARRAI - BUZTANZELAI

Al otro extremo del cresterío se halla la localidad de Bidarraí, punto de partida de otra ruta para acceder a Iparla. El Puente del Infierno, del que se arrojó Satanás, según cuenta la leyenda, desesperado ante su incapacidad para hablar en euskera, y el cercano caserío Bassassagar, son la referencia para encontrar la pista que se dirige a las crestas en dirección sudeste, hacia el desfiladero de Ourbakura. Hasta el alto de Latxo (510 m) el camino atraviesa praderas en las que los tonos rojizos dominan sobre el verde. Después, la explanada de Belzauskia per-

Eva Caballero es periodista, corresponsal de Radio Euskadi en Baiona. Es aficionada a la montaña, aunque reconoce que no practica tanto como le gustaría. Además de realizar labores de información, colabora en distintos programas de Radio Euskadi en secciones relacionadas con rutas y destinos para el tiempo libre.



FOTOS: JESUS MARI ALONSO

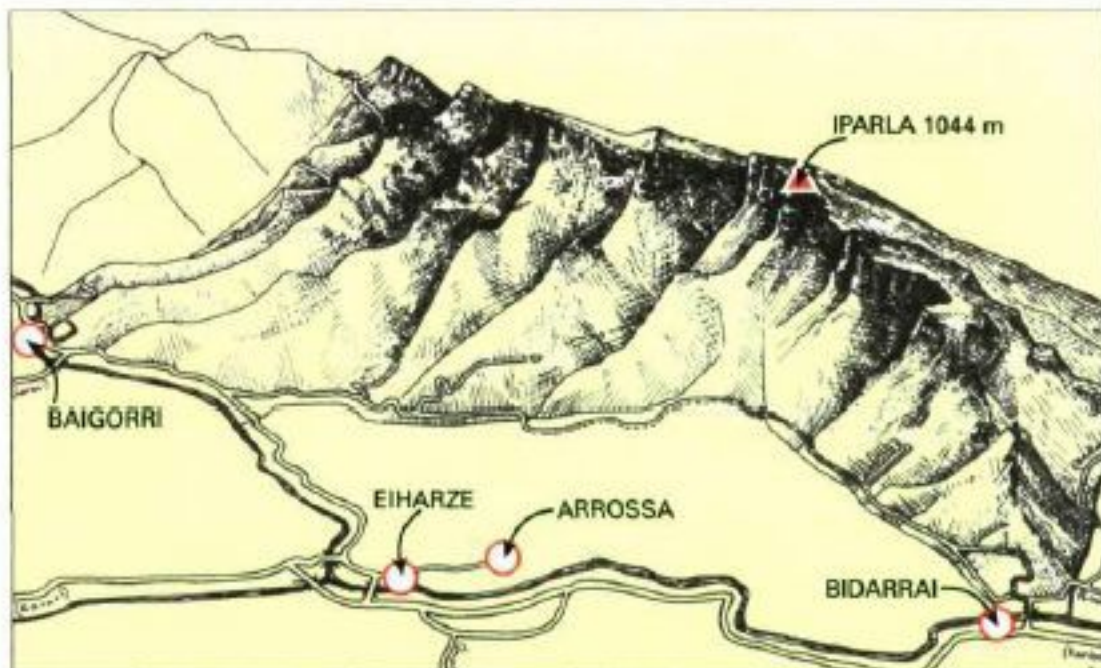
de IPARLA

mite en primavera admirar algunas de las flores más hermosas que crecen en estos montes, los lirios y narcisos.

Siguiendo con el ascenso el siguiente alto es la cresta de Talatze (905 m), donde un solitario menhir vigila el camino. Las crestas de Iparla conservan abundantes vestigios de los primeros habitantes del país, que tomaban de las entrañas de Iparla el hierro y el cobre para fabricar sus herramientas. La deforestación comenzó también en esa época, en la que la madera servía para alimentar los hornos de fundición. A partir de este punto se puede subir a la cresta de Iparla o regresar a Baigorri siguiendo el camino GR10.

■ BIDARRAI - HARPEKO SAINDUA

La estancia en Bidarraí puede aprovecharse para visitar la cueva del Santo, Harpeko Saindua, un lugar donde el agua que mana de la tierra cura las enfermedades de la piel. Una calzada que parte del mismo pueblo llega hasta un circo natural. A 150 metros hay un cruce en el que hay que tomar el sendero de la izquierda, que llega hasta la cueva del Santo, una estalagmita que rezuma agua y en el que el imaginario popular ha querido ver una imagen humana que "suda" un agua milagrosa. □



Información general

Baigorri: Bajo la sombra de las impresionantes crestas de Iparla se cultivan las viñas que producen el vino de denominación Irulegi. El castillo de Urdoze es otro de los atractivos de Baigorri. En origen fue residencia de los vizcondes de Baigorri, su reconstrucción data de tiempos de Napoleón III y el siglo pasado tuvo como huésped ilustre a Charles Chaplin. Oficina de turismo de Baigorri: 0033-559 37 47 28.

Bidarraí: Este pequeño pueblo de Nafarroa Beherea disfruta de un entorno privilegiado a orillas del río Errobi, donde se puede practicar piragüismo, rafting, hidrospeed. Otro de sus atractivos es la Casa del Pottoka, creada en 1993 y donde hay en la actualidad una treintena de ejemplares de pura raza pottoka. Más información en www.maisondupottok.com. Oficina de turismo de Bidarraí: 0033-559 37 74 80.

Bibliografía

- Angulo, M. Guide des Pyrénées Basques (Elkar 1991)
- Audoubert, L. 50 promenades faciles avec vos enfants en Pays Basque (Milan, 1994)



■ Monte Perdido. Circo Soaso

Rosa Fernández

HISTORIA de una CARTA

■ EL VALOR DE LAS MONTAÑAS.

Amamos las montañas por un sinfín de motivos, algunos sumamente pragmáticos: desconectar de la rutina, hacer deporte, disfrutar del tiempo libre, compartir con los amigos una ocupación que nos divierte. A éstas suelen superponerse otras razones mucho más inaprensibles e íntimas, como la necesidad de soledad y silencio, el profundo bienestar que depara la belleza o la pulsión del reencuentro periódico con lo inalterado. Todas estas motivaciones bastan para creer sin reservas en la necesidad de conservarlas.

Las montañas tienen muchas más razones de ser. Tantas, que abreviaremos diciendo que son la base de la seguridad y la economía de las tierras del llano, debido a su influencia sobre el clima y sobre la disponibilidad de agua, además de ser reserva de patrimonios naturales y culturales, de paisajes de alta calidad y de una multitud de valores económicos y

Rosa Fernández Arroyo es madrileña y bióloga, además de alpinista y escritora. En la actualidad trabaja en el Proyecto de Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama y es autora de varios libros, entre otros "El país Frágil" y "Cuentos de las Montañas de Cuento", ambos editados por Desnivel.

también intangibles, que se derivan precisamente de su vasta diversidad biológica y cultural.

Sin embargo, todas estas funciones y servicios que deparan las montañas, y que son vitales por igual para montañeses y habitantes del llano, dependen críticamente, o sólo pueden cumplirse, si los ecosistemas de las montañas se encuentran en un estado razonablemente bueno de conservación. Desafortunadamente la mayor parte de las actividades humanas en las montañas han tenido y tienen como objeto la explotación no siempre racional de sus recursos, lo que conduce irremisiblemente a la

degradación y en algunos casos a la destrucción total de estos ecosistemas.

De este modo quedan comprometidos la mayor parte de los procesos vinculados a los hábitats y sistemas biológicos propios de las montañas, y ello afecta especialmente a la protección de

los suelos, la regulación de los caudales hidrológicos, la calidad del agua, el mantenimiento de la biodiversidad, el clima y la depuración del aire.

■ EL AÑO INTERNACIONAL DE LAS MONTAÑAS

Todos estos aspectos motivaron, allá por 1998, la declaración del año 2002 como Año Internacional de las Montañas (AIM) por parte de la Asamblea de las Naciones Unidas, con el objeto de promover un amplio debate técnico y social que arrojara luz acerca de los mecanismos más idóneos para conjugar conservación y desarrollo en las áreas de montaña, y evitar así los graves problemas vinculados a la degradación de sus ecosistemas, y que en muchos casos entroncan también con una calidad de vida insuficiente para sus pobladores humanos.

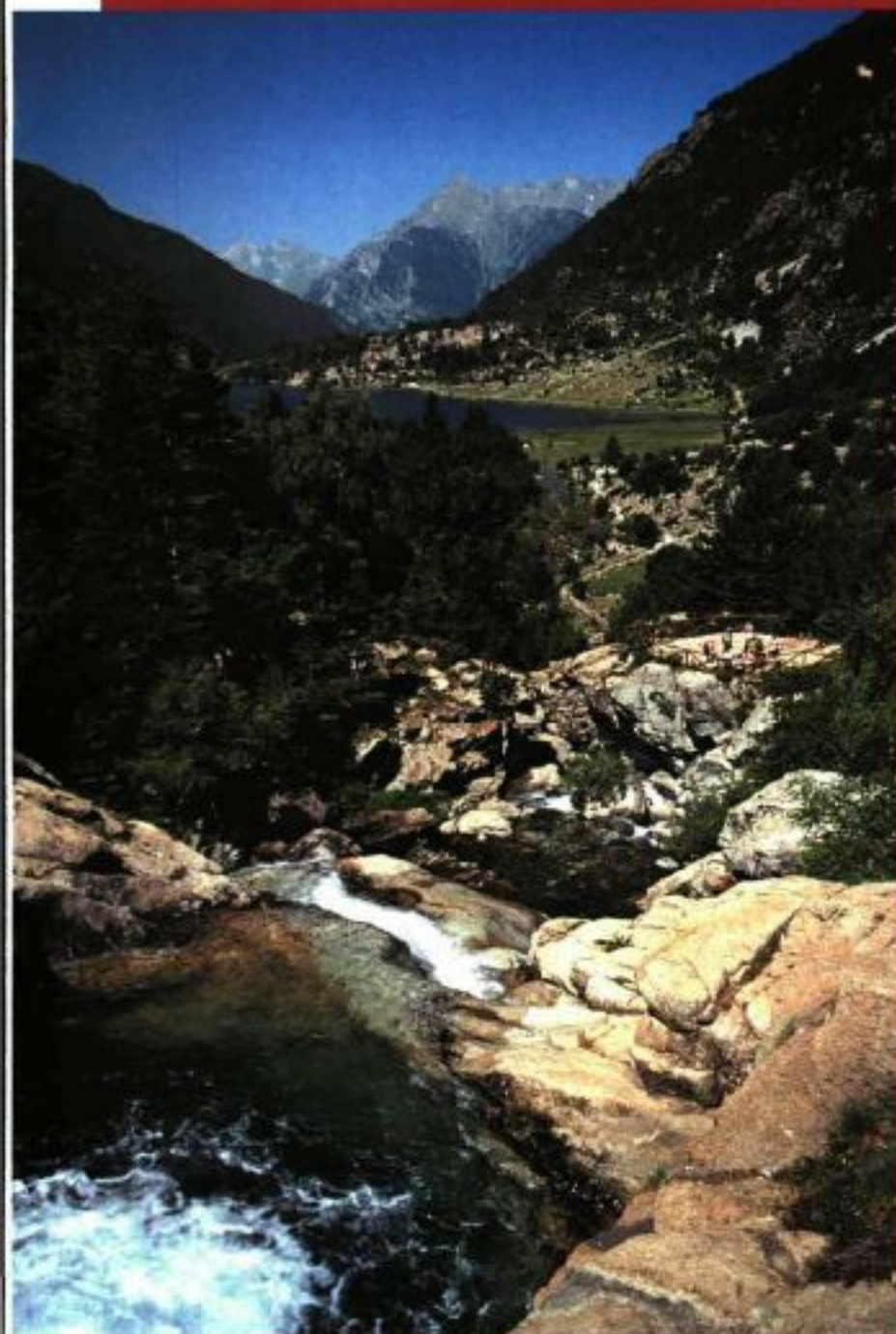
En los países de la Unión Europea, tanto la actividad preparatoria del Año Internacional de las Montañas como la celebración del mismo dieron lugar a multitud de foros de debate -institucionales y civiles-, que a su vez generaron una ingente cantidad de conclusiones, recomendaciones, convenios, estrategias y normativas tendentes a la mejora del estado de cosas a través de la identificación de las causas de los problemas y de las medidas más idóneas para atajar éstos. En muchos de los países, el proceso ha adquirido compromiso y continuidad a través de líneas de investigación y de la puesta en marcha de muy diversos planes y programas vinculados a la gestión sostenible en las áreas de montaña.

En nuestro país, con una cierta precipitación y especialmente debido al efecto de arrastre que supuso el ejemplo de otros países europeos, el Año Internacional de las Montañas dio lugar a diversas y quizás inconexas iniciativas, tanto de las administraciones regionales, instituciones y organismos públicos (destacando en ello el Organismo Autónomo Parques Nacionales) como por parte de diversas fundaciones, empresas, organizaciones y colectivos sociales, ambientalistas y montañeros. Todo ello propició un moderado (pero pasajero) incremento del interés mediático y público con relación a las áreas españolas de montaña.

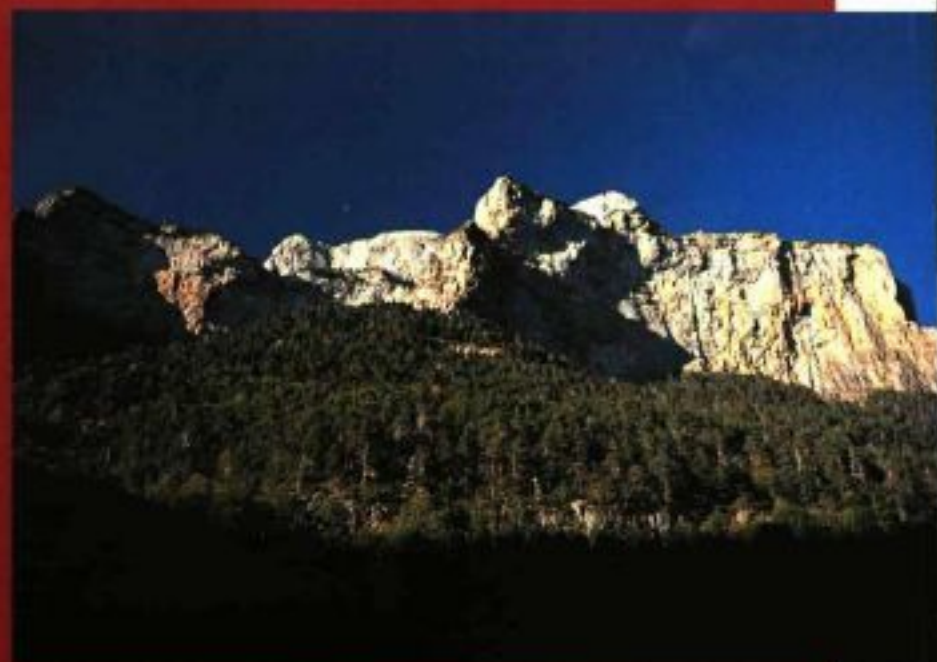
■ LA CARTA DE LAS MONTAÑAS

En el ámbito político, el Consejo de Ministros creó *ad hoc* un Comité Español para el Año Internacional de las Montañas, con la función de difundir las recomendaciones de las Naciones Unidas, así como de promover y coordinar los esfuerzos de las distintas instituciones y colectivos interesados en el AIM. A instancias del Ministerio de Medio Ambiente, ese Comité acordó también elaborar un documento que, a partir del análisis de los diversos aspectos de la realidad, diagnosticara la situación actual de las montañas españolas y propusiera las líneas estratégicas más adecuadas para conciliar la conservación de las mismas y el uso sostenible de sus recursos.

Este estudio se nos encomendó a un equipo externo e independiente de consultores, que a lo largo de varios meses realizamos una prospección de la ingente documentación específica



■ E. Uebre. Parque Nacional de Aigüestortes



■ Valle de Ordesa



■ Valle de Añiscló

surgida como resultado del AIM y sus fases preparativas. El análisis de esta información a la luz de la realidad española nos permitió un primer esfuerzo de síntesis de la problemática de nuestras montañas, que bajo la forma de un cuestionario de trabajo se sometió a la consulta de más de un centenar de expertos, entre técnicos, investigadores, gestores, juristas, políticos y docentes, así como representantes de grupos ecologistas, sindicatos agrarios, prensa especializada en temas ambientales y de montaña, asociaciones de empresarios turísticos y otros colectivos sociales.

De este modo y también a través de colaboraciones, escritos y comunicaciones personales, pudimos valorizar a lo largo de la redacción del trabajo las opiniones y aportaciones de un valioso grupo de personas y entidades implicadas, por unas u otras razones, en la conservación y también en la utilización de los recursos de las montañas. En diferentes momentos, el trabajo recibió además las orientaciones y la supervisión del profesor Martínez de Pisón, así como el estrecho seguimiento por parte de expertos en derecho ambiental y de personas de reconocido criterio en el mundo del alpinismo.

■ CONTENIDO DEL DOCUMENTO.

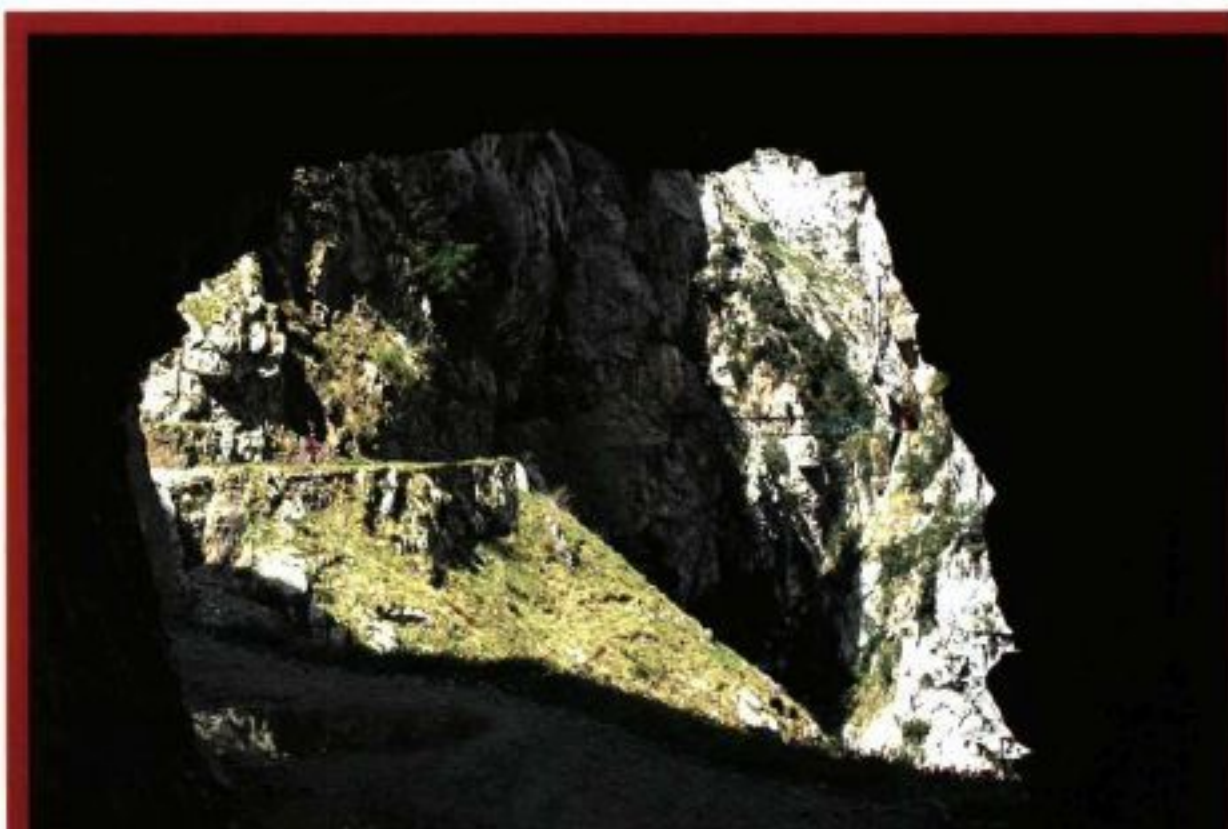
El proceso de análisis y diagnóstico nos llevó a la delimitación de los grandes campos de problemas socioeconómicos, carencias institucionales y amenazas ambientales comunes a la mayor parte de las áreas españolas de montaña, y ello a su vez a una serie de conclusiones y propuestas plasmadas en un primer borrador que, revisado y enriquecido tras ser sometido a debate en el Seminario sobre Conservación y Desarrollo Sostenible en Áreas de Montaña (23-26 de febrero de 2003 en Valsain, Segovia), nos permitió finalmente elaborar el segundo borrador de la Carta Española de las Montañas, cuyo objetivo explícito es:

"establecer los principios, directrices y recomendaciones para el diseño de políticas integrales capaces de garantizar la protección de las montañas (...) como única vía para garantizar la equidad, el bienestar y el desarrollo equilibrado de sus habitantes, satisfaciendo a la vez las aspiraciones, intereses y expectativas espirituales, recreativas, éticas, científicas, intelectuales y vitales del conjunto de la sociedad".

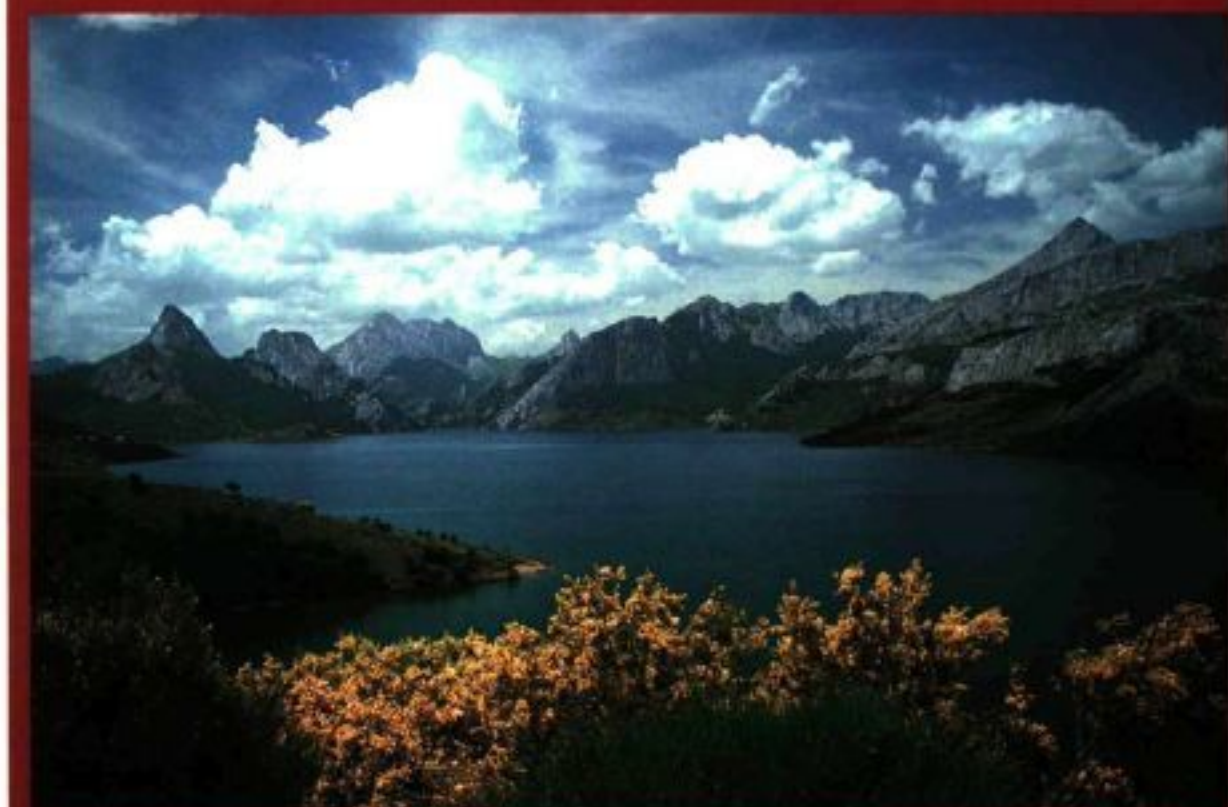
En sus premisas fundamentales, la Carta reconoce cómo *"el alto grado de naturalidad y diversidad aún presente en las montañas españolas; la calidad, belleza, exclusividad y significado cultural de los múltiples paisajes de sus valles y cumbres; la originalidad y funcionalidad de sus ecosistemas y el rico legado histórico que encierran sus culturas, representan en su estado de integridad, y en el contexto nacional, europeo y supranacional, el principal activo económico para los pobladores de las montañas y un auténtico valor en alza para el conjunto de la sociedad"* y, por lo tanto, *"garantizar el estado de integridad y naturalidad de las montañas españolas debe constituir la principal prioridad y el objetivo básico de toda política de montaña"*.

En su estado actual, el borrador de la Carta de las Montañas recoge dieciocho puntos, estructurados en los tres ejes fundamentales que se explican a continuación:

- 1) Conservación prioritaria del patrimonio natural y cultural, rehabilitación de los paisajes y espacios degradados y recuperación del legado cultural, en el entendimiento de que todos los valores naturales y culturales del medio de montaña son exclusivos e irrepetibles, y su deterioro o destrucción son irreparables, significan una pérdida definitiva para la colectividad y van en detrimento espiritual, ético y moral de las generaciones presentes y venideras.
- 2) Puesta en valor del patrimonio, así preservado, como base fundamental para el desarrollo y el bienestar local, a través de la utilización equilibrada, sostenible y racional de los distintos recursos: agricultura, ganadería y sector forestal; pequeña industria sostenible; turismo responsable, desaconsejándose las formas intensivas y de alto impacto como las que se asocian a las estaciones de esquí; actividades innova-



■ Desfiladero del Cares



■ Embalse de Riaño

doras vinculadas a los recursos culturales, la docencia, la investigación, la rehabilitación del patrimonio cultural o la preservación del medio natural.

- 3) Contraprestaciones a la población local, en el respeto al principio de equidad social ante las desventajas naturales que impone la montaña a sus pobladores, así como en reconocimiento a los beneficios que todo el conjunto de la sociedad obtenemos de las montañas, a menudo como consecuencia de buenas prácticas y también de restricciones de usos por parte de sus pobladores. Dichas contraprestaciones –bajo la forma de un amplio abanico de mecanismos de apoyo estructural, promoción, indemnización, incentivación y compensación– deben reflejar la solidaridad social y estimular el liderazgo, el consenso y la participación local en todos los procesos de protección, planificación y gestión de las zonas de montaña.

Por último, nuestro borrador de la Carta de las Montañas incluía una propuesta de coordinación de criterios, voluntades, normativas y competencias políticas bajo la forma de un *Observatorio o Red de Apoyo para las Zonas de Montaña*, que en el ámbito estatal y en una primera fase debiera promover el diálogo conjunto y el debate técnico entre las administraciones territoriales, con objeto de unificar criterios para la creación de una política homogénea para las montañas españolas, así como estudiar los instrumentos normativos y financieros más adecuados.

En una segunda fase, se trataría de establecer una red territorial de centros de orientación técnica de ámbito autonómico o comarcal, cuya misión consistiría en favorecer las iniciativas locales para el desarrollo sostenible y de impulsarlas allá donde faltasen, utilizando técnicas de análisis y ordenación territorial así como de "facilitación social" para todos los procesos de participación y consecución de pactos operativos, aportando soluciones técnicas, ayuda administrativa, apoyo financiero y seguimiento de los procesos locales a través de descriptores adecuados, con objeto de conseguir una mejora permanente de dichos procesos.

Finalizado en la primavera de 2003 el trabajo del equipo redactor, el borrador de la Carta de las Montañas recibió –todavía en el "rebufo" del Año Internacional de las Montañas– elogios y parabienes, incluyendo el de documento modélico para el contexto de la Unión Europea. A lo largo del verano de 2003, el borrador fue sometido a una nueva ronda de participación pública, remitiéndose a más de doscientas direcciones de expertos, agentes sociales e instituciones implicadas, y recabando sólo ligeras puntualizaciones que no implicaron cambios sustanciales ni tampoco especiales críticas adversas.

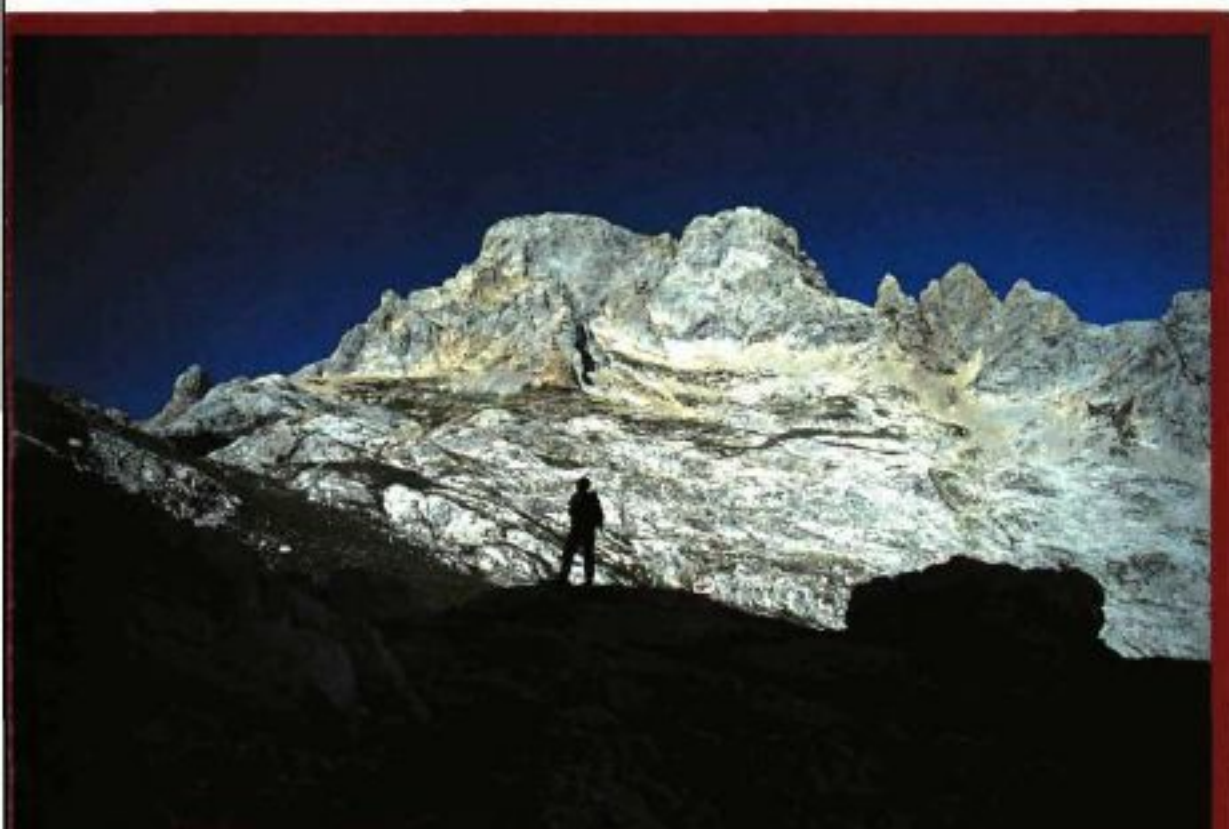
Finalizado en la primavera de 2003 el trabajo del equipo redactor, el borrador de la Carta de las Montañas recibió –todavía en el "rebufo" del Año Internacional de las Montañas– elogios y parabienes, incluyendo el de documento modélico para el contexto de la Unión Europea. A lo largo del verano de 2003, el borrador fue sometido a una nueva ronda de participación pública, remitiéndose a más de doscientas direcciones de expertos, agentes sociales e instituciones implicadas, y recabando sólo ligeras puntualizaciones que no implicaron cambios sustanciales ni tampoco especiales críticas adversas.

■ UN RETO PARA EL NUEVO GOBIERNO.

En el momento presente, finales de marzo de 2004, ya suficientemente alejado el *glamour* europeo del AIM, el interés del Ministerio de Medio Ambiente por las montañas ha vuelto a apagarse –no en vano, uno de los problemas diagnosticados en nuestro estudio ha sido una histórica desatención política hacia las montañas–. El borrador de la Carta de las Montañas ha permanecido durante muchos meses en algún cajón, y por algún motivo continúa pendiente el proceso de aprobación que debería convertir el borrador en documento de trabajo, e implicar en adelante una serie de compromisos y de obligaciones.

Sería fantástico que el gobierno recién elegido rompiera la tradición y se interesara genuinamente por el porvenir de las montañas españolas. Sería una gran noticia para quienes amamos las montañas, pero también debiera serlo para el resto de la colectividad, porque la salud y la integridad de las montañas beneficia a todo el mundo.

Sería fantástico pero sobre todo es urgente, porque las montañas españolas se encuentran, desgraciadamente, tan amenazadas por la codicia y la estupidez como lo estaban antes de que llegara, y se fuera, el Año Internacional de las Montañas. □



■ Neverón de Urriello



■ Sierra Nevada



Todas bien equipadas: la diferencia está en los detalles

Mari Espinosa

CADA vez más mujeres se incorporan a los deportes de montaña. Tanto a nivel profesional como aficionado, existe ya un segmento de mujeres escaladoras, montañeras y alpinistas, unidas por la misma pasión por las actividades al aire libre. En este artículo se repasan las claves para realizar una buena elección de material, para que todas y todos salgan a la montaña bien equipados.

Mari Espinosa trabaja desde hace varios años en un comercio especializado en ropa y material de montaña. A su experiencia como escaladora y alpinista, hay que añadir su afición a los viajes en bicicleta.



Cuando se realiza una actividad al aire libre, el equipamiento que se utiliza cobra gran importancia. Dependiendo de la época y del tipo de terreno, habrá que añadir un material técnico adecuado. Sin embargo, las chicas no siempre disponen del equipo necesario para la actividad que realizan. En unos casos es cuestión de presupuesto, y en otros, de falta de información.

■ Poca oferta, poca variedad

Es una pura cuestión física. El cuerpo de la mujer es diferente al del hombre. Hasta hace bien poco, no se encontraban botas o chaquetas técnicas de tallas pequeñas ¿Por qué? Faltaba demanda.

A medida que se vende más ropa de mujer y de niño, las colecciones aumentan, y los catálogos son más extensos. Con todo, existen todavía carencias en algunos artículos.

Muchas veces la mujer se ve en la obligación de completar su equipo con prendas o material diseñadas para hombres.

Por último, hay un desconocimiento importante de los clientes sobre esta materia. En ocasiones no se compran artículos específicos porque se ignora su existencia. No hay que esperar a que los fabricantes se arriesguen demasiado en su producción, así que es una labor de todos hacer uso de prendas específicas. El consumidor es un punto de referencia importante para los fabricantes.

■ ¿CÓMO SE DISEÑA UNA COLECCIÓN DE MONTAÑA PARA MUJER?

Para la redacción de este apartado, se ha consultado con dos fabricantes nacionales de prestigio. Estas son sus respuestas.

- El equipo de diseño está compuesto por mujeres, que interpretan y analizan las opiniones de clientes, tiendas especializadas y patrocinados/as.
- Las tendencias de moda en Europa y Norteamérica son algo distintas. En la Feria de material deportivo de Munich es donde se ven las novedades y tendencias de cada temporada.
- Se evitan los colores fuertes y se apuesta por los colores suaves y cálidos.
- El corte y forma de las piezas presenta notables diferencias. La más importante: hombros más estrechos y caderas más anchas.

A continuación se presentan las claves para elegir ropa de montaña y material con diseños adaptados a las características de las mujeres. En concreto, se revisarán los siguientes artículos:

- Camisetas térmicas
- Forros polares
- Chaquetas impermeables
- Mochilas
- Botas y zapatillas

■ CAMISETA TÉRMICA

Las prendas térmicas han pasado de ser desconocidas, a ser imprescindibles para todo tipo de actividades como *running*, bicicleta, esquí, montaña, etc. Incluso personas cuyo trabajo les impone una exposición al frío o al aire libre, hacen ya uso corriente de ellas (jardineros, pescaderos, entrenadores, etc).

Los tejidos sintéticos como el Coolmax y el Powerdry poseen una extraordinaria capacidad de evacuar sudor, manteniendo la



piel seca. No aportan aislamiento térmico extra, por lo que su uso es ideal para actividades aeróbicas o en ambientes cálidos.

El Thermastat, Termic, Textrem y otras fibras de poliéster expulsan la humedad y mantienen el calor del cuerpo. Su uso es preferencial en época invernal.

El grosor de la prenda irá determinada por el tipo de uso. Existen tres tipos: base, media y expedición.

Las marcas tradicionales de camisetas térmicas son Odlo, Duo-fold, Helly Hansen. No obstante, en estos momentos, casi todas las marcas de material de montaña disponen en sus catálogos de este artículo.

A tener en cuenta:

- Este tipo de prendas se llevan ceñidas al cuerpo.
- No es lo mismo una talla "S" de hombre que de mujer.
- Los tallajes no son universales. Podemos usar una "S" de Odlo y una "M" de Helly Hansen.
- Las tallas son distintos según el país donde se fabrica la prenda. Esta tabla puede orientarnos en este complicado mundo.

| Comparativa de Tallas | | | | | |
|-----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| ESCALA | XS | S | M | L | XL |
| EUROPEA | 34/36 | 36/38 | 38/40 | 40/42 | 42/44 |
| ITALIA | 38/40 | 40/40 | 42/44 | 44/46 | 46/50 |
| USA | 2 | 4/6 | 8/10 | 12 | 14 |
| GB/UK | 31/32 | 32/34 | 34/37 | 37/40 | 40/43 |

UN FORRO POLAR

- Los porcentajes de grasa y el metabolismo individual juegan un papel importante en la tolerancia al frío.
- En los modelos para mujer, el diseño se presenta entallado y el gramaje es decisivo, ya que en principio, los cuerpos pequeños se enfrían antes que los grandes.
- En general, se utilizarán grosores finos para uso interior medios para actividades técnicas y gruesos para aquellas personas que sufren más el frío.
- Los nuevos forros tipo Soft Shell (membrana elástica + exterior de poliamida) representan la más moderna alternativa para terrenos con agua y viento. Están disponibles ya en versiones para chica.



PANTALÓN TÉCNICO

- El tiro es más corto y el corte es más ancho en las caderas.
- Los refuerzos en las rodillas, y las rodillas preformadas potencian la movilidad frontal y protegen de rozaduras y desgarros.



- Un guete interior evitará la entrada de nieve
- Imprescindibles las cremalleras laterales para ponérselos sin descalzarse.
- Los poliamidas de alta tenacidad como Cordura Supplex y Textrong dan estas prestaciones y además secan bastante rápido.
- Uno de los tejidos más valorados en este apartado es el suizo Schoeller, que posee distintos modelos de tejidos mezclados con kevlar cordura.

CHAQUETA DE MONTAÑA

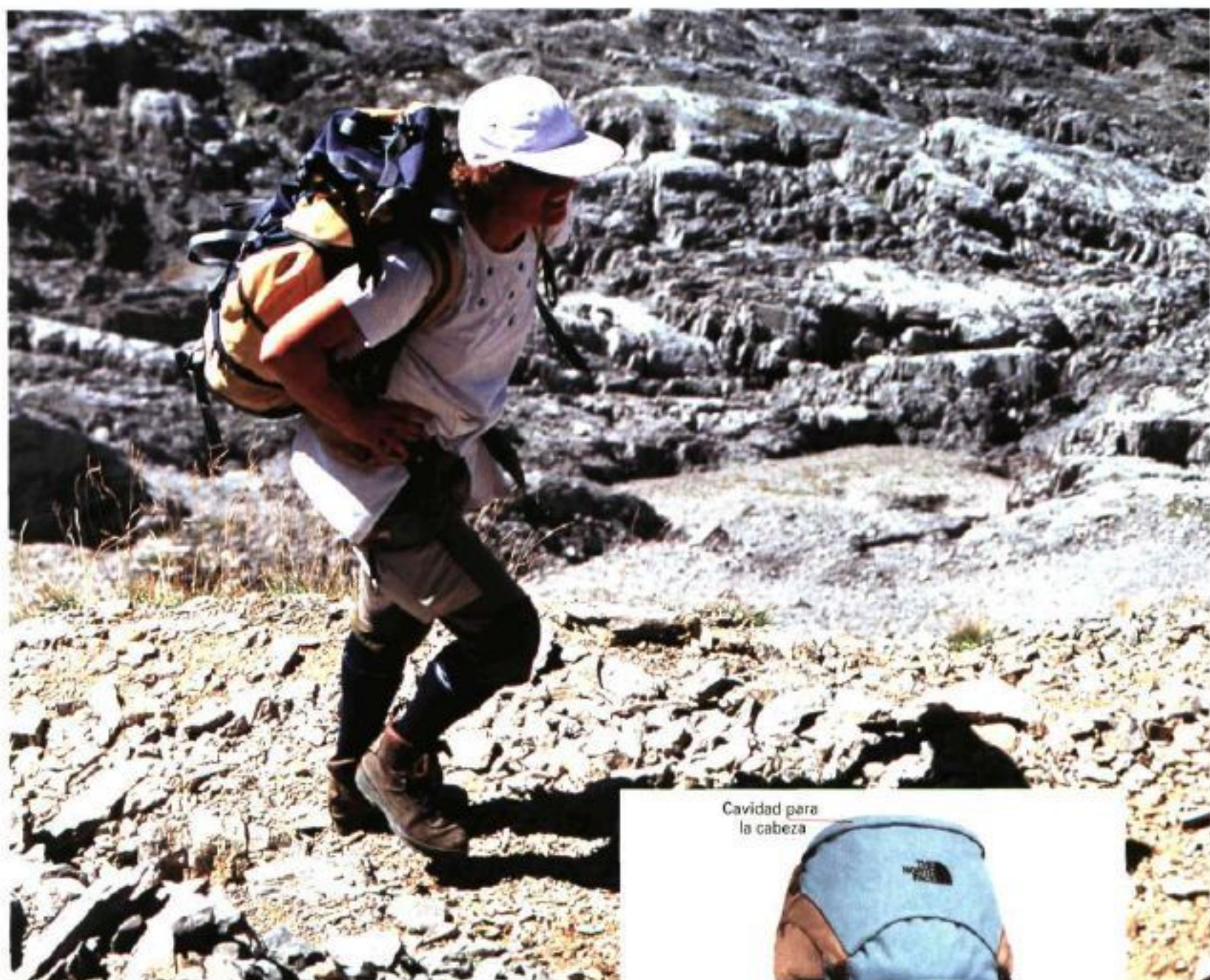
Tanto para hombres como para mujeres, habrá que tener en cuenta las prestaciones técnicas (capucha ergonómica, costuras termoselladas y ventilaciones en las axilas). En cuanto a la elección del tejido, éste irá en función de los objetivos.

- Para escalar en roca existen modelos de impermeables ligeros, de 250 a 500 gramos de peso, con buena columna de agua, que abultan muy poco en la mochila.
- Para practicar alpinismo invernal, es mejor optar por prendas con tejido ripstop de alta resistencia a la abrasión, o versiones de tres capas. De esta manera aguantarán mejor los daños provocados en la prenda por piedras o ramas.
- El diseño para mujer debe ser más entallado, ligeramente acampanado en la zona de las caderas, con el objetivo de conseguir un mayor ajuste sin restringir la movilidad.
- La distancia entre axilas y muñecas es más corta. Los tiradores y velcros deberán ajustar bien en la zona de los puños.

| Comparativa de tallaje Mujer-Hombre | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|---------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--|
| TALLAS MUJER | | | | | TALLAS HOMBRE | | | | |
| MUJER | XS | S | M | L | HOMBRE | S | M | L | |
| Cuello | 33 cm | 34,3 cm | 35,6 cm | 36,6 cm | Cuello | 36,5-36,8 cm | 38,1-39,4 cm | 40,6-41,9 cm | |
| Pecho | 81,3 cm | 82,6-88,9 cm | 96,5-100,3 cm | 96,5-100,3 cm | Pecho | 97 cm | 104,1 cm | 111,8 cm | |
| Cintura | 62,2 cm | 63,5-67,3 cm | 76,2-80 cm | 76,2-80 cm | Cintura | 71,1-76,2 cm | 81,3-86,4 cm | 91,4-96,5 cm | |
| Cadera | 87,6 cm | 90,2-94 cm | 101,6-105,4 cm | 101,6-105,4 cm | Cadera | 94 cm | 101,6 cm | 109,2 cm | |

(*) Comparativa realizada sobre una chaqueta de mujer y otra de hombre de la marca The North Face

| Selección de Chaquetas con diseño específico para mujeres | | | | | | |
|---|---------------|------------|----------|-----------|----------|---|
| MARCA | MODELO | SENDERISMO | TREKKING | ALPINISMO | ESCALADA | CARACTERÍSTICAS |
| | Nieve | ▲ | ▲ | | | Exterior Titanium Omni-Tech |
| | Mountain JKT | | | ▲ | ▲ | 2 capas Goretex XCR |
| | Irati | | ▲ | ▲ | | 2 capas Goretex XCR |
| | Tempest Woman | | | | ▲ | Exterior ripstop. Muy ligera. Conduit. Se recoge en un bolsillo |



Cavidad para la cabeza



Presillas dobles para hacha de hielo

Bolsillo frontal para herramientas











Compartimento para el saco de dormir

■ MOCHILA

- La espalda es más corta, el cinturón lumbar es más angulado y estrecho. Las hombreras van más juntas.
- Los sistemas de tensores frontales se ubican más arriba para no oprimir el pecho.
- Estos detalles contribuirán a un mayor confort, y a repartir mejor el peso de la mochila.



Selección de Mochilas con diseño específico para mujeres

| MARCA | MODELO | CAPACIDAD | TREKKING | ALTA MONTAÑA | ALPINISMO O EXPEDICIÓN |
|---|---------------------|--------------------|---|---|---|
|  | AIR CONTACT LADY | 40+10 L 50+10 L |  |  | |
|  | AKAMAS LADY | 60+10 L | |  |  |
|  | RANDO | 55 L |  | | |
|  | BADLANOS | 65 L |  | | |



FOTOS: SANTIAGO YANEZ

Tallas de mujer para calzado

| USA | UK | EURO | MEDIDA EN CENTÍMETROS |
|--------|-------|--------|-----------------------|
| 5 | 3 1/2 | 36 1/3 | 22,5 |
| 5 1/2 | 4 | 36 2/3 | 23 |
| 6 | 4 1/2 | 37 1/3 | 23,5 |
| 6 1/2 | 5 | 38 | 24 |
| 7 | 5 1/2 | 38 2/3 | 24,5 |
| 7 1/2 | 6 | 39 1/3 | 25 |
| 8 | 6 1/2 | 40 | 25,5 |
| 8 1/2 | 7 | 40 2/3 | 26 |
| 9 | 7 1/2 | 41 1/3 | 26,5 |
| 9 1/2 | 8 | 42 | 27 |
| 10 | 8 1/2 | 42 1/2 | 27,5 |
| 10 1/2 | 9 | 43 1/3 | 28 |
| 11 | 9 1/2 | 43 2/3 | 28,5 |

Encontrar el número adecuado

Como ocurre en el tallaje de ropa, en el calzado también existen tres escalas de numeración, que suelen dar lugar a confusiones en cuanto a número de pie que se utiliza.

Además, al no existir correspondencia entre marcas, la única referencia objetiva es la longitud en centímetros. Es decir un 5 USA de una marca, no tiene porqué ser igual que un 5 USA de otra marca.

A continuación se adjuntan tablas que pueden ayudar a despejar algunas de las dudas más frecuentes sobre los números del calzado.

Por último, es necesario recordar que no existen unas botas o zapatillas para todos los terrenos. A continuación se muestra una selección, pero existen muchas más, que podrán adaptarse al tipo de actividad que se practique. □

■ BOTAS Y ZAPATILLAS DE MONTAÑA

Tanto para hombres como para mujeres, la elección del calzado de montaña no puede dejarse para el día antes de las vacaciones. Es preciso probarse varios números y modelos, y como nadie tiene los dos pies iguales, probarse ambas botas es siempre más que deseable.

Guía para medir correctamente el pie

- Coloca un folio en el suelo, junto a una pared.
- Sitúa el pie sobre el folio; con el talón lo más cerca posible a la pared.
- Con un lapicero, marca hasta donde te llegue el dedo más largo (Lápiz y papel deben permanecer en un ángulo de 90°).
- Con esa longitud, consulta la tabla de tallas de cada fabricante.
- Si estás eligiendo botas, añade como mínimo 10-13 mm para dejar espacio a los dedos. Si es una zapatilla, bastará con añadir 5-8 mm.
- Ten en cuenta el grosor del calcetín que acostumbras a llevar. Lo ideal es que el calzado quede como un guante, con espacio suficiente en la parte delantera para los dedos.
- La horma de una bota o zapatilla para mujer es un centímetro y medio más estrecha. El cuello de las botas es más bajo en la parte trasera.



| MARCA | TIPO DE CALZADO | MODELO | USO PREFERENTE |
|-------|-----------------|---------------|--------------------------|
| | SANDALIAS | TRAIL MEISTER | TREKKING |
| | SANDALIAS | MANA | TODOTERRENO |
| | ZAP-RUNNING | ELECTRIC PASS | ENTRENAMIENTO DE MONTAÑA |
| | ZAPATILLA | DAYSTAR | SENDERISMO Y TREKKING |
| | ZAPATILLA | SAWTOOTH | SENDERISMO Y TREKKING |
| | ZAPATILLA | PULSE | SENDERISMO Y TREKKING |
| | BOTAS | ASTRA LADY | TREKKING |
| | BOTAS | AFS FUSION 70 | TREKKING |
| | BOTAS | ATLAS LADY | BAJA Y MEDIA MONTAÑA |
| | BOTAS | EVOLUTION | ALTA MONTAÑA |

UMEEKIN NATUR INGURUNERA, BAINA... NOLA?

Ekhine Arretxe • Irantzu Ibañez

NOIZBAIT ume talde batekin (eskola taldea, aisialdiko taldea, mendi taldea...) natur ingurunera irteera bat antolatzea egokitu ezker, nondik hasi? Nora eraman? Nola joan? Zer egin? Horrelako mila galdera sortu ohi dira.

Ingurune naturala eremu oso egokia da umeen hezkuntza integrala bultzatzeko; normalean natura nahiko ezezaguna egiten zaien ingurunea da, baina era berean oso motibagarria eta aberasgarria eskein ditzakeen esperientzia berriengatik. Gure iritziz, ume talde batekin mendira joatea ez litzateke soilik leku batetik bestera eramatera mugatu behar, oso garrantzitsua izango da antolatzaile eta begiraleen eskuhartzea jarduerak dibertigarri, atsegin eta, era berean, hezigarriak izan daitezzen. Horretarako jarduera bera osatuko duten baliabide anitz erabil daiteke, besteak beste, inguruko animalia eta landaretza ezagutzea, lurretik bildutako harri edo hostoekin eskulanak egitea, inguruneak eskaintzen dituen baliabideak probestuz jolasak egitea, inguruko artisautza eta kulturaren berri ematea, e.a.

Beraz, gure esperientzia eta bizipenetan oinarrituz, hainbat ideia orokor eta ohar garrantzitsu eman nahi dugu mota honetako irteeren antolaketa bideratzeko. Hala ere, existitzen den bibliografia oso zabala izan ez arren, egon badaude ideiak hartzen lagunduko dizuen liburu, aldizkari, e.a.

Ekhine Arretxe es licenciada en IVEF e Irantzu Ibañez es miembro de la Escuela Vasca de Alta Montaña.



ENTZIA

● **IRTEERA BATEN ANTOLAKUNTZARAKO 10 OHAR**

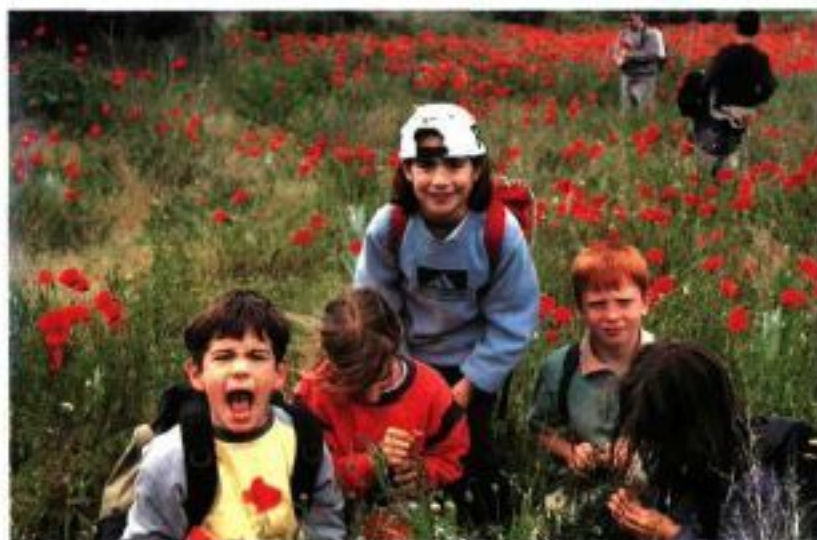
- 1.- Partaideen adina eta ezaugarriak kontutan hartu: Ume txikientzat jarduera asko moldatu egin beharko dira eta beste batzuk ezingo dituzte burutu; era berean, joko eta jolasak erabili beharko dira asper ez daitezten. Beraz, gomendagarria da aurrez prestatuak edukitzea. Nagusiagoekin, aldiz, ekintzaren ezaugarri teknikoak nahikoak izan ohi dira beraien motibazioa mantentzeko.
- 2.- Partaide kopurua: Ez da gomendagarria jarduerak talde handiekin burutzea, antolaketa eta azpiegitura arazoak sor baitaitezke. Begirale kopurua ere partaideen arabera izango da.
- 3.- Partaideen datu pertsonalak: Irteera antolatu eta surrera eramateko orduan datu pertsonal zenbait oso erabilgarriak izango dira, besteak beste, adina, telefono zenbakia, osasunari buruzko datuak, e.a.
- 4.- Jarduera mota: Honen ezaugarri teknikoak, materiala, begirale kopurua, aurrekontua eta beste hainbat faktore mugatuko ditu. Adibidez, ez da berdina Gorbeiatik mendibuelta bat ematea edo Lintzara iraupen eskia egitera eramatea.
- 5.- Jardueraren iraupena: Egun erdikoa, egun batekoa, pare bat egunetako, aste batekoa...Honen arabera lo egiteko lekua, janaria, garraioa, etab. alde zurretik zehaztu beharko da.
- 6.- Urtaroa eta eguraldia: Urtaro bakoitzak jarduera bat edo beste egiteko baldintza hobeak eskainiko ditu; eguraldiaren aldaerek ere ekintza alternatiboak prest edukitzera bultzatuko gaitu.
- 7.- Lekua: Burutu nahi den jardueraren arabera, leku batek edo besteak baliabide eta aukera ezberdinak eskainiko ditu. Dena den, leku batzutarat (parke naturalak edo erretserba naturalak, ingurune babestuak...) taldeekin joateko batzutan baimen bereziak behar izaten dira, beraz, hauen inguruko informazioa lortu beharko da.
- 8.- Aurrekontua: Diru kopuruak, hainbatetan bezala, faktore asko baldintzatuko ditu, horregatik ondo baloratu beharko dira

alternatiba guztiak (jardueran, garraioan, lekuan...) irteera ahalik eta eskuragarrien izan dadin.

- 9.- Garraioa : Ume kopuruaren eta aurrekontuaren arabera zehaztuko dugu, aukera ezberdinen artean erabakiz (garraio publiko edo pribatua, gurasoen laguntza, e.a.).
- 10.- Materiala: Ekintza berak zehaztuko du beharra, beraz materiala lortzeko daukagun aukera edo baliabideen arabera egin ahal izango dugu irteera. Material hori iturri ezberdinetatik lor daiteke: kirol elkarteak, denbora libreko tadeak, mendi taldeak, alokairu dendak, e.a.

● **MOTXILAN ERAMAN BEHARREKO 10 GAUZA**

- 1.- Natur ingurunean ibiltzeko arropa eta oinetako egokiak
- 2.- Xira edo berokia
- 3.- Jertsea edo forro polarra
- 4.- Aldatzeko arropa eta oinetakoak



MONCAYO

- 5.- Txanoa
- 6.- Eskularruak
- 7.- Eguzkirako krema
- 8.- Janaria
- 9.- Kantinplora
- 10.- Gizarte segurantzako mediku txartelaren fotokopia eta txertoen kartila

**Jarduera, urtaroa eta eguraldiaren arabera aldagaiak egongo dira goian aipatu zerrendan*

● OINARRIZKO SEGURTASUNERAKO 10 ARAU

- 1.- Oinarrizko botikina eraman
- 2.- Telefono mugikorra : nahiz eta telefonoak eraman, laguntza eskatzeko inguruko lekuak aldeztatik aurreratu
- 3.- Gurasoekin kontaktuan jartzeko telefono zenbakiak eraman
- 4.- Eguraldiaren iragarpena begiratu eta inguruan aterpe erabilgarri bat edukitzean saiatu; era berean, ekintza alternatiboak prest eduki.
- 5.- Jardueraren arabera ume eta begirale kopuruen arteko erlazio egokia
- 6.- Ibilbidean egon daitezkeen arrisku lekuak kontrolatu eta ondo babestu.
- 7.- Umeei eman beharreko segurtasun oharrak: taldetik ez urrundu ezer esan gabe; galduz gero, leku batean geldirik egon begiralea bere bila joan arte; ontto eta fruitu ezezagunak ez jan, kutsadura ekiditeko; arriskutsuak izan daitezkeen animalietara ez hurbildu (sugeak, erlauntzak, zezenak...).



RINCÓN DE BELAGOA

- 8.- Taldearen aurrealdean eta atzekaldean gutxienez begirale bana egongo da.
- 9.- Umeen noizbehinkako kontaktak egin.
- 10.- Begiraleek jardueraren arabera esperientzia, prestaketa edota titulazioa eduki beharko dute.

● NATUR INGURUNEAREN ERRESPECTURAKO 10 ARAU

- 1.- Ez bota zaborrik lurrrera eta hala gertatuz gero, denek artean jasatu.
- 2.- Animalia eta landareak errespetatu.
- 3.- Surik ez egin
- 4.- Bide eta bidezidorrak erabili, hauetatik kanpo ibiltzea ekidinez.



URBASA



- 5.- Ibai eta errekek errespetatu, hauetara inolako zabor eta sustantziarik bota gabe
- 6.- Ingurunea ahalik eta gutxien eraldatzen saiatu
- 7.- Oihu eta zarata handiak ekidin
- 8.- Langarik zeharkatuz gero, aurkitutako modu berean utzi.
- 9.- Landutako lurretan ez sartu
- 10.- Bertako biztanleak (nekazariak, artzaiak...) eta ohiturak errespetatu.

● 10 JARDUERA

Natur ingurunean egiten diren jardueren artean aukera zabala dago; nahiz eta antolatzaileek gaitasun tekniko nahikorik ez eduki, ekintzaren ardura begirale edota enpresa espezializatuen esku utz daiteke.

- 1.- Mendi ibilaldiak
- 2.- Orientazioa
- 3.- Espeleologia
- 4.- Eskalada
- 5.- Piraguismoa
- 6.- Mendiko txirringa
- 7.- Eskia eta elur-jarduerak
- 8.- Kanpaketak
- 9.- Zaldiketa
- 10.- Kainoi jeitsiera

Gure ustez jarduera fisiko hauek beste mota bateko ekintzekin osatu beharko lirateke, umeez ezagutza eta esperientzia maila handiago bat lor dezaten, besteak beste: meteorologia, astronomia, lekuko landaretza, animalia, mitologia, artisautza, tradizio kultural eta abarren inguruko ezagutza ekintza eta tailerrak.

● JARDUERAK GAUZATZEKO 10 LEKU

Gure gomendio nagusia bizilekutik gertuen dauzkazuen natur inguruneak probestea da, hala ere ondorengo lekuak sipatu beharra daukagu haien natur aberastasun eta edertasun bereziagatik eta jarduera ezberdinak egiteko eskaintzen duten aukeragatik.

- 1.- Urbasa: Batez ere espeleologia, orientazioa, mendi ibilaldiak, mendiko txirringa...



- 2.- Urdaibai eta Oma-ko bailara: ur-ekintzak, mendi ibilaldiak...
- 3.- Urkiolako Parke Naturala: eskalada, mendi ibilaldiak...
- 4.- Bardeak: mendiko txirringa, orientazioa, geologiaren ezagutza tailerrak...
- 5.- Belagoa: eskia, kainoi jeitsierak, zeharkaldiak, kanpaketak...
- 6.- Valderejo Parke Naturala: ibilbide ekologikoak, txorien behaketa, zaidiketa...
- 7.- Gorbeia Parke Naturala: espeleologia, ibilbide ekologikoak...
- 8.- Holtzarte eta Kakueta ezarriak: ibilbideak, geologiaren ezagutza tailerrak, landaretzaren ezagutza...
- 9.- Aizkorri eta Urbiako zelaiak: historiaurreko monumentuen ezagutza, ibilaldiak, kanpaketak...
- 10.- Aiako Harria Parke Naturala: ibilaldi ekologikoak, eskalada...

● 10 LIBURU INTERESGARRI

- 1.- HÉOMET, B. *Actividades en la naturaleza*. Hogar del Libro: Barcelona (1986).
- 2.- PINOS QUILEZ, M. *Actividades y juegos de educación física en la naturaleza*. Editorial Gymnos: Madrid (1997).
- 3.- SANTIUSTE BLAZQUEZ, Y; VILLALOBOS JUAN, E. *Juegos en el medio natural*. Pila Teleña: Madrid (1999).
- 4.- HAMILTON, L. *Los niños y la naturaleza*. Paidós: Barcelona (1999).



CARRASCAL

- 5.- WINTER, S. *Eskalada deportiva con niños y adolescentes*. Ed Desnivel.
- 6.- BEUROUJON. *Fichero de juegos de escalada*. Inde: Barcelona (1999).
- 7.- COSTA. *Orientación en la naturaleza. Manual básico de iniciación*.
- 8.- TELLAGORRI, M; ITXINA, E. *Rutas y paseos por parajes naturales de Euskal Herria*. Sua edizioak: Bilbo (1999).
- 9.- AGIRRESAROBÉ, A. *Escapadas por las montañas de Euskal Herria*. Antza: Lasarte-Oria (1999).
- 10.- Aldizkariak: Pyrenaica, Euskal Herria, Desnivel, Turismo y aventura, Grandes Espacios, Pirineos, Apunts (Dossier: Las actividades físicas en la naturaleza. Nº 41, Julio 1995), e.a.

RESUMEN

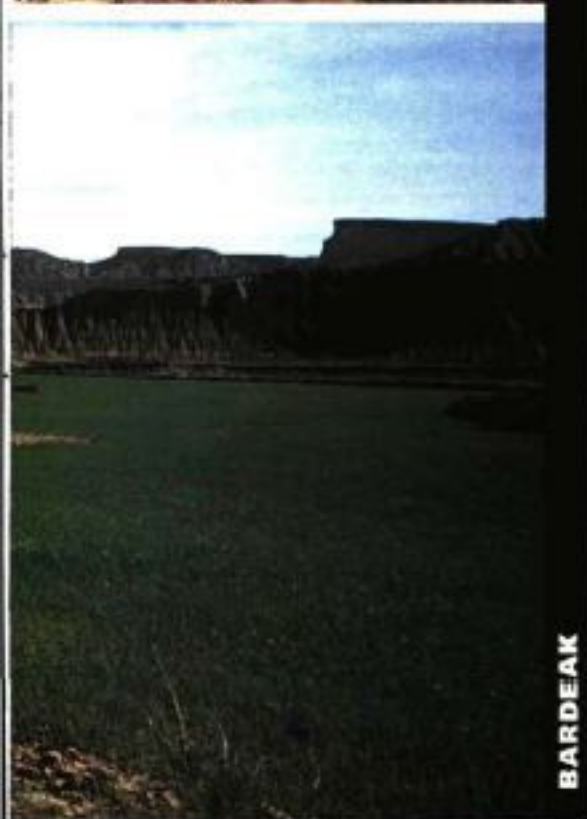
Salidas al monte con niños, pero ... ¿cómo?

HE aquí una selección de puntos, fruto de la formación y de la experiencia de las dos autoras, sobre cómo organizar excursiones al monte con grupos de niños. Se trata de conseguir salidas que sean instructivas, pero sobre todo que sean divertidas y, desde luego, seguras. Se presentan en forma de una serie de decálogos de consejos: de equipo a llevar en la mochila, de medidas de seguridad, de normas de respeto a la naturaleza, de tipos de actividades, de literatura básica e incluso la sugerencia de diez sitios recomendables para pasear en Euskadi. □



ANGAZURRIK DEUNE ARRETZE

EBROKO BAZTERRAK



BARDEAK

Nekane Madariaga

AUNQUE LAS MUJERES NO ENTIENDAN LOS MAPAS...

EN QUÉ CONSISTE UNA PRUEBA DE ORIENTACIÓN



■ "Legionis Biscaliae et Guipiscoae Typus" Amsterdam, 1606
(Archivo Dip F Bizkaia)



Las carreras de orientación son una de las disciplinas menos conocidas de los deportes de montaña. Caminar o correr hacia un objetivo marcado con antelación, navegando entre los accidentes del terreno, es el componente básico de esta actividad. En opinión de la autora del artículo, las herramientas necesarias para su práctica son MAPA, BRUJULA, UNA TARJETA DE CONTROL, BALIZAS, SERENIDAD Y CIERTO GRADO DE HUMILDAD

Nekane Madariaga vive con su familia en Mungia y trabaja en la Diputación Foral de Bizkaia. Es miembro del Club de Orientación BIDEA, de Bilbao y practica Carreras de Montaña

■ LOS MAPAS DE CARRERA

Es sin duda la herramienta principal de las carreras de orientación. Los mapas utilizados en las carreras de orientación han evolucionado de forma importante en los últimos cincuenta años. En los años cuarenta, en Escandinavia, se usaban mapas gubernamentales a escala 1:50.000 (1cm = 500m), en blanco y negro y sin curvas de nivel para mostrar las formas del terreno.

Hoy en día la mayoría de pruebas son celebradas en mapas de cinco colores, con curvas de nivel con una equidistancia de cinco metros y una escala de 1:10.000 ó 1:15.000.

Pero la historia de la cartografía no comienza hace cincuenta años, sino que nos podemos remontar hasta algún momento del siglo XII y estuvo ligada a la generalización del uso de la brújula. En el siglo XIV las cartas tenían como objetivo principal el mundo de la navegación. Por esta razón, sólo se representaba el litoral costero con algún detalle del interior, como riscos y montes que pudieran servir de referencia a los navegantes, que no perdían nunca de vista la costa en sus navegaciones. Estos mapas, mucho más esquemáticos e incluso en algunos casos ingenuos, nos hacen reflexionar sobre lo complejo que tenía que ser moverse por el mundo y poder llegar a los puntos de destino.

La distancia que separa aquellos mapas de los actuales es abismal; mientras que con un mapa actual es fácil hacerse una imagen bastante fidedigna de la realidad, con un mapa antiguo, la habilidad del viajero o navegante jugaba un papel muy importante.

Los mapas actuales han perdido el encanto y el componente artístico pero han ganado en rigor y precisión.

■ LA IMPORTANCIA DE LA BRÚJULA

Gracias a la brújula, que los árabes importaron del Extremo Oriente, la cartografía experimentó un importante progreso en el siglo XIII. Hoy, este instrumento es básicamente el mismo, con variaciones y elementos adicionales (lupa, cuerda, escalas... etc). Su funcionamiento es igual pero los materiales, precisión y comodidad han crecido considerablemente.

La brújula es el único instrumento de navegación legal que puede ser usado en orientación. Los altímetros y los sistemas GPS están expresamente prohibidos. Se dice que estos últimos serían ayudas muy útiles en las carreras de orientación, pero se pierde demasiado tiempo en su manejo.

Hace poco leí en internet que a un orientador "corriente" se le preguntó si sería posible derrotar al campeón nacional sueco usando un GPS en una carrera. La respuesta fue: "Yo le esperaría en el primer control y usaría el GPS para golpearle la cabeza y dejarle K.O. Esa sería la única manera de derrotarle". Esto nos indica que la tecnología, a pesar de su poder, no puede sustituir a la habilidad básica de navegar.

Las brújulas disponen de un limbo con un líquido en su interior que estabiliza el movimiento de la aguja y permite utilizar ésta en movimiento. La aguja de la brújula está pintada en dos colores. Suponiendo que ésta se encuentra en posición horizontal respecto al suelo, la parte roja de la aguja señala al norte y la parte blanca o de otro color señala hacia el sur.

Existen brújulas para el hemisferio norte y brújulas para el hemisferio sur. Esto tiene que ver con la parte del mundo en que vivas.



■ Salida de la carrera en Barazar

● Los orientadores técnicos usamos dos tipos de brújula:

● La brújula de plataforma transparente

Fue inventada por los hermanos Kjellstrom durante la II Guerra Mundial y consiste en una base rectangular en la que está pintada una flecha roja sobre el eje central, una serie de líneas paralelas y un limbo móvil, en cuyo centro está marcada una flecha y líneas paralelas a esta. Elementos adicionales son un cordón para sujetarla a la mano, una escala sobre uno o varios filos de la base para medir distancias en el mapa, una lupa para leer bien los detalles del mapa y plantillas, (círculos y triángulo) para diseñar carreras de orientación en el mapa.

● La brújula de dedo

A mediados de los años 80, un orientador sueco de categoría Elite desarrolló una alternativa a la brújula de plataforma, modificando ésta y añadiendo una correa para asir la brújula al dedo gordo de la mano izquierda o derecha, que a su vez se coloca encima del mapa.

Las ventajas de este sistema son que el mapa y la brújula se leen como una unidad, el mapa se orienta más rápido y fácil y una mano queda libre. La desventaja, si se puede decir esto, es que correr de forma precisa a rumbo es más difícil. Las preferencias personales determinan el tipo de brújula a utilizar. Los campeones del mundo han sido ganadores usando ambos tipos.

■ TARJETAS DE CONTROL Y BALIZAS

Los puntos de control del mapa se traducen en el terreno en balizas. Estas balizas son normalmente de tela de color naranja y blanco. Junto a ellas se encuentra una pinza de mano con la que se hará una marca en la tarjeta de control.

■ SERENIDAD Y CIERTO GRADO DE HUMILDAD

Serenidad para poder ver e interpretar el mapa con claridad, y cierto grado de humildad para no obcecarse con tu situación en el terreno (estoy aquí y la baliza debería de estar aquí... pero no está).

Cuando esto ocurre, nunca estás donde crees estar y la baliza sí está donde debería estar. Es en estos momentos cuando la humildad cobra un papel principal admitiendo que te has equivocado y

que lo mejor es volver atrás y reorientarte de nuevo, aunque pierdas un tiempo precioso. Se pierde más tiempo (y lo sé por experiencia propia) negándote a admitir que te has perdido.

■ LA PRUEBA DE ORIENTACIÓN EN SÍ

La mayoría de las pruebas de orientación consisten en una salida, una serie de controles que deben ser visitados en un orden preestablecido y una meta. Puede ser tan divertido como un paseo por el bosque o tan competitivo como un deporte reglado.

En el terreno, una baliza marca la localización exacta del punto de control que el orientador debe visitar. Para certificar la visita a un punto, el orientador usa una pinza de mano situada junto a la baliza con la que hará una marca en su tarjeta de control. Cada pinza hace una marca diferente.

Los participantes no ven el mapa previamente hasta un minuto antes de la salida. Los recorridos se dividen por categorías, y la dificultad y distancia de éstas, depende de la edad y nivel técnico de los participantes.

● Cómo interpretar el mapa de carrera

- La salida se señala con un triángulo,
- Los puntos de control se marcan con círculos unidos por líneas y numerados en el orden que deben ser visitados,
- La llegada, con dos círculos concéntricos.
- El círculo del punto de control está centrado sobre el elemento que debe ser encontrado. Este elemento característico está también definido en la descripción del control.

La mayoría de las pruebas de orientación usan salidas escalonadas para asegurar que cada orientador tenga la elección de hacer su propia navegación, pero existen otros formatos de pruebas, como son los relevos o aquellas en las que el orientador debe encontrar los controles en el orden que desee

La elección de la ruta es individual y las posibilidades desde un punto a otro pueden ser diversas, reflejándose en los tiempos de carrera de cada participante. La elección de la ruta y la habilidad para navegar por el terreno son la esencia de la orientación.



■ Recorridos en la sierra de Entzia

● Cómo elegir la ruta de orientación

Una vez que se han aprendido algunas técnicas básicas y normas de navegación, debería siempre ser posible encontrar el control (dando por hecho que el mapa es correcto). En cualquier caso, muchas de las variaciones de los tiempos individuales se deben a la elección de ruta de los corredores. Esto es particularmente cierto cuando la velocidad de carrera varía drásticamente en diferentes áreas del terreno. Algunas de estas normas que no se deben olvidar son:

- *Correr por un camino es más rápido que correr por el bosque.*
- *Las zonas pintadas en verde en el mapa implican vegetación espesa, lo que supone una carrera lenta.*

Otro factor condicionante para la navegación son los puntos fuertes de cada orientador. Uno puede correr muy rápido por un camino pero muy despacio por el bosque, mientras que otro no tiene mucha velocidad de carrera pero no disminuye su velocidad subiendo cuevas. La mejor ruta para un experto no será la misma que para un corredor de iniciación.

Todo esto determina que la elección de ruta entre dos controles puede tener varias "mejores" soluciones dependiendo del nivel del orientador. Pero además puede ser que los orientadores que no planifican con cuidado su ruta no den con la mejor solución posible de forma inmediata.

■ LA PRUEBA DE ORIENTACIÓN EN MÍ

- "Cinco, cuatro, tres, dos, uno... cuando quieras".
- "Hasta luego".

Así es como comienza una prueba de orientación y es, en ese preciso momento, cuando se realiza la transformación. Ya tienes tu mapa orientado, y lo has observado, o mejor dicho devorado en un minuto, que es el tiempo que tienes antes de la salida.

Dejas todo lo que te ata a la civilización a tu espalda y por delante te quedan un par de horas, quizás menos o quizá más, nunca se sabe, de total entrega, física y mental a la prueba.

Las sensaciones que se sienten se mezclan. Tienes miedo de perderte, que es probable que suceda y también tienes ganas de meterte en la prueba, de agudizar todos los sentidos y disfrutar del bosque. Digo disfrutar, porque aunque estés en una gran tensión, te tienes que concentrar tanto en las formas del terreno, de la vegetación, que llegas a sentir que formas parte de lo que te rodea, que eres otro elemento más dentro del bosque. No sientes que estorbas, sino todo lo contrario, es como si el bosque te dejara ver su verdadero yo.

Es una sensación que no se siente cuando se sale en compañía al monte o al campo; cuando sales con alguien compartes la belleza del entorno, el esfuerzo, disfrutas de la compañía, pero no es posible aislarse lo suficiente para sentir la esencia de lo que te rodea.

En el bosque estás solá, muy solá, pero esa soledad es precisamente la que te permite abrirte y sentir que a medida que te adentras más en el verde, en el rojo, en todos los colores, y cómo poco a poco el bosque te va engullendo y empiezas a percibir sus olores, su humedad, su calor o su frío, y se despiertan en ti, unos sentidos que a diario están dormidos.

Tu mayor miedo es perderte, algo que en la vida real es casi imposible que suceda, y en cambio en una prueba de orientación te puede ocurrir en tan solo cincuenta metros. Es una sensación, el miedo, que no se puede evitar sentir y a la vez hay que conseguir superarla para poder seguir con la prueba.

Comienzas a andar o correr "según como te lo tomes" y ves que vas reconociendo los signos y señales del mapa en el terreno.

Esto da una sensación de tranquilidad muy grande (voy bien), y te vas acercando a la primera baliza, "¿Qué número tenía la baliza?, ¿En que accidente del terreno estaba?" Vuelves a mirar la descripción de controles, memorizas y sigues corriendo, "ya tiene que estar cerca, detrás de esos árboles, habrá una vaguada, y ahí tiene que estar...", y de hecho, está. Se siente una gran satisfacción cuando se encuentra una baliza, te da mucha tranquilidad y vas ganando en seguridad para el resto de la prueba.

Vuelves a orientar el mapa y te diriges a la siguiente baliza, y así poco a poco las vas haciendo, pero cuando llevas tres o cuatro balizas y todo va bien, te comienzas a relajar un poco. Yo siempre me digo a mi misma, "no te confies, sigue atenta" pero muchas

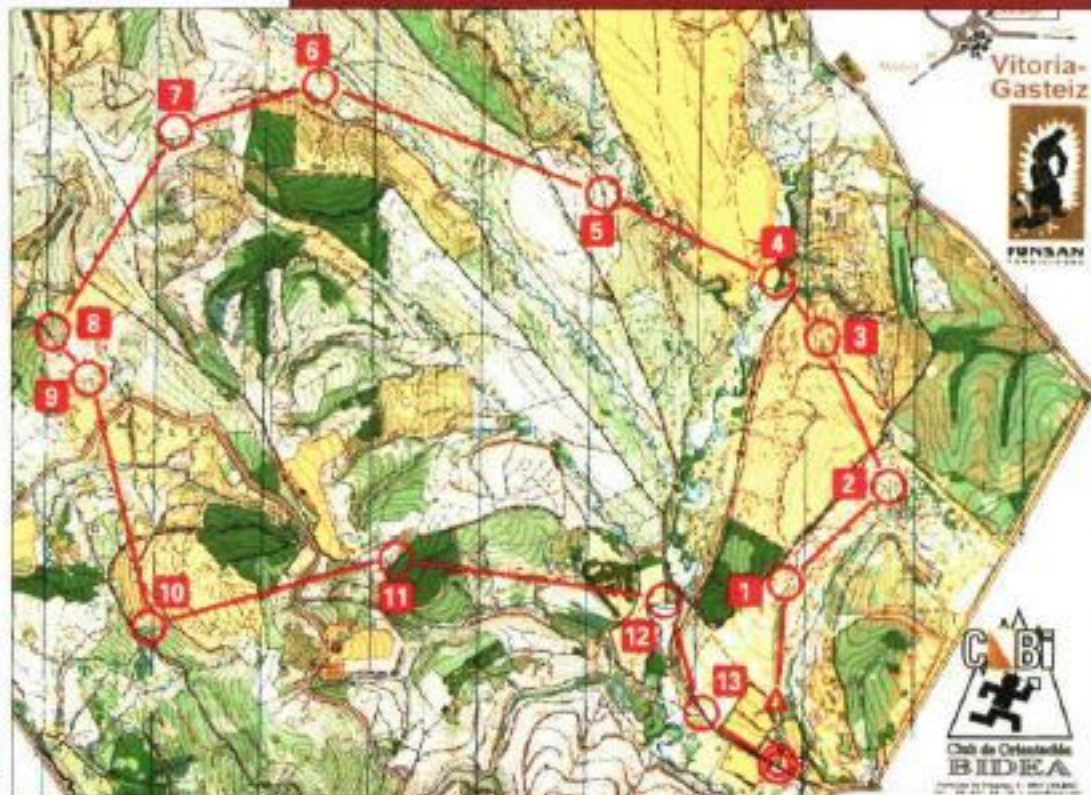
Si te pierdes, vuelves atrás, aunque pierdas tiempo. Retrocedes hasta saber donde estás en el mapa y vuelves a orientarte, pero ahora ya no vas tan relajada (primer toque de atención, no hay que perder la guardia nunca) y consigues llegar a la siguiente baliza y así, si todo va bien hasta la meta.

La última baliza siempre está cerca de la llegada y ahí si que ya te relajas totalmente y llegas a la meta. Entregas la tarjeta de control y tomas aliento porque el desgaste ha sido total. Recuperas fuerzas y ya más tranquilamente vuelves a mirar el mapa porque el despiste que has tenido sigue rondándote en la cabeza.

Vuelves a hacer la prueba mentalmente sobre el mapa, rehaces el camino que has seguido y ante ti aparecen nuevas posibilidades de ruta que en el momento de la prueba no eran tan claras "he ido por aquí pero si hubiese ido por ahí, quizá habría ido más rápido, bueno... tampoco ha estado tan mal" y sigues haciendo la prueba hasta el momento en que te perdiste, reconoces por donde fuiste la primera vez y te das cuenta del fallo. "En la baliza anterior a la pérdida apenas me paré a reorientar el mapa (demasiadas prisas) y me desvié un buen trozo (Lo raro es que no me haya desviado más en el rumbo, bastante suerte he tenido)".

Termino de reconstruir el recorrido mentalmente sobre el mapa y me siento más o menos satisfecha del resultado, pero sin duda me siento bien, muy bien, porque una vez más he sentido la magia del bosque, sentir que estás verdaderamente sola y la vez sentir que formas parte de él.

Percibir impresiones en calidad de formas, texturas, colores, temperaturas y sonidos, convirtiéndote en un receptor de sensaciones, en lugar de un simple observador, sentirte uno con la naturaleza. Eso es lo que yo siento en el bosque en una prueba de orientación. □



Mapa de carrera en Otxandiano

veces me ocurre, y es ahí en ese instante, en el que no prestas la misma atención y te terminas despistando, pero sin saberlo. Sigues interpretando lo que ves en el mapa con el terreno y todo parece coincidir "cuando pase esta zona de piedras aparecerá un claro y ahí tiene que estar" pero esta vez, no está. Ni el claro, ni la baliza, por supuesto.

Te inquietas y miras el mapa (todo parecía coincidir, pero sólo eso... parecía), miras alrededor, y vuelves a mirar el mapa para poder reconocer lo que estas viendo con lo que el mapa representa, pero lo que hace un minuto estaba clarísimo, ya no lo está tanto. "Será un poco más adelante..." y sigues andando, pero te vuelves a parar y vuelves a mirar el mapa, dudas, y por un momento no sabes si seguir adelante o volver atrás. Es ahora cuando te tienes que mantener serena, admitir que te has colado en algún punto y humildemente admitirlo.

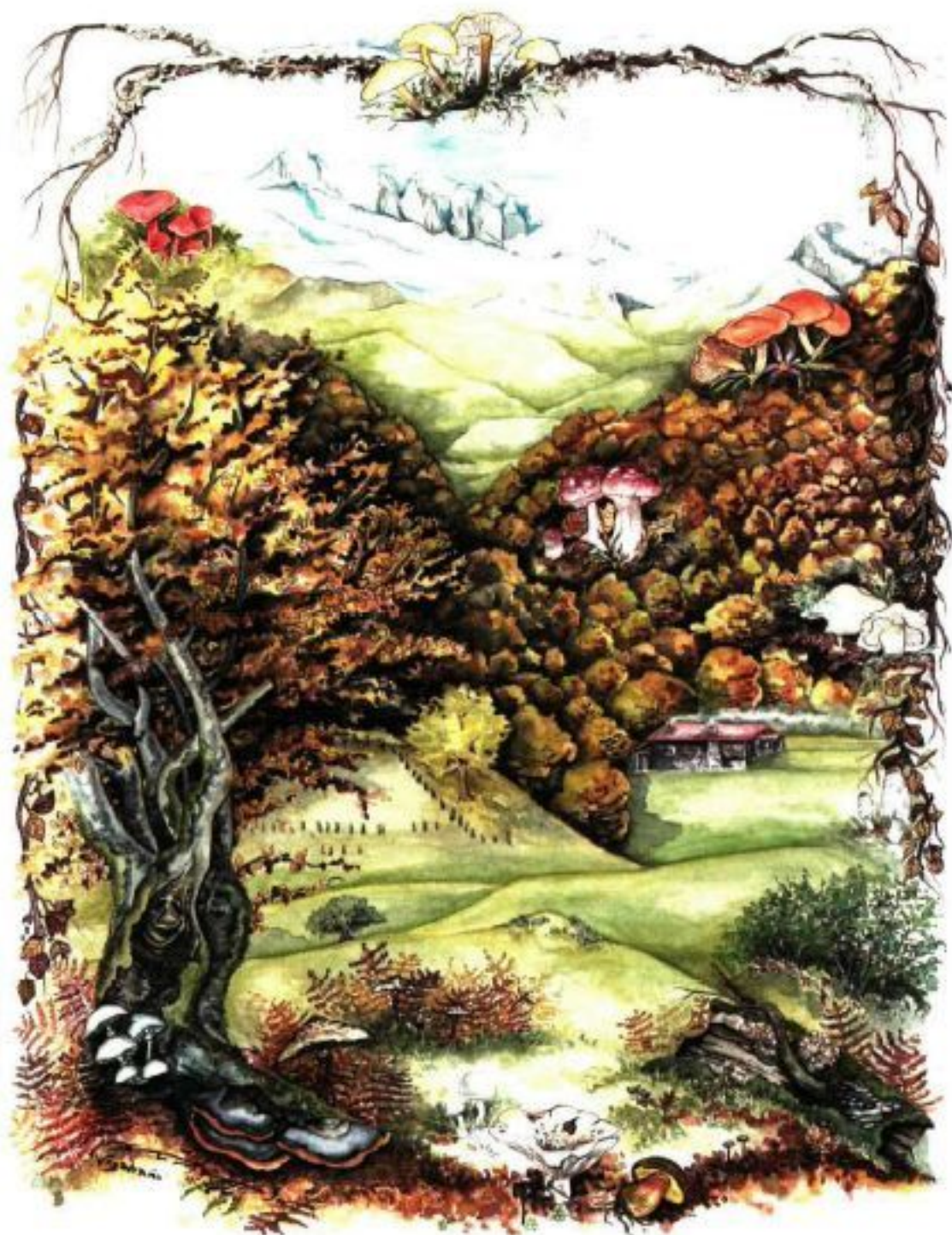
Bibliografía sobre orientación

- COSTA CANOVAS, P. J., GIMENEZ MARTINEZ, L. "Orientación en la naturaleza". Ed. ASEEF.
- EUSKAL ARKEOLOGI, ETNOGRAFIA ETA KONDAIRA MUSEOA. "Mapa bilduma, colección cartográfica".
- VV.AA. "La imagen del mundo. 500 años de cartografía". Ed. Instituto Geográfico Nacional.
- <http://www.o-velata.com>

Club Bidea: <http://www.rumboaventura.com/cobi/>. Tel. 944 414 879

LA VIDA DESDE EL REFUGIO DE VEGABAÑO

Nuria Ibáñez



■ Ilustración de Nuria Ibáñez, para el libro: Atlas fotográfico de los Hongos de la Península Ibérica. Editorial Celarayn (León).

JAMÁS se puede llegar a sentir monótona tanta belleza. Cada día es diferente, la naturaleza estalla a cada momento, su silencio está lleno de cánticos... el viento, la lluvia, las aves, el arroyo. Sólo cuando nieva el silencio es absoluto. Entonces te acuna, te cobija, te abre los sentidos... Del refugio de Vegabaño parten grandes caminos y pequeños senderos, todos ellos te llevarán a lugares hermosos, a enamorarte del bosque, de la peña abrupta, de su riqueza natural...

Al pasar tanto tiempo aquí, tenemos contacto directo con nuestros vecinos: la fauna del entorno. Mi condición humana me lleva a poner nombre a algunos de ellos: Tontona y Paponata son dos liebres del escobal, Pelotes es un viejo lobo de Carombo, Demonión un jabalí grande con los pelos de punta. Muchos otros bichos hacen que me sienta en familia en repetidos encuentros con ellos. Se me anuda la garganta cuando pasa una temporada y no los veo. Quiero pensar que ahí siguen, pero en este parque nacional todavía se caza. Cuando ves pasar cada tarde a una pareja de corzos cerca de ti, sin asustarse, pudiendo contemplarlos, hablarlos... La pena llega en su ausencia.

■ LA CHICA DEL REFUGIO

Vegabaño es un prado rodeado de arbolado, situado en el macizo occidental de los Picos de Europa, a 1340 m de altitud. La subida más cercana es desde Soto de Sajambre. Se tarda una hora caminando. Existen diversas rutas y senderos para llegar hasta aquí. Es un buen lugar para quedarse y pasar la noche, mejor aún dedicar unos días a conocer el entorno donde está el refugio. Yo formo parte de él. Hay personas que me conocen, otras no. Me llaman por mi nombre, pero para la mayoría de la gente soy "la chica del refugio". La persona

Nuria Ibáñez trabaja como guarda en el refugio de Vegabaño.

Además de su dedicación profesional a la montaña, ha trabajado como ilustradora especializada en naturaleza.



que lleva su gestión desde hace quince años es "Julián el Guarda"; así le llaman. Los visitantes se dirigen a mí para pedirme un café, un refresco o la cena; digamos que para todo lo referente a las "labores propias de mi sexo". Casi nunca me solicitan información sobre una ruta, aunque conozco bien el lugar donde trabajo.

Aparentemente, en el refugio existe un estilo de vida diferente. En parte es así, pero no deja de ser un trabajo en el que ves pasar a la gente de un lugar a otro y tú único deseo es coger también la mochila y marchar por ahí. No se



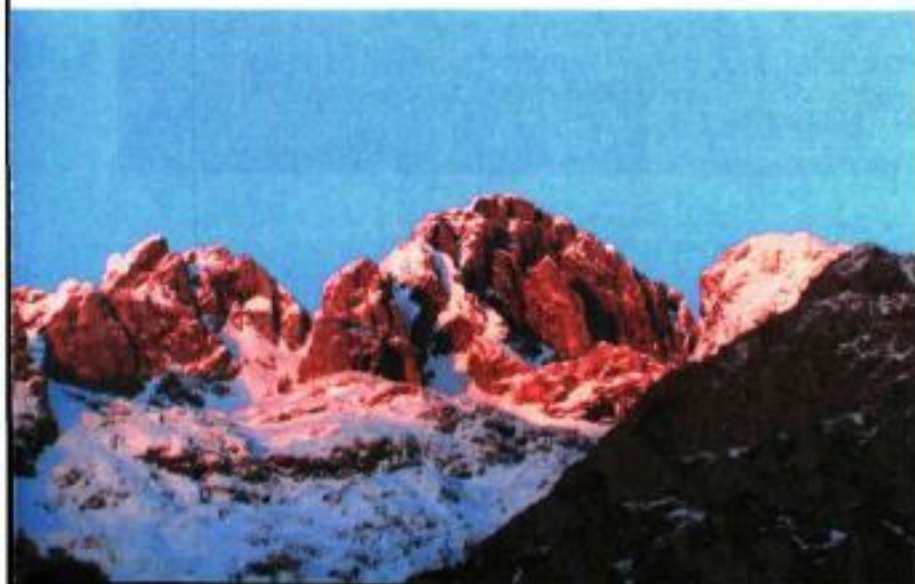
■ Refugio de Vegabaño

puede dejar solo el refugio; me conformo con la contemplación de tan maravilloso escenario. Justo enfrente, como queriendo rozar el infinito, se encuentra la Peña Santa, acompañada por otras montañas que no desmerecen en absoluto. Muchos días me siento privilegiada, pero problemas hay en todas partes, también en un refugio. Aunque estemos lejos del bullicio, no nos aislamos de la sociedad. Curramos como todo el mundo. Es este aspecto no hay nada de idílico en este tipo de vida.

■ EL TRABAJO QUE SE VE Y EL QUE NO

El refugio da cobertura a gente montañera y visitantes del parque nacional. Además de servicio de hostelería, ofrece información y socorro. Esta parte del trabajo es la que se ve; hay otras que también necesitan nuestro tiempo: ir por leña, mantenimiento de la fosa séptica y obras de mejora, aprovechando las épocas

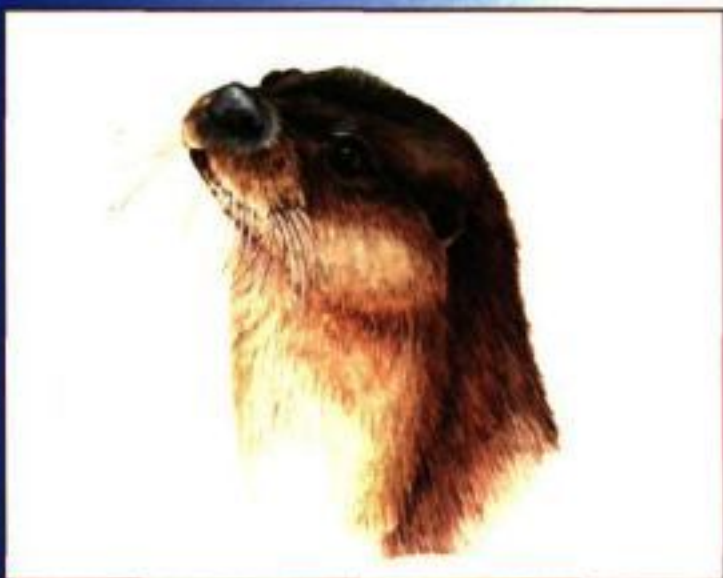
■ Peña Santa



FOTOS COLECCIÓN NURIA IBÁÑEZ

■ FAUNA Y FLORA Ilustraciones de Nuria Ibáñez





de menor afluencia. Con la llegada del invierno tenemos más tiempo libre. "Julián el Guarda" aprovecha para ir de guía de montaña o dar clases de esquí. Nuria, "la chica del refugio", se dedica a pintar acuarelas y modelar duendes.

Hasta aquí llegan todo tipo de personas con algo en común: el gusto por la naturaleza y su deseo de disfrutarla. Las hay que caminan mucho, otras menos, pero esto da igual, lo que cuenta es andar. No importa qué oficio tengan, tampoco la edad, ni su condición social; no importa siquiera si es aocial o marginal... Hay quienes llevan un equipo de bandera y hacen menos que aquél que necesita ahorrar para poder comprarse unas polainas. Vegabaño no es un lugar de gran afluencia, pero al final del año se ve pasar a mucha gente. Como en todas partes, hay quien se engancha a este entorno.

Al pasar el tiempo nos vamos conociendo un poco; quizás los visitantes más a ti que tú a ellos. De la mañana a la noche es frecuente el contacto humano. Desde que te levantas con los ojos hinchados por el sueño, hasta que te acuestas con el pelo pegado, después de haber limpiado, cocinado, fregado y hecho leña. No es fácil estar de continuo cara al público. No siempre una hace bien su trabajo; a veces no tienes una sonrisa para regalar. Aquí apenas existe la intimidad; cada gesto, movimiento o palabra, son observados y posiblemente juzgados.

■ A TODOS, GRACIAS

Una parte de mí está en el pueblo cercano, en Soto de Sajambre; la otra en el refugio, trabajando, viviendo, pasando penas y alegrías. Un estilo de vida recompensado en ocasiones con la soledad, el silencio, la belleza y la magia. Igual no tendré mejor oportunidad para dar las gracias a quienes me soportan los días malos, o me ayudan cuando estoy agobiada de trabajo, o sin estarlo; a la gente que no se molesta cuando les digo lo que se puede o no se debe hacer; a las personas que me admiten en su quehacer, aconsejándome sobre setas, plantas, bichos etc. A los amigos, que después de darse una paliza por el monte, nos ayudan en las obras. Para todos y todas mi agradecimiento... ☺

■ ASCENSIONES

Hay muchas cumbres para ascender, de todas las dificultades. Estas son las más frecuentadas. Los tiempos son orientativos, incluyen ida y vuelta.

Pico Jario - Poca dificultad, se asciende caminando. 3 h.

Peña Beza y Canto Carbonero - Media dificultad, hay que trepar un poco. 7 h.

Moledizos y Torre Bermeja - Media dificultad, se trepa en el paso de los Moledizos a la Bermeja. 7 h.

Torre del Torco - Media dificultad, trepada con cordino de seguridad. 8 h.

El Diente y la Cebra Blanca - Media dificultad, trepada antes de la cumbre. 8 h.

La Pica la Plana, conocida por el Frailón - Media dificultad, se llega por caminos y prados, pero en la cumbre requiere trepar. Gran mirador sobre el desfiladero del Beyo.

Peña Santa de Castilla - Alta dificultad, se asciende escalando. La vía más accesible está en la cara norte (canal estrecho). Hay pasos de 4º grado, cuerda necesaria. Todas las demás vías superan el 5º grado y llevan más de 6 h. Vivac necesario en Vega Huerta, base sur de la Peña Santa. La invernal a la Peña Santa es de extrema dificultad.

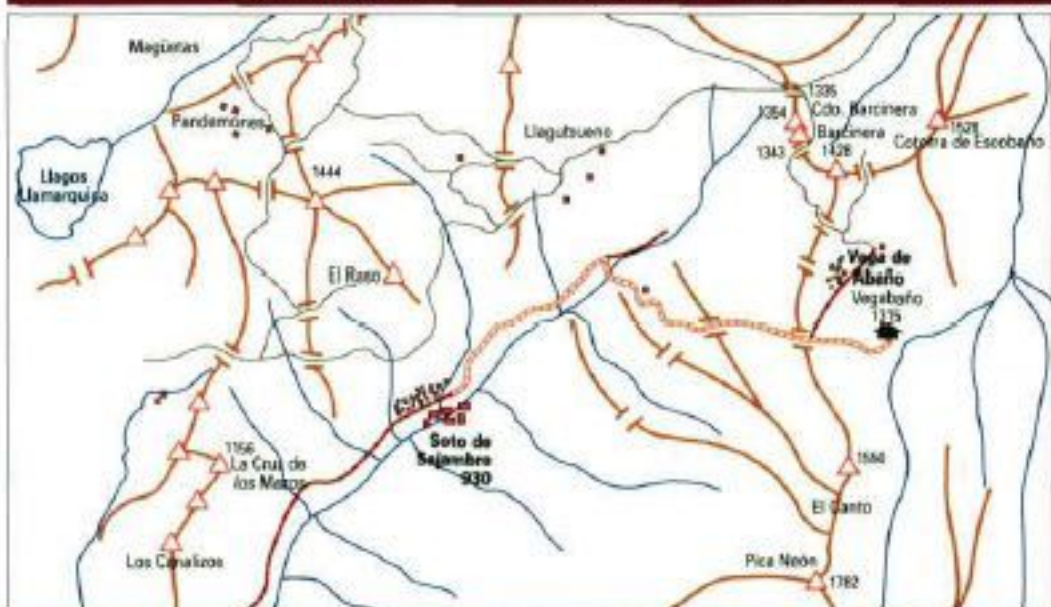
■ TRAVESÍAS.

Vegabaño - Collado del Burro - Vega Huerta - Horcada de Pozas - Fuente Prieta - La Mazada - Refugio de Vega Redonda - Los Lagos de Covadonga. Larga duración, unas 9 h. Es casi una travesía completa del macizo occidental de los Picos de Europa por el primitivo Parque Nacional de la Montaña de Covadonga. Recomendable hacer en dos jornadas, de refugio a refugio.

Vegabaño - Collado del Burro - Vega Huerta - La Cerra de Cuba - Majada de Mesones - Canal de Mesones - Caín, en la ruta del Cares. Larga duración, unas 7 h.

Vegabaño - Valle de Valdeón. Hay varias rutas, las más frecuentadas van por la Collada del Frade o por el Puerto de Dobres. Duración unas 3 h. Ruta fácil por senderos entre hayedos y prados. Se puede hacer en recorrido circular, volviendo a Vegabaño.

ACTIVIDADES DE MONTAÑA



El Refugio de Vegabaño está en el Parque Nacional de los Picos de Europa. La localidad más cercana es Soto de Sajambre, perteneciente al ayuntamiento de Oseja de Sajambre, provincia de León. Tiene treinta plazas, calefacción, servicios comedor y guía de montaña. Abierto todo el año. Teléfono: 699633244.

Vegabaño - Puerto de Dobres - Puerto de Panderruedas - Senda del Arcediano, descenso por bosques y praderas de Berrunde - Oseja de Sajambre, pudiendo volver a subir a Vegabaño. Ruta fácil por senderos, pistas y caminos. Dura unas 7 h.

Vegabaño - Valle de Carombio - Desfiladero de la Jocica - Praderas de Angón (Amieva). Retorno: Senda del Arcediano pasando por Saugo y Toneyo - Puerto de Beza. Dejando la Senda del Arcediano, se faldea Peña Beza, pasando por el Olla (bosque encantado) - Puerto Barcinera - Vegabaño. Ruta preciosa de unas 8 h.

EL RINCON DEL ALPINISMO FEMENINO EN INTERNET

EL RINCON DEL ALPINISMO FEMENINO EN INTERNET

Ricardo Hernani Rhp@euskalnet.net

NO están todas pero sí una nutrida selección de las alpinistas femeninas de primer nivel que un buen día decidieron colgar sus biografías en la red.



• **Araceli Segarra**
(<http://www.aracelisegarra.com/>)

Muy bien cuidada y personalizada página web de la conocida escaladora y montañera catalana, primera mujer del Estado en conseguir hollar la cima del Everest. Destaca su biografía, fotodiario, links personales así como el acceso a sus otras facetas como modelo, presentadora o conferenciante.

• **Catherine Destivelle**
(<http://www.destivelle.com/>)

Probablemente una de las alpinistas más renombradas. Francesa, aunque argelina de nacimiento, tiene en su haber escaladas en Olan, Petit Dru, Les Drus, cara norte del Eiger, cara norte de las Grandes Jorasses, Latok y Nameless Tower en Pakistán, cara norte del Cervino, cara SW del Shshapangma,...

• **Cathy O'Dowd**
(<http://www.cathyodowd.com/>)

Sudafricana. Se presenta como la primera mujer del mundo en haber escalado el Everest por ambas vertientes: por el collado Sur y la arista Norte.



• **Chus Lago** (<http://www.chuslago.com/>)

Página web de la alpinista gallega con referencias a su más cercana actividad intentando el leopardo de las nieves (conseguir los cinco techos de la antigua Unión Soviética) y su ascenso, entre otros, al Everest sin la ayuda de oxígeno.

• **Christine Janin**

(<http://www.achacunsoneverest.com/index.php3>)
Primera alpinista francesa en el Everest, posteriormente conquista las siete cimas continentales. La web está más orientada a su faceta como doctora y fundadora de una asociación de ayuda de los niños con cáncer.



• **Edurne Pasaban**
(<http://www.edurnepasaban.net/>)

Primera montañera vasca en el Everest y única del estado con seis ochomiles.

• **Evelyne Binsack** (<http://www.binsack.ch/>)

Primera suiza en hollar el Everest. dirige en la actualidad una agencia de montañismo en el pequeño país helvético.

• **Yunko Tabei**
(<http://village.infoweb.ne.jp/~jtabei/eigo.htm>)

Nacida en 1939, esta mujer japonesa, que nos visitaba recientemente, se convirtió en 1975 en la primera mujer en la cima del mundo. Ha escalado igualmente los siete techos continentales y tiene especial afición a ascender techos de países.

• **Sharon Wood**
(<http://www.sharonwood.net/>)

Primera norteamericana (canadiense) en escalar el Everest en 1986, hoy dedica su vida a impartir conferencias en empresas sobre la utilidad de la puesta en práctica de los conceptos de trabajo en equipo, motivación, etc. que se dan en las expediciones.

• **Renata Chlumska**
(<http://www.kroppaventyr.se/>)

Expediciones al Polo Norte, Pico Lenin, Everest, Shshapangma, Broad Peak, K2, Cho Oyu, Pobeda, ... de la sueca Renata Chlumska y su compañero Goran Kropp.

• **Stacy Alison**
(<http://www.beyondthelimits.com/>)

Primera estadounidense en alcanzar el Pico Comunismo y el Everest que al igual que en otros casos dedica ahora sus esfuerzos a la actividad literaria así como a impartir conferencias.

• **Lydia Bradey**
(<http://www.brassmonkeybivouac.com/ClimbingExperience/index.html>)

Desde Nueva Zelanda, expediciones al Everest (primera femenina sin oxígeno), Alpes de Nueva Zelanda, Mongolia exterior, grandes paredes,...

• **Ginette Harrison**
(<http://www.shivacharity.org/ginette.html>)

Biografía de la ya fallecida (Dhoulagin, 1999) Ginette Harrison, primera alpinista femenina en el Kangchenjunga, conquistadora de los siete techos continentales y de un sinnfin de cumbres más.

• **Karla Wheelock** (<http://karla.csxxi.net.mx/>)

Sencilla pero amena web de esta himalayista mejicana que cuenta con dos ochomiles.



• **Josune Bereziartu**
(<http://www.josunebereziartu.com/>)

Estética y muy bien cuidada web de nuestra escaladora más conocida y su extenso palmarés.

• **Santosh Yadav**
(<http://members.rediff.com/syadav/>)

Sencilla referencia de esta montañera india, dos veces en el techo del Himalaya.

• **Claudia Bäumler**
(http://www.everest-2002.de/home_e.html)

Cho Oyu, Everest, varios sietemiles e infinidad de ascensiones de la pareja compuesta por Claudia Bäumler y Hartmut Bielefeldt.

• **Biografías sherpas**
(http://sherpa.nepalresearch.org/sherpa_biography.htm)

Página web con información y biografías de varios guías y alpinistas sherpas en la que podemos encontrar links a las actividades de Lhakpa Sherpa y Pemba Doma Sherpa.

• **Katja Staartjes**
(<http://www.katjastaartjes.nl/>)

Sólo como curiosidad, página en holandés de la himalayista de la citada nacionalidad.

• **Susan Ershler**
(<http://www.susanershler.com/>)

Con su marido Phil, se convirtieron en la primera pareja en hollar las siete cimas continentales. Compagina sus ascensiones alpinas con su puesto de alta ejecutiva en una importante compañía norteamericana y sus actividades como conferenciante.

• **Lene Gammelgaard**
(<http://www.lenegammelgaard.dk/>)

Web de la montañera y aventurera danesa Lene Gammelgaard, que cuenta con varias expediciones al Himalaya, Groenlandia, Africa, ... así como destacadas travesías de navegación y kayaking.

• **Nieves Meroi**
(<http://www.planid.org/lju/m/meroi.htm>)

Escueta referencia en italiano de esta escaladora e himalayista transalpina que cuenta ya con cinco ochomiles en su palmarés.

• **Himalaya desde Chile**
(<http://www.himalaya.cl/>)

Desde esta web, encontramos enlaces a las biografías y actividades de las himalayistas chilenas Cristina Prieto, Patricia Soto o Yvianne Cuz.

• **Women Climbing**
(<http://www.womenclimbing.com/>)

Muy interesante portal americano de montañismo femenino con numerosos links, biografías, forums, historia, fotografía, ...



NOTICIAS
DE LA
EMF

ASAMBLEA DE LA EMF

El 6 de marzo se celebraron en Elgeta las asambleas extraordinaria y ordinaria de la E.M.F., la primera de ellas para ratificar el cambio de nombre de Euskal Mendizale Federakundea por el nuevo de Euskal Mendizale Federazioa, tras comunicar Euskaltzaindia que este era el nombre más apropiado de Federación en euskera.

La Asamblea ordinaria dio comienzo con la presentación del presupuesto económico de 2004, comparándolo con los datos económicos de 2003, que corrió a cargo de Haritz Oñartzabal, vicepresidente económico. Los presupuestos fueron finalmente aprobados, tras un debate en el que participaron representantes del Alpino Uzturre y del Vasco de Camping, quienes se quejaron respectivamente del poco gasto habido en medio ambiente y senderismo y de las escasas subvenciones a los clubes.

En el apartado de proyectos para 2004 intervino en primer lugar Jabi Berasaluze, director de la Euskal Goi Mendi Ekola, quien presentó el nuevo programa de cursos, habló de la regula-

rización de las titulaciones y comentó que la Escuela celebra este año su 50 aniversario, contando con un nuevo local en Urkiola, mientras se gestiona la adquisición de un segundo en Gavarnie.

Antxon Bandrés informó de la cesión de un local a la E.M.F. por parte del Ayuntamiento de Elgeta, en la misma casa en la que se fundó la Federación. Mikel Garaikoetxea comentó la alta participación, unas 4.000 personas, en las marchas de larga duración en 2003 y presentó el circuito de 2004. Goio Lairaño informó sobre la temporada de carreras de montaña. La Copa de Euskal Herria de 2004 contará con tres pruebas: Gorbeia Baren (2 de mayo), Lakuntza (13 de junio) y Galarleiz (18 de julio), siendo puntuable para la Copa del Mundo la Zegama-Aizkorri.

Andu Martínez de Rituerto informó sobre la Copa de Euskal Herria de esquí de montaña, cediendo de nuevo la palabra a Antxon Bandrés, quien informó sobre la incorporación a Naturgintza, fundación para la protección de la naturaleza, sobre la intención de sacar una línea de ropa deportiva con el logotipo de la E.M.F. y sobre la Marcha de Veteranos y el Campeonato de Escalada Deportiva, que siguen sin club organizador. La Asamblea concluyó con la elección de la Junta Electoral y el preceptivo capítulo de ruegos y preguntas.



• Dos aspectos de la Asamblea

NOTICIAS DE LA
EMF

ÉXITO VASCO EN ESCALADA

León fue escenario de la primera prueba puntuable para la Copa de España de Escalada Deportiva, en la que Patxi Usobiaga y Esther Cruz se impusieron respectivamente en las categorías masculina y femenina, dejando bien alto el pabellón vasco, que contó con otros dos representantes en los primeros lugares, ya que David Gambús fue 6º e Irati Alda 5ª, en cada una de sus categorías.



FOTO: KOLITZA

• **Patxi Usobiaga**

Continúa el éxito de Patxi Usobiaga, quien también se impuso en la segunda prueba disputada en San Pedro de Alcántara, aunque en esta ocasión empatado con el catalán Ramón Julián, en una competición en la que Igor Aranz fue 6º. En féminas, Esther Cruz tuvo que conformarse con el 2º lugar en una prueba ganada por la canaria Raquel Hernández, quedando Irati Alda en 4ª posición. Tras la segunda de las tres pruebas de que consta el Campeonato, Patxi y Esther encabezan cada una de las clasificaciones.

NOTICIAS

JUNTAS GENERALES

Las Juntas Generales de Bizkaia celebraron su XXV aniversario por todo lo alto, y

nunca mejor dicho, en las cimas de los cinco Montes Bocineros, congregando a centenares de montañeros. La primera llamada de los cuernos se inició en la cima de Gorbeia, para ir consecutivamente respondiendo desde las otras cuatro cumbres: Oiz, Sollube, Ganekogorta y Koltza.

BECA TAKOLO

El pasado 3 de abril se entregaron las Becas Joxe Takolo. Al acto de entrega asistieron el alcalde de Azpeitia, y el presidente de la Euskal Mendizale Federazioa, quien subrayó la importancia de esta beca, recordando la figura de Joxe Takolo, gran montañero y mejor persona. También tomaron la palabra los becados. Leira Agirre comentó su proyecto y el empuje que supone para ella esta ayuda para poder conseguir su objetivo de encadenar Bc. Harkaitz Yurita habló en nombre de sus compañeros, presentando el proyecto de dos rutas en las Torres del Trango.

TROFEOS DE LA COPA ANDRES DE RÉGIL - 2004

Con mucha nieve pero pésimas condiciones meteorológicas se celebró en Picos de Europa el 28 de marzo la XXIX edición de la Copa Andrés de Régil-Trofeo BBK. La escasa visibilidad en el recorrido previsto y el exceso de nieve acumulada después de una semana continua de temporal obligó a marcar un itinerario alternativo y seguro para el centenar de esquiadores que se habían inscrito, completando el máximo admitido por la organización de este prueba clásica y resucitada gracias al apoyo incondicional de BBK.

Fue un circuito simbólico que sirvió para salvar la carrera y satisfacer a los inscritos que esquiaron desde Fuente Dé por Llorza hasta las inmediaciones de la Padiorna, descendiendo a continuación hasta el Jau del Sedo. El retorno sin cimas por el mismo recorrido permitió un descenso rápido con muy buenas condiciones en la superficie nevada, inusual en las fechas tardías del mes de marzo en los Picos.

Un recorrido tan escaso no permitía una evaluación adecuada para discernir cual de los equipos sería merecedor del máximo trofeo: la COPA RÉGIL-TROFEO BBK. La decisión del equipo técnico de la prueba fue por este condicionante no entregar el trofeo aunque si el resto de distinciones a los mejores tiempos de la prueba.



FOTO: LUIS DONAZAR

• Cima de Koltza



FOTO SANTIAGO YANIZ

En meta fueron los primeros en entrar a sólo 1 hora y dos minutos de la salida, dada en punto a las 9.30 horas desde Fuente Dé. Aitor Otxoa y Arkaitz Letamendi, ambos del club Alorña Mendi, de Oñate en Gipuzkoa.

Les siguieron medio minuto más tarde Juan Ignacio García y Manuel Ferradas de la Escuela Militar de Esquí de Montaña y Moisés Gómez y Carlos Villar, de la Guardia Civil de Montaña. Entre las chicas llegaron primeras a meta Ana Bernal, Isa Casado, y Leire Ezpeleta.

El primer equipo veterano clasificado fue el integrado por Bernabé Agirre y Santiago Sánchez, de la Guardia Civil de Montaña.

Recibieron premio especial los primeros equipos vizcaino y cántabro, integrados respectivamente por Xabier Urkizu y Jon Arostegi, del club Aurrera Mendi Taldea; y Juan Carlos Santana y Manuel Jesús de Cos, del grupo de montaña Picu de la Torre.

I Copa de Euskadi de Esquí-Alpinismo

En esta misma cita se entregaban los galardones finales de la I Copa de Euskadi de Esquí-Alpinismo, que tras un circuito de cuatro pruebas tenía su colofón en el marco de los Picos de Europa. Los triunfadores de esta primera edición de la Copa, que recibieron trofeos de ORTOVOX y Euskaltel, han sido Ana Bernal y Joseba Ormazabal en senior, Oier Saenz de Cámara en junior y Antón Añezaga en la clase de veteranos.

Después de esta cita en Picos se puede considerar consolidada de nuevo la prueba de la Copa Andrés de Régil, ahora con el Trofeo BBK en el máximo nivel, consolidado el equipo de organización que ha completado su equipo técnico y sobre todo consolidada la participación que ha vuelto este año a los tiempos de máximo éxito de esta clásica del esquí de montaña en los Picos de Europa. Fueron 52 equipos los que tomaron la salida, algunos de ellos de tres esquiadores.

CLASIFICACIÓN I COPA EUSKADI ESQUI-ALPINISMO Senior hombres

1. Ormazabal Azpizoz Joseba ...292 pts.
2. López Martínez, Ibai ...262 pts.

3. Otxoa Biani, Aitor256 pts.
4. Tobo Goenaga, Joseba205 pts.
5. Letamendi Andueza, Arkaitz 191 pts.

Senior mujeres

1. Bernal Ruiz de Oña, Ana ...284 pts.
2. Casado gallego, Isa250 pts.
3. Ezpeleta Iturbe, Leire243 pts.
4. Alonso Camino, Eguzkiñe ...237 pts.
5. Omeñaca Aranda, Irune200 pts.

Santiago Yaniz

III CIRCUITO DE MARCHAS

Próximas pruebas:

- 3 de julio: • IV Zuzako Bira. Organiza: Atzabal MT (Murgia)
- 21 de agosto: • XII Ainhoako XII Orduak. Organiza: Aizulai (Ainhoa)
- 7 de noviembre: • XVIII Garobel. Organiza: Mendiko Laguna (Amurrio)

XIV MARCHA BTT-CVK

La XIV Marcha Mountain Bike Caja Vital Kutxa-CVK, tendrá lugar en Vitoria-Gasteiz el día 27 de junio a partir de las 10 h. En esta fiesta de la bicicleta de montaña por los alrededores de Vitoria-Gasteiz habrá tres recorridos de 34 km (dificultad media-alta), 26 km (dificultad media-baja) y 12 km (adaptado para menores de 12 años y discapacitados). Más información en www.fundacionestadio.com

LAU KATEDRALAK

1953ko maiatzaren 25, 26, 27 eta 28an, Tolosako Xebe Peña mendizale eta ibiltariak Bilbo-Donostia-Iruñea-Gasteiz-Bilbo

hurburuetako katedralak lotu zituen ibilbide luze bat eginik. Horretarako kontu handiz prestatutako itinerarioak biderik labur eta arinenak bilatzen zituen, gehienbat mendizko zidorretatik abiatuz. Ekintza honen berrogeita hamargarren urteurrena dela-eta, Muxikako Asier Irazabal Basterrietxea mendizaleak, duela bost urte zendu zen Xebe Peña omendu nahi izan du kirol-jarduera berezi hori ostera ere eginez. Bitarte horretan, gutxienez beste bi alditan burutu da Xebereko ekintza hau, ibilbidea zehaztasun desberdinez jarraituta. Asierren asmoa, beraz, Xebek emandako erreferentziako pasaleku guztietatik igarotzea izan da.

Iragan den urtearen amaieran hasi zen Asier Irazabal ibilaldia prestatzen. Horretarako, Xebereko ekintza jasotzen duen "Al mismo tiempo que Hillary y Tensing..." liburitik jasotako datuekin, bidereko zati ezezagunak berribil, aztertu eta ikasteari ekin zion, frogaren egunetan itinerarioarekin inolako arazorik ez izateko. Ez da lehen aldiz Asier Irazabalek honelako ekintza harrigarriak burutzen dituen. 2001eko irailaren 15-16an, Gaizka Itza lagunarekin Pirinioetako hiru handien ibilaldia burutu zuen non-stop estiloan (125 km Aneto, Posets eta Monte Perdido kateatzeko). 2003ko irailaren 20an, 20 ordutan Picos de Europa-ko hiru mendigunetako gailurrak (Peñasanta de Castilla, Torrecerredo eta Morra de Lechugales) kateatu zituen kanpoko laguntza bari. Eta oraingoan, erronka gogorrago honi heldu zaio momentua eta, egitasmo konplexuagoa zelarik, Bilboko Aldatz Gora mendizale-taldeko zenbait adiskideren laguntza izan zuen. Xebereko moduan, beraz, ibilaldi gehiena egin du Asierrek beste norbaitek.

Hona hemen, 2004ko apirilaren 8, 9, 10 eta 11 egunetan egindako etapen laburpena:

1. ETAPA: Bilbao - Kortatueta - Larrabetzu - Garairondo - Zugastieta - Ajuña - Albiz - Goiola - Munitibar - Getrika - Markina - Ohazteg - Mendara - Lastur - Endoia - Arroa - Aizamazabal - Elkano - Abendaño - Zudagarai - Orio - Arizain - Donostia. 3000 m gorako desmala eta 110 bat km dituen ibilaldi hau gairidizteko, Asierrek guztira 20 ordu eta 6 minutu erabili zituen. Bilboko Done Jakue katedralan apirilaren 8ko 0 orduetan

abiatu zenean, argi zegoen gau hotza izango zuela. Eta halakoa izan zen etapa guztia, gainera eguerdik aurrera zaparrada galentak jasan behar izan zituelarik. Hala ere, Donostiara ateraldi heldu zen 20:06etan.

2. ETAPA: Donostia - Ergobia - Ereñozu - Pagoaga - Etzala - Abadegurutz - Mandoegi - Leitxalarrea - Usategieta - Bidate - Bi Aizpen Sepultura - Arrats - Orokieta - Beuntza - Eritze Atetz - Egurats - Berriogorri - Iruñea

2300 m gorako desmala eta 90 bat km hauek 16 ordu eta 47 minututan egin zituen ibiltariak. Etapa hori goizaldeko 3etan ekin zion, izutzeko moduko ur-erauntsiaz, altuera hartu ahal, Leitxaran gaineko mendietan elur bihurtuz joan zena. Bidereko gainean bildutako elurrak 30 zmk geruza ere osatu zuen, ibiltzea zinez zailtzen zuena, bidea urratuz joan behar baitzen. Iruñera heltzerakoan ostera ere, ur-erauntsi izugarriak izan ziren egunaren bukaeran, 19:47ak ziren.

3. ETAPA: Iruñea - Aratzuri - Ororbia - Izkué - Sarbil - Urdanotz - Andia mendilerroa - Lizarragako tunela - Urbasa mendilerroa - Urbasko gurdexea - Entzia mendilerroa - Legare - Opakua mendatea - Arrogorista - Santa Elena - Ullibari mendatea - Lizarrako trenbide zaharreko ibilbidea - Jauregi - Gaura - Andollu - Otazu - Otazu - Gasteiz

1300 m gorako desmala eta 120 km dituen ibilaldia egiteko 22 ordu eta 16 minutu erabili zituen. Goizaldeko 02:30etan abiatu zen Iruñetik, hotz nabarmenaz baina ater. Andimendi-Urbasa-Entzia mendilerroetatik haizea eta behelanoa izan zituen lagun, gainera elur-geruza potolo baten gainean bidea urratu behar izanik. Gasteizera heltzean ere, euri zaparrada eta haize desatsegina izan zuen, katedral zaharrera 24:46etan ailegatuta.

4. ETAPA: Gasteiz - Etxabarn Ibina - Gopegi - Murua - Azerogana - Aldaminape - Eginhaio - Arraba - Pagomakorra - Bikotx gora - Gezala - Zeberio - Ugao - Abriskieta - Buia - Bilbao

900 m gorako desmala eta 70 km hauek 12 ordu eta 46 minututan egin zituen. Apirilaren 11ko 07:47etan irten zen Gasteiztik eguraldi freskoaz. Gorbela zeharkatzean, jakina, elurteen bidea urratu behar izan zuen. Bilbora hurreratu ahal, zenbait zaparradak ailaiz zuen giroa eta katedralera 20:33etan ailegatu zen, zirkuitu osoa itxita.

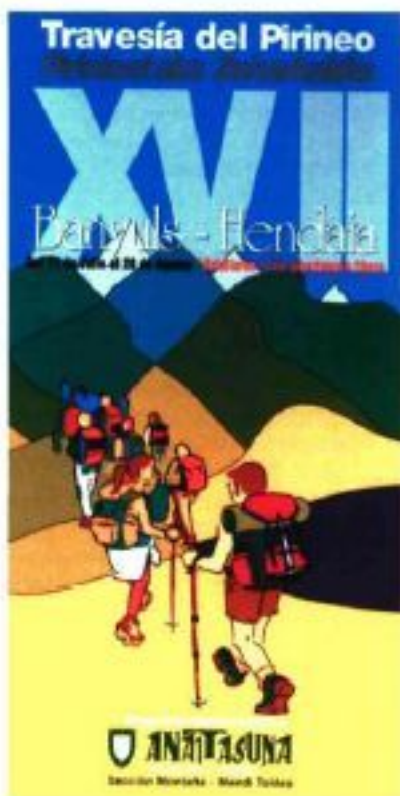
GUZTIRA: 7500 m gorako desmala eta gutxi gora behera 390 kmko zeharkaldia izan zen eta 71 ordu eta 55 minututan burutu zuen Asier Irazabalek lau egun horietan ibiltzen, hurburuetan loaldi labur bakar batzuk eginda.

TRAVESÍA DE PIRINEOS

La Sección de Montaña de Anaitasuna organiza su ya tradicional Travesía del Pirineo, que este año alcanza la XVII edición. Las etapas serán las siguientes:
11-17 de julio: Banyuls-Ull de Ter
18-24 de julio: Ull de Ter-Pla de Rat
25-31 de julio: Pla de Rat-Pla de Beret



FOTO ARNAYO AGUIRRE



1-7 de agosto: Pla de Beret-Hospital de Parzán
 8-14 de agosto: Hospital de Parzán-Sallent de Gállego
 15-21 de agosto: Sallent de Gállego-Coll de Izpegi
 22-28 de agosto: Coll de Izpegi-Cabo de Higuer
 Para más información podéis contactar con el club organizador en Monasterio de Irucho, 2-A. 31011 Pamplona. Tel 948 254 900
 E-mail: mendi@anaitasuna.com

ESCUELA DE ALPINA

JANNU NORTE, NUEVA VÍA RUSA

Una vez más, el empuje del alpinismo ruso ha vuelto a dejar una línea de máxima dificultad en el Himalaya. El pasado 26 de mayo, Alexander Ruchkin y Dmitry Pavlenko culminaban en la cima del Kumbhakarna (7710 m) o Jannu un nuevo éxito del equipo Big Wall Russian Way, liderado esta vez por Alexander Odintsov, que ha dejado una línea que secciona justo por el centro la vertical y desplomada en su recta final cara norte del Jannu. El equipo liderado por Odintsov (Alexander Ruchkin, Nikolay Tomiyarin, Sergey Borisov, Kinevsky Gennady, Alexey Bolotov, Mikhail Perishin, Dmitry Pavlenko, Mikhail Mikhailov, Ivar Samoylenko y Mikhail Bakin), culminó así dos meses y medio de laborioso trabajo. Tras un intento ruso previo el pasado otoño (hasta 7200 m), la norte del Jannu cuenta ya con su tercera vía, tras la vía japonesa de 1976 (Naoto Sakashita) y la para algunos eternamente dudosa vía Cesen del 89.

MAKALU, CUMBRE

El pamplonés Inaki Otxoa de Olza, el leioarra Alex Txikon y el montañero de Salinas de Ibañeta Ricardo Valencia, coronaron el 16 de mayo la cumbre del

Makalu (8463 m). Txikon y Otxoa de Olza iniciaron su ataque a la cima desde los 7600 metros, mientras que Valencia partió de la tienda colocada 200 metros más abajo. El primero en alcanzar la cumbre fue Otxoa de Olza, sobre las 10:30 (hora nepalí); aproximadamente una hora después llegó Txikon, y sobre las 13:15 culminó la ascensión Valencia. El descenso no fue fácil. El de Salinas volvió al último campo pasadas las 23:00, muy castigado por el esfuerzo. Al día siguiente todos estaban de vuelta en el Campo Base. El Makalu ha sido el octavo ochomil para Otxoa de Olza, el segundo para Txikon y el tercero para Valencia.

JON GOIKOETXEA, CUMBRE EN EL EVEREST

El ibarra Jon Goikoetxea consiguió el pasado 17 de mayo subir el Everest por la ruta normal del collado sur, con la ayuda en el tramo final de bombonas de oxígeno. Goikoetxea suma ya dos ochomiles. El año pasado ascendió el Lhotse, junto a Eurne Pasaban. Jon Goikoetxea era miembro de la expedición Euskaltel, junto a Josu Fejoa.

JOSEBA SANZ NO PUDO CON LA CARA NORTE

Joseba Sanz también lo intentó en el Everest, pero por la cara norte y sin la ayuda de oxígeno artificial ni sherpas. No pudo ser. El trabajo de instalar los campos de altura les llevó mucho tiempo, según Sanz, y sólo les dejó margen para realizar un intento de cumbre. El 19 de mayo, partieron hacia el Collado Norte, pero, en contra de las previsiones, les sorprendió una tormenta de nieve que les hizo abandonar al día siguiente. Algunos de los que se encontraban más arriba en ese momento consiguieron hacer cumbre (de ellos sólo tres sin oxígeno). Entre el 17 y el 21 de mayo unas treinta personas alcanzaron el techo del mundo por la cara norte, pero a la mayoría les pilló la tormenta en el descenso. Muchos bajaron con serias congelaciones y 6 de ellos murieron: 4 coreanos, un japonés y un búlgaro uno de cada 5 de los que alcanzaron la cumbre en esos días). Joseba quiere volver el año que viene al Everest, quizás por la vertiente nepalí.

DHAULAGIRI, IMPOSIBLE

Coincidiendo con el 25 aniversario de la primera ascensión vasca al Dhaulagiri, los vizcainos Inigo Altube, Roberto Rodrigo, Luis Basarrate e Inaki Fernández intentaron subir la Montaña Blanca la pasada primavera. Según los bizkainos fue imposible hacer cumbre, a pesar de intentarlo en más de una ocasión, "el tiempo fue infernal". La expedición BEAZ al Himalaya 2004, patrocinada por el Departamento Innovación y Promoción Económica de la Diputación Foral de Bizkaia, inició su viaje en Bilbao el 5 de abril y regresó a casa el 25 de mayo.

CHO OYU, NO PUDO SER

El montañero de Altsasu Axier Larrión intentó la pasada primavera subir su primer ochomil, el Cho Oyu, pero sus dos intentos de cumbre no fructificaron. Seis

montañeros formaban la expedición: tres aragoneses, un catalán, un andaluz y el propio Axier Larrión. Partieron de casa el 29 de marzo, y regresaron a mediados de mayo.

"A LAS ESTRELLAS", NUEVA RUTA EN GAVARNIE

Los navarros Mikel Zabalza y Unai Mendi abrieron el pasado 10 de febrero una nueva ruta en el Circo de Gavarnie. Se trata de una línea de 500 metros y duras secciones de hielo y mixto de dificultad. Situada entre la Bug y Overdose, recorre 500 metros repartidos en 11 largos, 9 de ellos bastante duros. Dificultades de 5+ en hielo, A1+/A2, 6a/6b en roca y MG/7. Según ellos, "es la mejor vía invernal" que han escalado en el Pirineo. Además, ya por separado, ambos ha completado una excelente temporada invernal. Zabalza encadenó los tres muros junto a Jesús Wensel el 20 de marzo, incluyendo la nueva vía Aliento del Diablo. Y Unai Mendi, junto a David Lopez, realizó la primera repetición de Sustancia Ordinaria de fin de siglo, (IV/7) del desaparecido Jérôme Thinières. Una vía que recorre 400 metros cotada como IV/7, cerca de la presa de Gloriettes (Tromouset).

PARTICIPACIÓN VASCA EN LA PIERRA MENTA

Tres equipos han participado este año en la Pierre Menta, la cita más importante de esquí de montaña del calendario internacional. El dúo compuesto por los oñatiarros Aitor Otxoa y Arkaitz Letamendi —primera participación para este último— quedó en el puesto 94. Andoni Areizaga (veterano ya de esta carrera) y el navarro Angel Zabalza ocuparon el puesto 108. Por último, los vitorianos Ibai Lopez y Richard Manovel quedaron en el puesto 134. Los italianos Manfred Reichegger y Dennis Brunod dominaron la carrera de principio a fin en categoría masculina y las suizas Cristina Favre y Catherine Mabillard hicieron lo propio en la femenina.

PATRULLA DE LOS GLACIARES

Más numerosa fue la participación de los esquiadores vascos en otra de las grandes carreras de esquí de montaña: la clásica y durísima Patrulla de los Glaciares, entre Zermatt y Verbier. 5000 metros de desnivel positivo, unos 110 kilómetros de recorrido y 12-14 horas de esfuerzo separan ambas localidades. Andoni Areizaga, Angel Zabalza y Fran González realizaron una excelente carrera, llegando a Verbier en menos de 11 horas en el puesto 84. Aitor Otxoa, Joseba Ormazabal y Mikel Azkorbeitia cruzaron la línea de meta en el puesto 191. Ana Bernal, Koldo Huegun y Josi Hernández lo hicieron 20 minutos después, en la posición 211. Por último, Asier Agirresarobe, Muskilda Tellabide y Aitzol Unanue quedaron cortados por la organización en el collado de Riedmatten, ya que según avanzaba el día el peligro de avalanchas aumentó mucho en la zona de Rosablanche. Ganaron la carrera Stéphane Brosse, Jean Pelissier y Patrick Blanc en cate-

goria masculina, y Christina Favre, Catherine Mabillard y Isabella Crettenand en femenina.

MARATÓN DE AIZKORRI

El maratón alpino Zegama-Aizkorri registró una vez más un gran éxito de participación y afluencia de público en su tercera edición, primera como prueba puntuable para la Copa del Mundo de Carreras de Montaña. En categoría masculina, el italiano Mario Poletti aprovechó la ausencia del actual campeón del mundo, el catalán Agustí Roc, para meter el miedo en el cuerpo a sus rivales con un tiempo de 4,06 horas. El italiano rebajó en casi dos minutos la mejor marca de la prueba. Segundo en el podio fue el corredor arrasatearra Zuhaitz Ezpeleta, que sorprendió a todos con su excelente carrera. La tercera posición fue para el catalán Esteve Carol. En féminas, Anna Serra, actual subcampeona del mundo, se impuso en un apretado final a su compatriota Esther Hernández. El bronce fue para la pamplonesa Mainer Mendi. La maratón de Zegama-Aizkorri ha sido también el Campeonato de Euskadi de Carreras de Montaña. El oñatiarra Asier Urdanpilleta (quinto en la general) y Mainer Mendi se llevaron la txapela. Zuhaitz Ezpeleta no esta federado en montaña, de ahí que no se llevase el galardón.

Ramón Olasagasti

ESCUELA DE ALPINA

PATXILINEN ERAKUSTALDIA

Oro har, aurtengo apirila ahaztu ezinezko hlabete izango da Patxi Usobiagarentzat. Eta hori diogu, besteak beste, gori mailako kateatze batzuk egin baititu bistaz. Aste Santuan, oso egun gutxiaren buruan, Patxilek bistaz egin den maila goreneko hiru bide, hots, 8b+ zailtasuneke hiru lerro poltsikoratu zituen: B12 (Larraona), Sexhibition (Alquezar) eta Desafiando a Newton (Alquezar). Aipatu dugun lehenbiziko bide horri dagokionez, 8b+/c izan daitekeela esaten da; horrela izango balitz, ebartarrak bistaz egin den bide gogorrena izenpetu du. Joera horretaz gain, eta egun horietan ere, landutakoetan ere maila bikaina eman zuen. Adibidez, Tsunami (8c/c+, Alquezar) hiru saialditan igo zuen eta Desafiando a Tsunami (8c+/9a, Alquezar) saialdi bakarrean.

Italian eginko bisitaldi labur batean, berriz, eskalatzailer horrek beste bi 8b+ sinatu zituen bistaz: apirilaren 28an, La vita del guerriero (Colovo) eta maiatzaren lehenean, Jurassic Climb (Ertol). Horrela bada, Patxi bistaz eginko 8b+ graduko sei bide ditu; hori lortu duen munduko lehen eskalatzaillea da.

Beste euskal eskalatzailer kateatze-ri dagokionez, Rikar Diegik ere Desafiando a Tsunami (8c+/9a) igo du, Josune Berziartuk, berriz, B12 (8b+), Nowa (8c, Vadiello) eta Psicosis (8c, Alquezar) kateatu ditu. Aipatu dugun Larraonako B12 bidea ere Ivan Larrion olaztiarraren eskutian erori da.

Andoni Arabaolaza

JOSUNE Y RIKAR: NUEVAS VIAS EN ABRIL

Tras chubasco y chubasco comienza la temporada de encadenamientos escalando la vía "NOWA" 8c en Vadiello (Huesca). Fue la primera vía dura de este mes de abril y que, con agarres húmedos incluidos, pude encadenar esta resistente y atlética vía de Carlos Logroño. La Semana Santa la pasé en casa. Allí, en la cercana Larraona, probé la magnífica "B12" 8b+ y en pocos intentos pude hacerme con ella. Puedo comentar de esta vía que tras un comienzo a bloque, sale por un muro atlético de continuidad increíble en la soleada pared de Larraona.

Lareo, observamos que todas las hayas de gran tamaño que forman un extenso bosque en las proximidades del monte Marumendi (municipio de Ataun) se encontraban marcadas: la mayor parte con un trozo de corteza arrancado mediante un hacha y las menos (una sola de entre 15-20) pintadas con spray rosa. Nuestra experiencia nos indica que las hayas pintadas de rosa son para dejarlas en pie y todas las demás para ser taladas. La fuerte entresaca realizada hace muy pocos años ha hecho que actualmente encontremos grandes hayas diseminadas y un tupido sotobosque de jovencísimas hayas.

dudoso beneficio económico, cuando el objetivo primordial de dichos espacios es proteger la naturaleza. El porvenir de las zonas rurales está en una buena conservación del entorno natural y no tanto, y menos en los espacios protegidos, en una explotación intensiva de los montes.

Joxan Auzmendi
en representación de
LANDARLAN Elkarte (Goierri)

DENUNCIA ANTE LA COMISION DE LAS COMUNIDADES EUROPEAS

LA RESERVA DE LARRA-BELAGOA

La Ley Foral 33/2003 publicada el 17 de diciembre de 2003 en el Boletín Oficial de Navarra redelimita físicamente la Reserva Natural de Larra-Belagua y la Zona Periférica de Protección. Esto supone la exclusión de unas 60 Ha de la misma (un 2,5 % de suelo de la Reserva Natural), terrenos que han sido seleccionados como idóneos para la ampliación del Centro de Esquí Nórdico de Larra-Belagua, proyecto impulsado por la Junta del Valle del Roncal.

La pérdida de superficie de la Reserva Natural de Larra, choca no sólo con las normas navarras de protección de espacios naturales sino también con la legislación comunitaria sobre Gestión de Espacios Naturales Natura 2000.

La Asociación Larra-Belagoa, creada al efecto para la defensa del futuro del Valle, presentó ante la Comisión Europea el 18 de febrero de 2004 una Denuncia contra la Ley Foral 33/2003, por incumplimiento del Derecho Comunitario. La denuncia ha sido admitida a trámite a mediados de marzo y la Comisión Europea tiene ahora un plazo de 12 meses para responder, abriendo un procedimiento de infracción contra el Estado español o archivando el expediente.

Los puntos que solicita la Denuncia son:

Que se impulse desde la Comisión la revisión de la redelimitación de la Reserva Natural de Larra, así como del proyecto de ampliación de la pista de esquí de fondo impulsados por el Gobierno de Navarra a través de la Ley 33/2003, a fin de lograr el respeto de la normativa de protección de los espacios naturales de Navarra, y la adopción de todas las medidas necesarias para asegurar el cumplimiento del Derecho Comunitario vigente.

Que se garantice la integridad de la Reserva Natural de Larra y su Zona Periférica de Protección, y del LIC y ZEPA de Larra-Aztaparreta en su estado original, a fin de evitar la fragmentación y deterioro del hábitat, que pondría en serio peligro la supervivencia de las especies objeto de protección así como la integridad global de la protección del propio entorno.

Que se proceda al examen y eventual revisión del procedimiento de Evaluación de Impacto Ambiental e información pública exigidos por la Directiva 92/43/CEE, antes de proceder a redefinir las áreas de importancia comunitaria.

Y que se garantice desde la propia Comisión y demás administraciones competentes el desarrollo sostenible del Valle del Roncal, de forma que las actividades económicas que se lleven a cabo en la zona sean compatibles con la conservación de los espacios naturales protegidos y con las necesidades sociales de sus habitantes. En tal sentido, la campaña de esquí escolar desarrollada en el actual centro de esquí nórdico de El Ferial-Zamporri podría tener continuidad.

CAJAS

EL RESCATE DEL LHOTSE EN 2001

NUESTRA VERSION DE LOS HECHOS

Somos un grupo de cuatro amigos escaladores -Oscar Cadiach, Eloy Callado, José María Oñate y Alberto Zerain- que nos vemos obligados a esclarecer un hecho que tuvo lugar el 21 de mayo de 2001 en las paredes del Lhotse. En aquella ocasión formábamos parte de una expedición de Al Filo de lo Imposible, y tras haber escalado el Arma Dablam nos disponíamos a subir el Lhotse para intentar, desde la cumbre, el Lhotse central.

Nos habíamos instalado en el campo IV, a 7950 m, para subir al día siguiente al Lhotse. Estábamos solos y teníamos dos tiendas de dos personas para los cuatro. Al atardecer llegó otra cordada, formada por Simone Moro y Denis Urubko. Cordialmente, les invitamos a comer algo y a beber. Al cabo de unos minutos llegó desde abajo el polaco Darek Zukski, dando confusamente la voz de alarma de que un escalador estaba herido en el descenso del Lhotse y necesitaba ayuda, pero que él tenía que marcharse. Simone Moro y Denis Urubko, que estaban ya preparados, salieron inmediatamente. Nuestra reacción fue más organizada. Era obvio que a 8000 metros y en unas pendientes pronunciadas por las que todavía no habíamos pasado, mantuviéramos un margen de seguridad para hacer más efectivo el rescate. Así que nos repartimos las tareas entre los cuatro. Mientras uno de nosotros hacía agua para llenar las cantimploras, otro se comunicaba con el Campo III del Everest (desde donde Silvio Mondinelli y otro montañero podían divisar bien la pared por encima de nosotros) y, siguiendo sus indicaciones, la otra cordada intentó subir por el lado derecho de La Tortuga - roca bajo la cual se coloca el campo IV del Lhotse- buscando una ruta alternativa más rápida para el rescate.

El intento, nos ocupó casi una hora, hasta que Mondinelli nos comunicó que Tom Moores ya había sido alcanzado y nos recomendó bajar hasta el campo IV, para subir a ayudar por donde lo habían hecho antes Moro y Urubko. Justo en el momento que volvíamos a salir, recién entrada la noche, llegaba Urubko, que había ayudado a bajar a la cordada formada por la polaca Anna Czerwinska y el serpa Pasang Tshering. Interrumpimos

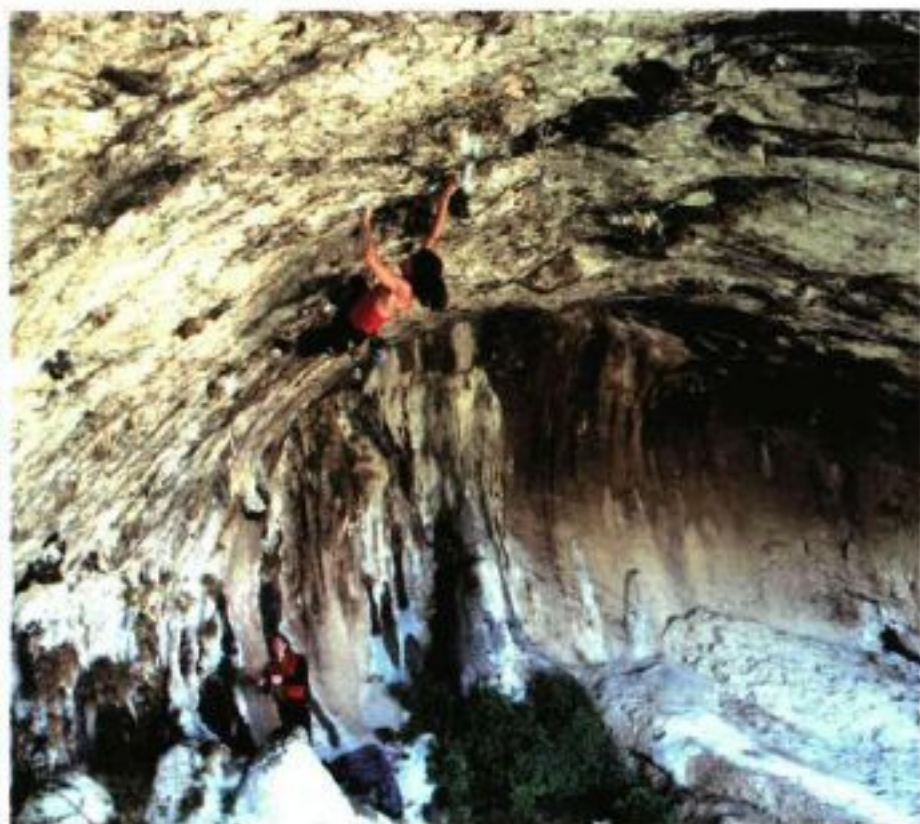


FOTO: RIKAR OTEGI

*"PSICOSIS" 8c

La tercera e importante vía de abril fue escalada en la bóveda de Alquezar. Esta vía es "PSICOSIS" 8c y está situada en la bóveda pequeña en la zona derecha. En tres días de intentos y entre intentos a la húmeda y mojada "Desafiando a Tsunami", pude escalar esta vía totalmente horizontal y muy a bloque, en la que tras un duro chapage hay que ir haciendo unos movimientos dinámicos para alcanzar un reposo. Unos quince movimientos severos nos harán enlazar con la salida de "SEXIBITION" 8b.

Por último y sin salir de esta bóveda de Alquezar también me hice con la anteriormente señalada "SEXIBITION" 8b, además de algún 8a a vista y otros más encadenados. Rikar Otegi no se quedó rezagado y además de "B12" y "NOWA" hizo la quinta ascensión de "DESAFIANDO A TSUNAMI" 8c+/8a.

Josune Bereziartu

MEDIO AMBIENTE

NUEVA AMENAZA EN ARALAR

Recientemente, mientras paseábamos por los alrededores del embalse de

Marumendi se encuentra dentro del Parque Natural de Aralar y éste está declarado Lugar de Interés Comunitario (LIC) por la Unión Europea y, por tanto, está sometido a los dictámenes del Plan de Ordenación del parque natural y de la Directiva Hábitat. El espíritu fundamental de ambos documentos se basa en la conservación, y en su caso mejora, de la situación de las especies y de los hábitats naturales.

Cuando se talan casi todos los árboles grandes de un bosque desaparece para muchos años su estructura forestal y cambian radicalmente las condiciones ambientales del entorno. Eso significa que muchas especies forestales tendrán que buscar otro refugio fuera de esa amplia zona o, simplemente, desaparecerán de ella. Además, la estructura del hayedo quedará condicionada a muy largo plazo, ya que el favorecer árboles de la misma edad acarreará una extrema simplificación durante las siguientes generaciones, en detrimento de su biodiversidad.

En definitiva, la mayor riqueza de los parques naturales y demás espacios protegidos radica en la naturaleza bien conservada y en consecuencia, no la degrademos en aras de obtener un

nuestro ascenso hasta que hidratamos a la cordada y la pusimos a buen recaudo en una de nuestras dos tiendas. Acto seguido comenzamos a ascender de nuevo.

Justo al acabar La Tortuga, en la rampa de la pendiente, encontramos al herido y a Simone Moro, bastante cansado por el trabajo que había realizado. Les dimos de beber y a partir de allí nos hicimos cargo nosotros del rescate. Bajamos a Tom Moores sin problemas hasta el campo IV. Después de curarle nos repartimos tres en cada tienda, para lo que situamos al herido en la tienda de Moro y Urubko, que era más cómoda por estar recién montada y en la que quedaba más sitio que en las otras.

A la mañana siguiente, en vez de intentar ascender a la cumbre del Lhotse, como había sido nuestro propósito antes de conocer el accidente, nos dedicamos a continuar el rescate de Tom Moores. Le recogimos de la tienda de Moro, le vestimos y equipamos, y dos de nosotros, Oscar Cadiach y Alberto Zerain, bajamos al accidentado hasta el cruce con la vía del Everest, unos 250 metros más abajo. Allí acabamos convenciendo a dos sherpas que bajaban de vacío de los campos del Everest, para que lo trasladaran hasta el Campo Base. De hecho, sólo lo hicieron hasta el campo III, donde mucha gente se hizo cargo de terminar el rescate.

Conseguido esto, volvimos a subir al Campo IV, en el que Moro y Urubko disfrutaban de un merecido descanso. Cenamos con ellos y decidimos unir nuestras fuerzas para realizar un intento conjunto a la cima, ya que habían abandonado su proyecto de travesía al Everest. También llegó al Campo IV una expedición de cuatro personas, liderada por la británica Peta Watts, para subir con oxígeno al Lhotse.

A la madrugada siguiente, salimos hacia arriba todos los que estábamos en el campo IV: primero los cuatro con oxígeno y luego nosotros seis. Al cabo de un rato Moro, Callado y Oñate abandonaron la ascensión y el resto conseguimos llegar a la cumbre.

COMENTARIOS A LA CONTINUACIÓN DE ESTA HISTORIA

En resumen, en el rescate de Tom Moores intervinieron bastante gente.

Creemos que hay que agradecer a todos ellos y no sólo a Simone Moro, que tuvo el mérito de hacer el primer movimiento, encontrar al accidentado y llevarle una parte significativa del camino hacia el campo IV. Pero a partir de entonces nos hicimos nosotros cargo del rescate, y al día siguiente lo bajamos hasta ponerlo en manos de dos sherpas y luego de los montañeros del campo III.

Sin embargo, a Moro le ha sido muy rentable atribuirse en exclusiva el rescate, que le ha dado mucha fama y dinero. No estamos en contra de que se le haya hecho este merecido reconocimiento público pero lo inadmisibles es que está buscándolo una y otra vez, aun a costa de falsear los hechos, ignorando, primero, y luego despreciando e incluso ofendiendo a los demás. Nosotros creemos



■ Tom Moores en el C IV del Lhotse poco antes de que Cadiach y Zerain le bajasen hasta el C III

que nuestra participación fue decisiva y estamos orgullosos de haber contribuido a salvar la vida de Tom Moores.

Durante estos tres años hemos dejado estar el asunto, aunque lo considerábamos injusto y desproporcionado, en aras de no enturbiar una bonita historia de solidaridad en montaña. Pero creemos que las declaraciones aparecidas recientemente en una nueva revista española de montaña, volviendo a repetir una historia amañada, son ya demasiado. Denunciamos el oportunismo de Simone Moro, y su rentabilización de aquella hermosa acción, convirtiéndola en una interminable operación de marketing. Tenemos muchos testigos que respaldan nuestra actuación, desde el propio protagonista del accidente, el joven Tom Moores, hasta por ejemplo, los italianos Silvio Mondinelli y su compañero de cordada, Mario Merelli. Además de ellos, vivieron de cerca el rescate, por encontrarse en el Campo III del Everest, Edurne Pasaban, Kike Lasa, Inaki Otxoa de Olza, Patxi Goñi, Julen Deketa, Mikel Álvarez e Iván Vallejo, entre otros montañeros más.

Exigimos a Simone Moro, y a los medios de comunicación que han reproducido una historia deformada, una pública rectificación que aclare los hechos de una vez por todas.

Les agradeceremos que publiquen esta carta en su revista. Atentamente, 31 de mayo de 2004

Oscar Cadiach, Eloy Callado, José María Oñate y Alberto Zerain.

MUERTE RAYO

El pasado domingo 29 de febrero el joven José Ramón Romáña Rodríguez, atleta y montañero de la Federación Vasca de Montaña perdió la vida, tras ser alcanzado por un rayo en el monte Aien (Bizkaia). Van estas palabras en recuerdo a nuestro amigo muerto y desde ellas; quiero transmitir nuestro duelo a su familia. Muchas gracias.

A JOSE RAMÓN ROMÁÑA RODRIGUEZ, compañero montañero y deportista.

Ayer te recordamos en la fría plaza de Santurtzi donde, seguramente, unos días entrenabas y otros, tomabas unos potes con los amigos... tantas caras conocidas, tantos recuerdos del principio en el Club de Montaña Gainerantz... es como que aquella tarde gris en la que te fuiste con el rayo, hubiera prolongado su funesta sombra en todos nuestros corazones.

Muchas gracias, amigo, por haber derrochado vitalismo y espíritu de lucha entre nosotros, por habernos cedido durante un tiempo tu amable rostro... tal vez, en el dolor y en la muerte podíamos encontrar vida, cuando recordemos tu energético ánimo, el cual quisiera que perdurará para siempre entre nosotros; tal vez, ahora recordándote, detrás del gris fatal, encontremos la serena claridad que sigue a la peor tormenta.

El largo caminar nocturno por las montañas en las pruebas de "Hiru Handiak", el asfalto interminable de los maratones, los pacientes ascensos a las elevadas cumbres, las horas de entrenamiento por luchar contra el

tedio, contra el peso plomizo del tiempo, la dura competición por lo humano, sin premios y sin gloria, la sana actividad de hacer las cosas por no caer en la mediocridad, por ser más fuerte y valeroso desde uno mismo, los paseos en el escenario bello y eterno de la Naturaleza. ¡Qué bonito morir haciendo aquello que amas! ¡qué triste marcharse tan pronto, cuando nadie se lo espera!...

Oskar Espinosa Gago
Club de Montaña Gainerantz

ANUNCIOS GRATUITOS

Proyección "Piera Menta". Alpes esquí-alpinismo extremo. 45 minutos de duración con fundidos y música. Comentarios en euskera o castellano. Tel. 630 233 934 (Joserra Basaguren).

Proyección sobre Kathmandú y trekking en la región de Solu-Khumbu, con ascensión al Imja Tse (Island Peak), ambientada con música autóctona. En euskera o castellano. Tel. 676 169 306 / 946 733 523 (Asier Aranzabal y Mila Gallestegi).

"Tour del Monte Rosa". Montaje de diapositivas con fotos de Xabier Rezabal y comentarios de Casimiro Bengoetxea. Tel. 606 387 175 (Casimiro Bengoetxea) y 659 489 110 (Jesús M^a Alquezar).

PUBLICACIONES

NOVEDADES

Título: Rutas por la montaña palentina (3ª edición). Autores: Varios. Edita: Ediciones Calamo, 2004. Formato: 13 x 22 cm. Páginas: 205. Precio: 14,50 €

Título: Guía de descenso de cañones y barrancos de Pirineos. Autores: Gómez, E. y Tejero, L. Edita: Editorial Barrabés, 2004. Formato: 14 x 21 cm. Páginas: 395. Precio: 20,50 €

Título: Vignemale, el señor del Pirineo. Autor: Martínez, A. Edita: Ediciones Desnivel, 2004. Formato: 14 x 21 cm. Páginas: 295. Precio: 17 €

Título: Rutas para descubrir Euskal Herria (2ª parte). Autor: Martín, I. Edita: Travel Bug, 2004. Formato: 15 x 22 cm. Páginas: 220. Precio: 17,95 €

Título: Fuentes Carrionas. Autor y editor: Salcedo, F., 2004. Mapa escala 1:25.000. Precio: 4,70 €

Fernando González
Librería Tin-Tas Viajes y Mapas

CONCURSO DE CUENTOS DE MONTAÑA

- El plazo finaliza el próximo 30 de junio
- 925 euros en premios
- Bases publicadas en los nº 213 y 214 de Pyrenaica



NATURALEZA
AVENTURA
GASTRONOMÍA



Sendas y Cimas - La Rioja

Senderismo, escalada, rapel, espeleología, tiro con arco, caballo, orientación, tirolina

En bodega típica: patatas a la riojana, chuletas al samiento y vino de Rioja

Tel. 941 371309 - 666071287
e-mail: correo@sendasycimas.com
www.sendasycimas.com
Mayor, 27 Uruñuela (LA RIOJA)

MULTIAVENTURA & SPORTS

ALPES

1 al 15 de agosto de 2004

| | |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| Mont Blanc 4810 m Francia | • Trekking en el valle de Zermatt |
| Cervino 4478 m Suiza | • Vuelo en helicóptero al Cervino |
| Gran Paradiso 4061 m Italia | • Narbonne (playa) Mediterráneo |

Guiados por Joserra Basaguren y Guías de Chamonix

PRESENTACIÓN: 8 de julio (Jueves) a las 19 horas en la casa de cultura de Abadiño (Bizkaia)

Reservas:
• Tel. 94 426 31 88 Fax. 94 426 39 59
• e-mail: hizura@halcon-viajes.es

SUSCRÍBETE A PYRENAICA

Año 2004
(4 números)
Precio: 14,30 €

Tenemos tapas para encuadernar 2 años de Pyrenaica

BOLETÍN DE PEDIDO

Apellidos y nombre: _____
Domicilio: _____
C.P.: _____ Población: _____

Deseo recibir

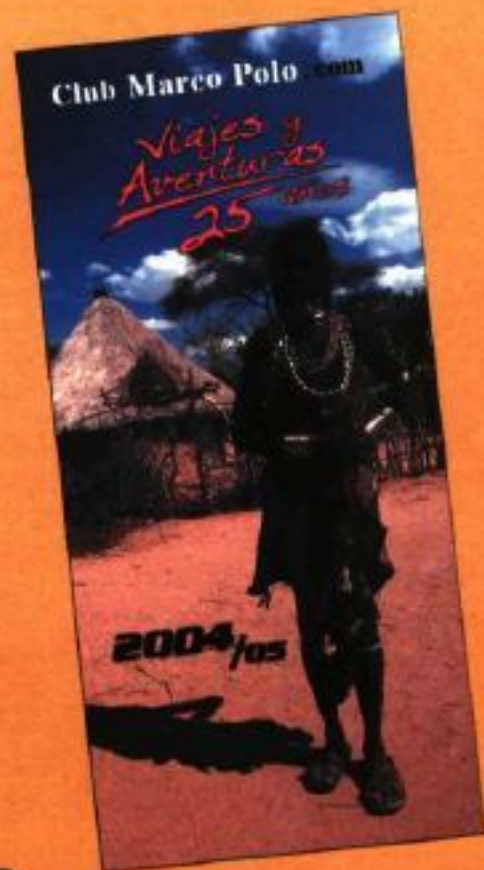
Suscripción 2004
 Tapas para encuadernar 2 años

Forma de pago:

Caja Laboral: 3035-0072-00-0720030006
BBVA: 0182-4700-19-0203044628

Enviar a Pyrenaica - Apdo 4134 - 48080 Bilbao

¿Ya te has decidido?



Porque en el Programa de Viajes y Aventuras 2004/05 del Club Marco Polo vas a encontrar mil alternativas para sentirte vivo, para disfrutar, para recorrer caminos diferentes, para degustar otros platos, para conocer otros mundos, para descubrir otros cielos, otras estrellas, otros vientos y otros soles... Para Viajar y volar, para engrandecer tus experiencias... Todo eso y con mil opciones diferentes...

¿Te has decidido ya?

Club Marco Polo .com



| | | |
|--|---|---|
| Plaza Nueva, 10 - 1ª Tel: 944 169 016 Fax: 944 157 580 bio@clubmarcopolo.es 48005 BILBAO | Plaza Mayor, 1 - 2ª Tel: 913 641 146 Fax: 913 641 393 mad@clubmarcopolo.es 28012 MADRID | Via Laietana, 59 - 4ª 2ª Tel: 934 122 550 Fax: 933 174 480 bcn@clubmarcopolo.es 08003 BARCELONA |
|--|---|---|

Tel: 902 101 200
www.clubmarcopolo.com

- ◎ **SENDERISMO**

 - La Palma: 2 Octubre
 - Madeira: 2 Oct; 28 Nov
 - Sierra Nevada: 19 Jun; 10 Jul.
 - Eskoziá 4 y 30 Julio; 8 Agosto
- ◎ **PIRINEOS Y PICOS DE EUROPA EN VERANO**

 - Travesías Circulares. Julio y Agosto.
 - Del Balaitous al Aneto: 15 Agosto
- ◎ **TRAVESIAS GLACIARES**

 - Dolomitas Ferratas 16 Julio
 - Travesía del Oberland Bernés 25 Jul
 - Chamonix-Zermatt: 1 Agosto
 - Alrededor del Cervino 15 Agosto
- ◎ **TREKKING EN ALPES**

 - El Tour del Mt Blanc. 6 Agosto
 - El Tour del Mte Rosa. 6 Agosto
 - Alrededor del Cervino. 14 Agosto
- ◎ **ALPES: "AL AIRE DE LOS CUATRO MIL"**

 - Semanas de Alpinismo: Julio, Agosto, Sept.
 - Mont Blanc, Mte Rosa, Dom Mischabel, Jungfrau.
- ◎ **TREKKING**

 - Kirgyzia: Al Campo Base del Kang Tengri, Tien-Shan, 8 Agosto
 - CB Everest 22 Setiembre
 - Alrededor Annapurnas 22 Setiembre
 - Glaciar del Baltoro 17 julio
 - Marruekos Alto Atlas 3 Julio; 25 Set
- Patagonia 16 Diciembre

◦ Alrededor Akonkagua 17 Diciembre
- ◎ **ESPEDIZIOAK**

 - AKONKAGUA 6959 m. 17 Dic, 26 Dic, 02 Enero
 - OJOS DEL SALADO 6882 m. 02 Dic.
 - 3 Grandes de America: Ojos, Pissis, Akonkagua. 02 Dic
 - ELBRUZ 7 y 25 julio; 22 Agosto
 - KILIMANJARO 30 julio; 9 Agosto
 - CHIMBORAZO 6 Agosto; 17 Dic
 - HUASCARAN 17 Julio
 - MARBLE WALL PEAK 6400 27 julio
 - LENIN 7.134 m. 24 Julio y 31 Julio
 - KOMUNISMO 7.495 m. 22 Julio
 - AMA DABLAM 6.856 m, Nepal. 22 Sept

Pastandegia Etxea. 31891 Gaintza. Navarra • Tfno/Fax 948 513233 • e-mail: info@mendiaketaherriak.com • www.mendiaketaherriak.com

¡ESTO ES VIDA!

Y esto también.

Cuerda TREK 7,8
20 m 820 g

Arnés MAC
1/M 375 g



Ideales para proteger los pasos comprometidos en excursiones, glaciares y en esquí de travesía.

roca Safety in action

www.rocaropes.com

VENOM INSTINTO DE ESCALADA



LA SPORTIVA® is a trademark of the shoes manufacturing company "La Sportiva S.p.A." located in Italy (TN)

VENOM

Evolución
de las especies
Sensible, preciso,
dinámico.
Proyectado hacia
el futuro



LA SPORTIVA

Proveedor oficial de
grandes emociones

Solicita
catálogo
gratuito



Fax. 943 33 65 16
e-mail: altitud@altitudsport.com
www.lasportiva.com

PARA APASIONADOS DE LA MONTAÑA



CON TODOS LOS BENEFICIOS DE UNA TARJETA VISA CON MUCHA ALTURA:

- Sin responsabilidad en caso de uso fraudulento, siempre que nos lo comuniqués en las 24 horas siguientes.
- Cobertura de protección de compras.
- Dinero extra al instante con solo una llamada telefónica. (En función del límite de crédito)
- Y muchas más ventajas... ¡sin tener que cambiar de banco!

Hemos creado una tarjeta **VISA** con todas las ventajas para los que amamos la montaña **Y PARA CELEBRARLO, MIRA QUE OFERTAS DE SUSCRIPCIÓN**

12 números de la revista

Desnivel
REVISTA DE MONTAÑA

+VISA DESNIVEL

22€*

La solicitud está sujeta a un análisis previo de riesgo.
*A abonar en la tarjeta una vez activada.

12 números de la revista

GRANDES ESPACIOS
NATURALEZA ACTIVA

+VISA DESNIVEL

7€*

La solicitud está sujeta a un análisis previo de riesgo.
*A abonar en la tarjeta una vez activada.

12 números de la revista

escalar

+VISA DESNIVEL

22€*

La solicitud está sujeta a un análisis previo de riesgo.
*A abonar en la tarjeta una vez activada.

Si ya **eres suscriptor**, pero quieres tener tu **VISA DESNIVEL**, sólo tienes que solicitarla.

SIN CUOTA ANUAL.
SIN CAMBIAR DE BANCO

MIRA QUÉ VENTAJAS:

Descuentos del **10%** en las mejores tiendas especializadas*:

5% de descuento en la **Librería Desnivel** de Madrid o en www.libreriadesnivel.com

Nueva **VISA DESNIVEL**

Sin cuota anual. Sin cambiar de banco

Solicítala hoy mismo. Llama al

900 810 808

Citando la referencia: **DESXG1652**

RELACION DE TIENDAS: A CORUÑA: **NORTREK** C/ Ines de Castro, 7 bajo, 15005 A Coruña. Tel. 98161674. ALMERIA: **TAMIS** Avda. de la Cruz, 38, 04008 Almería. Tel. 950 27 17 07. ANDORRA: **ALPESPORT** Avda. Miquel Mateo, 9, Les Escaldes, Andorra. Tel. 376825108. BARCELONA: **TANDEM SPORTS** Crta. San Fruits, 7, 08600 Bera, Barcelona. Tel. 93 822 18 20. CADIZ: **WAINGLUNGA** C/ Muñillo, 35, 11010 Cádiz. GRANADA: **SHERPA** C/ La Paz, 20, 18002 Granada. Tel. 958523361. **SÓLO AVENTURA** C/ Adella, 1 local H.Urb. Jardín de la Reina, 18006 Granada. Tel. 958 12 53 01. **NEVADENSIS** Guías de Naturaleza y Educadores Medioambientales, 18411 Pampaneira, Granada. **GIJUPUZCOA**: **IZADI** Usandizaga, 18, 20002 San Sebastián. Tel. 943293520. **BELAGOA KIROLAK** C/ Enea, 9, 20006 San Sebastián. Tel. 943 42 22 91. ISLAS BALEARES: **FORACORDA** Miquel Marqués, 20, 07002 Palma de Mallorca. Tel. 971463004. LAS PALMAS: **LIMA ESPORT** C/ Gamonal, 6, 35110 Vecindario, Santa Lucía, Las Palmas. Tel. 928791529. MADRID: **3 VALLES** Pza. Luca de Tena, 4, 28045 Madrid. Tel. 914684280. **ROCK & ICE** C/ Moratines, 15, 28005 Madrid. Tel. 915178691. **COMPAÑIA DE MONTAÑA YARDANA** C/ Donoso Cortes, 36, 28015 Madrid. Tel. 91 594 04 98. **CUSPIDE** C/ Reina Mercedes, 19, 28020 Madrid. Tel. 91 6345939. **ALASKA** C/ Cartagena, 174, 28002 Madrid. Tel. 91 674 10 59. **BUCEO ESPELEO Y MONTAÑA S.L. (BEM)** Avda. Padre Piquer, 58 Local 2, 28024 Madrid. Tel. 91 711 20 58. **LA TIENDA DE LA MONTAÑA** Corredora Baja de San Pablo, 8, 28004 Madrid. Tel. 91 531 00 99. **OCHO DOBLE MONTAÑISMO** C/ Real, 107, 28980 Parla. Tel. 91 605 60 55. MALAGA: **LA TRUCHA** C/ Carretera, 100, 29008 Málaga. Tel. 95 221 22 03. MURCIA: **BAZAR LA TIERRA** C/ Mayor, 264, 30820 Alcantarilla (Murcia). Tel. 968 80 0463. NAVARRA: **MENDI KIROLAK** Castillo de Maya, 45, 31003 Pamplona. Tel. 948 24 79 86. ORENSE: **ZAGORA** C/ Valle Inclán, 18, 32004 Orense. Tel. 988 269708. SEVILLA: **RISKO** C/ Santa Rey, Oriental Local 37, 41002 Sevilla. Tel. 954 52 08 49. **PEDAL Y AVENTURA** C/ Castilla, 139, 41010 Sevilla. Tel. 95 433 17 75. **BAZAR JUVENIL** Montzón, 30, 41018 Sevilla. Tel. 954 61 47 17. **DEPORTEMANIA** C/ Santiago, 10, 41008 Sevilla. Tel. 95 441 73 66. TARRAGONA: **NAMASTE** C/ Lleida, 9, 43001 Tarragona. Tel. 977 2164211/ C/ Umó, 9, 43001 Tarragona. Tel. 977 2257281/ C/ Major, 4, 43201 Reus. Tel. 977 34080. TOLEDO: **KEWAY** San Isidro, 1, 45600 Talavera de la Reina, Toledo. Tel. 925 82 15 50. VALENCIA: **PATAGONIA** Guillen de Castro, 106 Bajos, 46003 Valencia. Tel. 963936052. **DEPORTES AITANA** C/ Borrull, 16, 46008 Valencia. Tel. 96 3923871.

* Excepto en productos en promoción y precios netos. Los libros sólo tendrán un 5% de descuento.

Esta tarjeta se emite por **MBNA Europe Bank Limited**. Sucursal en España.

*A abonar en la tarjeta una vez activada.

Prueba

unas **active line**
de Bestard

Ligeras, cómodas, impermeables y transpirables, así son las nuevas **active line** de Bestard



...Ni las notarás



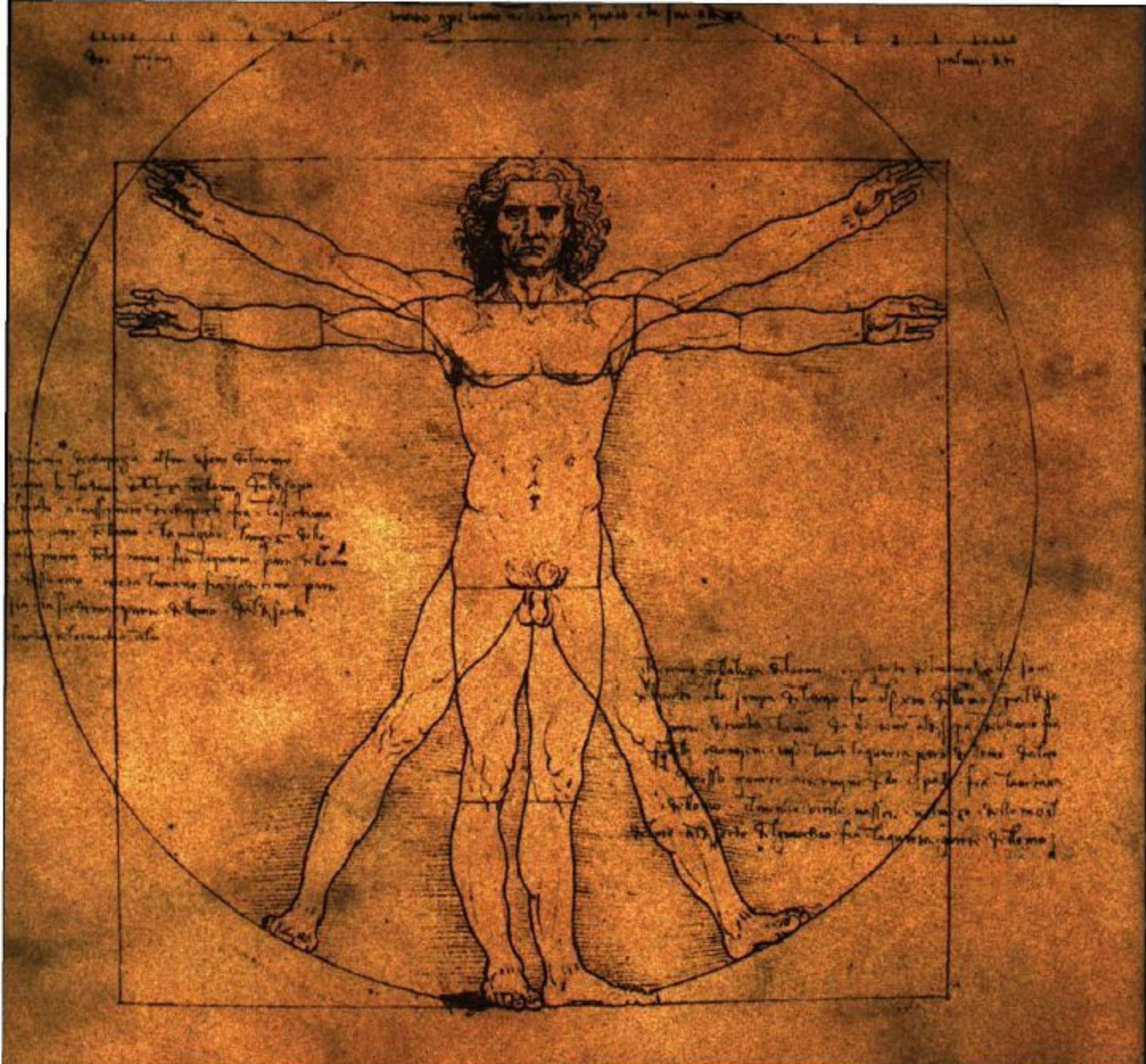
www.bestard.com



SINCE 1940

III ACTIVE LINE: Zapatos técnicos de alta calidad, ideales para una gran variedad de actividades outdoor: trekking, senderismo, walking, travel, Camino de Santiago...

- **Piel** serraje o nobuk hidrofugado, combinados con cordura-mesh para una mayor transpirabilidad y ligereza.
- **Protecciones** en la puntera y talonera para mejor resistencia a la abrasión.
- **Forro** Gore-Tex® XCR para garantizar la impermeabilidad y un 25% más de transpiración.
- **Suela** Vibram® Multisport, combinación óptima entre agarre y resistencia.
- **Entresuela** de EVA microporosa, que proporciona una extraordinaria ligereza y una muy buena amortiguación, evitando así, que se transmita la fuerza de los repetidos impactos de de cada paso a rodillas, caderas, columna y cráneo.



SÓLO LO ESENCIAL



Nada falta y nada es superfluo ~ Leonardo Da Vinci

SAMA - 330 g



Para crear un arnés que sea cómodo y ligero a la vez, se requiere una mezcla de ciencia y arte. Las dimensiones de la cintura y las paderas de los arneses Sama y Adjama están específicamente diseñadas para un ajuste perfecto, sea cual sea la morfología del escalador. Cuando el arnés se ajusta a tu cuerpo como si hubiera sido fabricado a medida, tu única preocupación es escalar.

Más información en www.petzl.com

www.vertical.es

ADJAMA - 370 g



PETZL