

PYRENAICA

EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA | FEDERACIÓN VASCA DE MONTAÑA

ZANSKAR

Hendaiatik Donibane Garazira | Parque Natural del Alto Najerilla | Montes de Gistredo
Legarmendi mendigunean barrena | Longyearbyen - Pyramiden
Monte Sinaí | Ainhize Belar | Barranquismo en Albania
Bushcrafters | Nuestra historia · Los tres grandes



Suscríbete a / Harpidetu zaitez

PYRENAICA

Año 2024 (4 números / zenbaki)

Prezioa: 18€



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

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

LEHIAKETAK · CONCURSOS

XXI CONCURSO DE ARTÍCULOS DE MONTAÑA (2024)

Participan los artículos en euskera o castellano que se publiquen en Pyrenaica durante 2024, seleccionados entre todos los recibidos. Los artículos han de aportar novedades sobre lo publicado en cualquier medio y ajustarse a la normativa de Pyrenaica (ver en www.pyrenaica.com). Serán premiados el primer, segundo y tercer clasificados.

XXI MENDI ARTIKULUEN LEHIAKETA (2024)

2024an zehar Pyrenaican euskaraz nahiz gaztelaniaz idatzi eta argitaratutako artikuluek parte hartuko dute. Artikuluak originalak izatea baloratuko da eta Pyrenaicaren arauekin bat etorriko dira (ikus www.pyrenaica.com). Lehenengo, bigarren eta hirugarren sailkatuak sarituak izango dira.

XXII CONCURSO DE FOTOGRAFÍA DE MONTAÑA (2024)

Participan las fotografías que se publiquen en Pyrenaica durante 2024, excepto las que forman parte de artículos. Se enviarán como máximo cuatro fotografías digitales no publicadas en otro medio. Tamaño: 18 cm en su lado más largo. Resolución: a 300 ppp/dpi, espacio de color RGB. Formato de archivo: jpg. No se interpolarán los archivos ni se añadirán máscaras de enfoque. Serán premiados el primer y segundo clasificados.

XXII MENDI ARGAZKIEN LEHIAKETA (2024)

2024an zehar Pyrenaican argitaratutako diren argazkiek parte hartuko dute, artikuluetan agertzen direnak izan ezik. Gehienez lau argazki bidaliko dira beste komunikabide batean argitaratu gabeak. Tamaina: 18 cm bere alderik luzeenean. Erresoluzioa: 300 dpi-tan, RGB kolore-espazioa. Artxibo-formatua: jpg. Ez dago artxibategiak tartekatzerik ezta enfoke maskarak gehituzkerik ere. Lehenengo eta bigarren sailkatuak sarituak izango dira.

ENVÍO DE ARTÍCULOS Y FOTOGRAFÍAS

INCLUIR: Nombre y Apellidos del autor/a, dirección, email y tfno de contacto.
ENVIAR A: contacto@pyrenaica.com (Asunto: Concurso Pyrenaica) ó a: Pyrenaica. Julián Gaiarre, 50-trasera. 48004 Bilbao.
Los trabajos recibidos quedarán en propiedad de Pyrenaica y no podrán publicarse en otro medio hasta su devolución. Los premios se entregarán en la Gala del Montañismo Vasco de 2025. La participación en el concurso implica la aceptación de estas bases; las dudas serán resueltas por el Jurado.

ARTIKULU ETA ARGAZKIEN BIDALKETA

Izen-deiturak, helbidea, e-posta eta harremanetarako telefono zenbakia.
BIDALI: contacto@pyrenaica.com (Gaia: Pyrenaica Lehiaketa) edo: Pyrenaica. Julian Gaiarre, 50 trasera. 48004 Bilbao.
Aurkeztutako lan guztiak Pyrenaica aldizkariaren jabetzapean geratuko dira, beste edozein hedabidetan argitaratzerik egongo ez dela, harik eta itzuliak izan arte. Epaimahaiaren erabakia eta sari banaketa 2025eko Euskal Mendizaletasunaren Galan egingo da. Lehiaketan parte hartzeak berak, honako oinarri hauek onartzen direla adierazten du. Oinarrien aplikazioan sor litezkeen zalantzak Epaimahaiak ebaziko ditu.

100

Betidanik betiko



1924-2024

P23 530 TREKKER QL - Precio 58.00 €



Telescópico 3 sectores, se ajusta de 64-135cm, aluminio anodizado 7075, punta de widia, tapa de punta, ajuste rápido de abrazadera, mango de esponja densa con correa ligera. Se suministra con soporte para bastones y doble juego de ruedas de trekking + nieve.

P23 528 APPROACH - Precio 88.00 €



Plegable o de solo 33cm cuando está cerrado, se ajusta de 110-130cm, aluminio anodizado 7075, punta de widia, tapa de punta, ajuste rápido de abrazadera, mango extendido de esponja densa con correa ligera. Se suministra con soporte para bastones y doble juego de ruedas de trekking + nieve.

P23 529 TRAVELLER - Precio 88.00 €



Plegable o sólo 33cm cuando está cerrado, se ajusta de 110-130cm, aluminio anodizado 7075, punta de Widia, puntera, ajuste rápido de abrazadera, asa de Nordic Walking con correa de liberación rápida. Se suministra con soporte para bastones y doble juego de ruedas de trekking + nieve.

INFORMACIÓN Y PEDIDOS:

Whatsapp 655 718 626 Mail: Karlos@hazten.es web: www.hazten.es

VIPOLE
HIGH QUALITY POLES

Montañas cercanas y lejanas



Gertuko eta urrutiko mendiak



5 EDITORIAL · EDITORIALA

6 HENDAIATIK DONIBANE GARAZIRA

GR-10AREN ARRASTOAN
Mikel Arrizabalaga

14 CIRCULAR POR EL PARQUE
NATURAL DEL ALTO NAJERILLA

Iñigo Jáuregui Ezquibela

22 MONTES DE GISTREDO

Begoña Fernández Díaz · Paulo Etxeberria Ramírez

28 LEGARMENDI MENDIGUNEAN BARRENA

MENDITXIKI
Iosu Alberdi Balzategi

30 LONGYEARBYEN - PYRAMIDEN

ZEHARKALDI POLARRA SVALBARDEN
Jorge Gorosarri eta Gontzal Martínez

34 MONTE SINAÍ

EL MONTE DE MOISÉS
Matilde Sanz y Lara Longa

38 FOTOGRAFÍA

Josu Fernández · Marcos Ramos

41 ZANSKAR 2023

Joseba Iztueta

46 AINHIZE BELAR

KIMU BERRIA
Ioritz Gonzalez Lertxundi

Beste diziplinak eta historia



- 50** ALBANIA
BARRANQUISMO EN LA ÚLTIMA FRONTERA DE EUROPA
Joseba Azketa
- 54** BUSHCRAFTERS
LOS NÓMADAS DEL BOSQUE
Koldo Iturriagagoitia
- 60** NUESTRA HISTORIA (IV):
LOS TRES GRANDES
Antxon Iturriza

Actualidad Berriak



- 62** EUSKAL MENDIZALETASUNAREN XXVII. GALA
XXVII GALA DEL MONTAÑISMO VASCO
- 64** MENDI LASTERKETAK
Alberto Mella Garate
- 66** NOTICIAS EMMOA ALBISTEAK
- 67** EMF BERRIAK · NOTICIAS FVM
- 72** MEKNF BERRIAK · NOTICIAS FNDME
- 73** PUBLICACIONES · ARGITALPENAK
- 74** AUDIOVISUALES · AUDIOBISUALAK
- 75** XAVIMOUNTAIN

PUBLICACIÓN TRIMESTRAL DE
EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA

Se publica desde 1926
OCTUBRE-NOVIEMBRE-DICIEMBRE
N.º 293 - 4ª de 2023

Edita: Euskal Mendizale Federazioa
Presidente: Zigor Egia
Director: Iván Ruiz

Equipo de Redacción: Paulo Etxeberria, Begoña Fernández, Ioritz Gonzalez, Iñigo Jauregui, Xabi Mujika y Fernando Tijero

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

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

Mapas, maqueta y preimpresión: SUA EDIZIOAK

Azaleko argazkia: Zanskarreko diedro perfektuetako batean Ibon Mendia eskalatzailea. Joseba Iztueta

Diseño: Amel Mendizabal [Sua Edizioak]

Imprime: Mccgraphics, S. Coop.
Embolsado: Publimark

E-mail: contacto@pyrenaica.com

[@RevistaPyrenaica](https://www.facebook.com/RevistaPyrenaica)
[@revista.pyrenaica.aldizkaria](https://www.instagram.com/revista.pyrenaica.aldizkaria)

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

© PYRENAICA

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

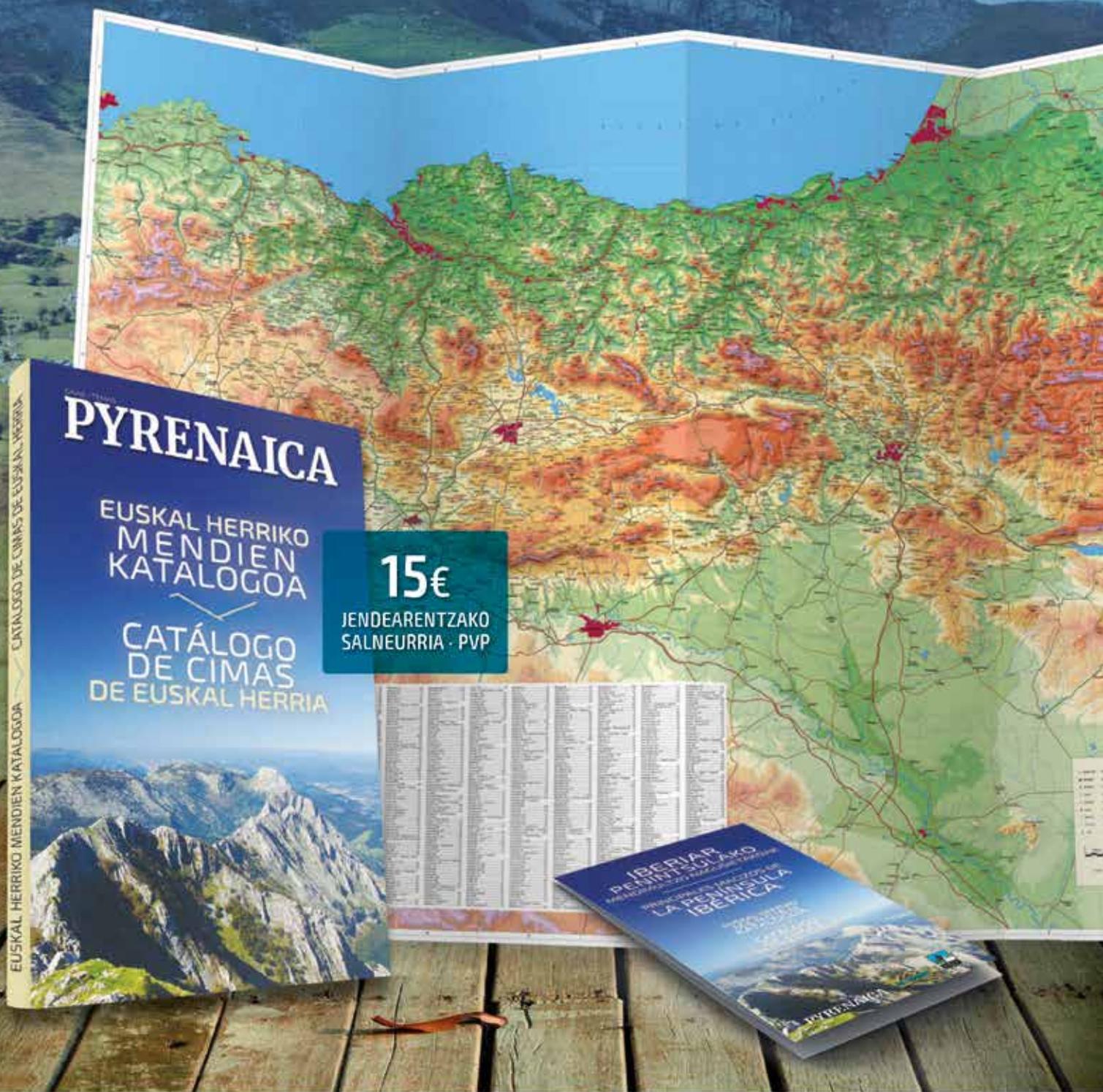
Testu eta argazkien jabetza intelektuala eta copyright-a egiteenak dira, beraz egile edota Pyrenaicaren baimenik gabe, debekatuta dago artikuluen zati baten edo erreprodukzio osoa egitea.

www.pyrenaica.com

EUSKAL HERRIKO MENDIEN KATALOGOA

CATÁLOGO DE CIMAS DE EUSKAL HERRIA 2018

EDIZIO EGUNERATU BERRIA · NUEVA EDICIÓN ACTUALIZADA



15€

JENDEARENTZAKO
SALNEURRIA · PVP

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

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

O T R O M O D E L O E S P O S I B L E

Durante un tiempo, algunos montañeros entre los que me incluyo, fuimos lo suficientemente ingenuos como para pensar que el deporte que practicábamos era más noble o ético que otros deportes. O que su marginalidad garantizaba, hasta cierto punto, la pureza de sus valores y un cierto altruismo asociado a una finalidad que, a la postre, se reducía a ascender montañas por el mero placer de hacerlo, por la alegría y la satisfacción que se experimentaban tras hollar la cima. Aquellos tiempos pasaron. Los acontecimientos sucedidos a lo largo de este pasado verano en el K2 y entre los que destacan la muerte en vivo y en directo del porteador baltí Muhammad Hassan, su masificación y la proliferación de turistas de montaña y agencias nepalíes ávidas de éxitos y clientes, nos demuestran que el alpinismo o esta versión del mismo, apenas se diferencia del resto de deportes. Es lo que toca cuando se vive inmerso en un sistema en el que sólo se valoran la eficiencia, la productividad y la rentabilidad económica; en el que la gratuidad y el desinterés son despreciados.

Sin embargo, sigo pensando que otro modelo es posible, un modelo que tal vez algunos tachen de conservador pero que creo que produce muchas más satisfacciones y alegrías personales que el que nos venden los titulares de prensa y las agencias de noticias. Un modelo alejado de los récords, la velocidad, la mercantilización y tasación de las cumbres, los fortísimos desembolsos económicos o las reglas de la oferta y la demanda. Uno presidido por la sostenibilidad, la cercanía, el respeto, la falta de ambiciones, el disfrute y, por qué no, la lentitud. Al fin y al cabo, así fue como los pioneros del alpinismo y nuestros propios padres se iniciaron en la montaña alcanzando grandes dosis de felicidad. ¿Para qué queremos más?

No sé si las palabras anteriores conseguirán convencer a nadie o hacer que algunos recapaciten sobre la deriva a la que estamos asistiendo y la conveniencia de rectificar y escapar del estrecho marco en el que algunos quieren encerrar este deporte. Si no es así, espero que la lectura de los artículos de esta nueva edición de Pyrenaica sirva de inspiración y acicate para recorrer los senderos por los que transitaron nuestros antepasados. Unos senderos no sujetos a compraventa que seguirán dándonos momentos inolvidables.

REDACTOR DE
PYRENAICA

PYRENAICAKO
ERREDAKZIO KIDEA



Iñigo Jauregui Ezquibela

B E S T E E R E D U B A T J A R R A I D A I T E K E

Garai batean, zenbait mendizalek gure kirola beste batzuk baino zintzoagoa edo etikoagoa zela pentsatzeko bezain inozoak izan ginen, ni neu barne. Jokaleku ezberdinean egoteak balio jakin batzuen araztasuna eta nolabaiteko altruismoa bermatzen zuela, neurri batean behintzat. Helburua, azken finean, mendira joatea zen, mendia igotzeak eskaintzen zuen plazer hutsagatik, gailurra zapaltzeak ekartzen duen gogobetetze eta pozagatik. Garai haiek igaro ziren. Joan den udan K2n izandako gertakariak, esaterako Muhammad Hassan baliar garrailariaren zuzeneko heriotzak, edo mendiko turistak ugaritzeak eta masifikazioak, edo bezero bila arrakasta gosez aritzen diren Nepalgo agentziak ugaritzeak, besteak beste, adierazten dute alpinismoaren egiteko modu hori ez dela beste hainbat kirolen ezberdina. Horixe gertatzen da efizientzia, produktibitatea eta errentagarritasun ekonomikoa bakarrik aintzat hartzen diren sistema batean bizi garenean; sistema horretan, doakotasuna eta esku-zabaltasuna mespretxatu egiten dira.

Hala ere, beste eredu bat posible dela pentsatzen jarraitzen dut, batzuek kontserbadoretzat jo dezaketen eredu bat, baina, nire ustez, komunikabi-deetako lerroburuek eta albiste-agentziek saltzen digutena baino askoz gehiago poztzen eta asebetetzen gaituena. Errekorretatik, abiaduratik, gailur-merkantilizaziotik eta tasaziotik, diru-ekarpen handietatik edo eskariaren eta eskaintzaren arauetatik urrun dagoen eredu. Iraunkortasuna, hurbiltasuna, errespetua, anbiziorik eza, gozamina eta, zergatik ez, abiadurarik gabe eta lasai ibiltzea baliosten dituen eredu. Azken finean, horrela hasi ziren alpinismoaren aitzindariak eta gure gurasoak mendian, eta zoriontsuak izan ziren. Zertarako nahi dugu aldatu?

Ez dakit arestian adierazitako hitzek inor konbentzitzen duten. Ez dakit bizitzen ari garen noraezaz inor hausnarketa bat egitera bultzatuko duen, edo batzuek kirol honi ezarri nahi dioten esparru estu bezain itxitik ihes egiteari buruz gogoeta egingo ote duen.

Hala ez bada, espero dut Pyrenaicaren ale honetan irakurgai dauden artikulua gure arbasoak ibili ziren xendetan ibil gaitezen inspirazio eta pizgarri izatea. Salerosketaren menpe egongo ez diren xendak; une ahaztezinak eskainiko dizkiguten xendak.

HENDAIATIK DONIBANE GARAZIRA

GR-10AREN ARRASTOAN

TESTU ETA ARGAZKIAK



Mikel Arrizabalaga
(Donostia-Eibar, 1957)

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

Gure herriko mendietan maiz ikusi ditugun bide-seinale zurigorriek erakutsi ohi digute aukeratu beharreko norabide zuzena. Horietako bi, Euskal Herriko Pirinioak bere osotasunean zeharkatzen dituztenak dira, GR-10 eta GR-11 ibilbide luzeak hain zuzen ere. Lehena Iparraldeko lurretan zehar hedatzen da, eta bigarrenak, berriz, Hegoaldeko herri, baso eta mendiak zeharkatzen ditu.

Artikulu honetan, GR-10ak Hendaiatik Donibane Garaziraino marrazten duen bidea erakusten da, Bizkaiko Golkoko itsas-bazterretik atera eta Nafarroa Behereako hiriburu ederrean amaitzeko. Mendien magaletan barreiatzen diren borda, baserri, zelai, baso, tontor eta abarretan murgildu gara tarteka bertako elezahar eta istorioak gogora ekarriz. Gure herri zahar hau ziprztintzen duten hamaika paisaia ederrez gozatzeaz gain, gure kulturaren eta historiaren pasarte esanguratsuak gogora ekarri ditugu, hots, euskararen herria ezagutzeko eta maitatzeko hamaika arrazoi.

Abadiako Dunbak edo Bikiak



HENDAIA

Zeharkaldi honen lehen zatia nahikoa laua da eta ez du ahalegin berezirik eskatzen. Hondarraitz hondartzaren beste muturrean dauden Bikiak edo Dunbak izenez ezagutzen diren bi haitzei bizkarra eman eta martxan jarriko gara. Txingudiko badiaren ertzetik aurrera egin eta Hendaia zeharkatuko dugu kale artean ibiliz. GR-10aren bide-seinale zurigorriek erakutsiko diguten norabidean, herriko azken urbanizazioak atzean utzi eta zelaien artetik igaroko gara, muino txikien gainetik. Atzera begiratu, Txingudiko badia eta Hendaia ikuspegi ederraz gozatzeko parada izango dugu, beste aldera, berriz, garoz estalitako muino berdeak.

Hego-ekialderantz joko dugu segidan, D810 errepidea zeharkatu eta berehala, landa-errepide txiki bat hartu eta urratsez-urrats Biriaturko auzo de Garlatzera helduko gara. Auzoa atzean utzi eta A63 autobidea zeharkatzen duen tuneletik kilometro bat egingo dugu Biriatura iristeko. Etxe ederren artean malda txiki bat igo eta San Martin elizaren aurrean dagoen plazaxora igoko gara, udaletxea ere bertan ikusiko dugu.

BIRIATU

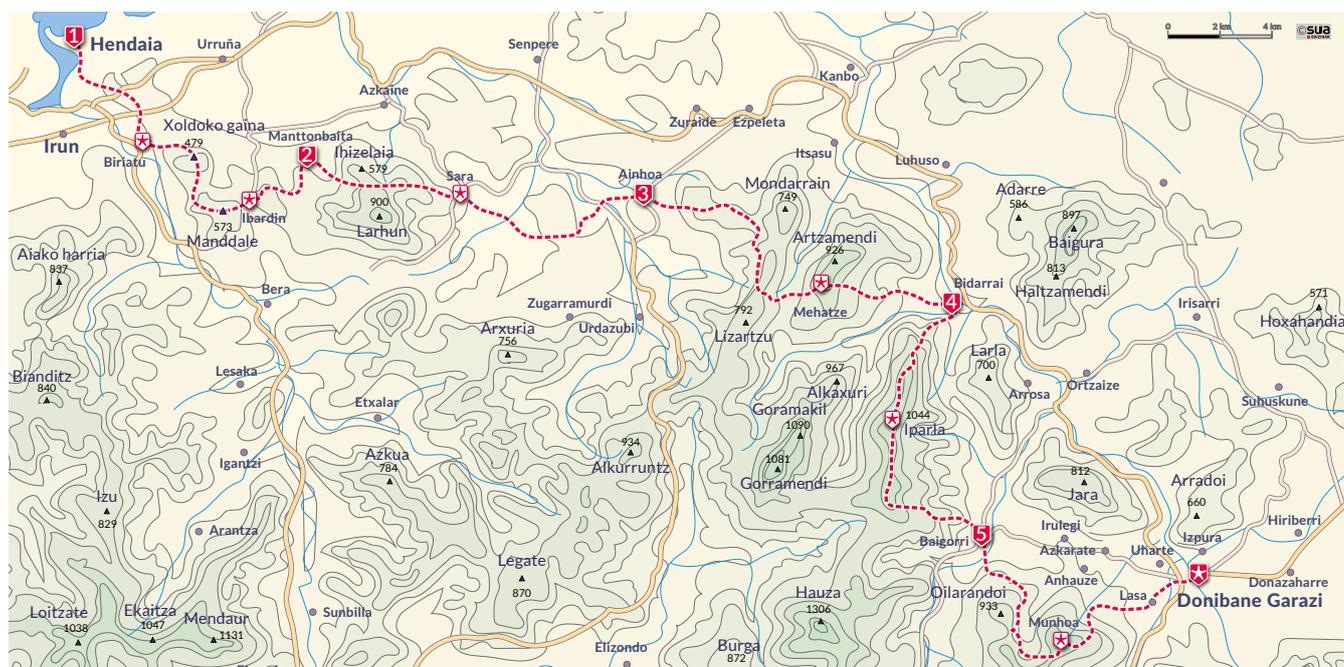
San Martin elizaren ondotik igaro, hile-riaren hormen ondotik pasa eta berehala, Kukutxoa etxearen aurretik pasatu eta



Txingudiko badia Xoldoko gainetik

gero, GR-10ari dagozkion bide seinaleek erakusten diguten norabidean igotzen hasiko gara. Laster, bide baliztua utzi, eta aurrez aurre ditugun Perdrixko haitzen ondora joko dugu, malda pikoari aurre eginez. Argindar poste erraldioen azpitik igaro eta gero, xenda nabarmenetik egingo dugu aurrera. Bide nagusiarekin bat egin, eta gandar biribilduan zehar erraz helduko gara Xoldoko gaineko tontorrera. Ikuspegi zabalaz gozatzeko tartea har-

tuko dugu. Euskal kostaldeko herrien eta gertuko mendien ikuspegi bikaina izango dugu. Pirinioetako zeharkaldia egiteko lehen oztopoa den mendiari bizkarra eman, eta Osingo lepo aldera jaisten hasiko gara, malda bizian. Segidan, Bizkarsoro leporantz jaisten den bide zabala hartuko dugu. Horra heltzean, gertu dagoen lakura zuzentzen den pista zabala gure ezkerrean utzi, eta Manddalerantz igotzen dena hartuko dugu.



Euskal kostaldeko herrien eta gertuko mendien ikuspegi bikaina izango dugu

Faalegiko gaina ekialdetik igaro eta Jones lepora erraz ailegatuko gara. Azken aldapa ez da oso luzea, eta urak higatu duen bidezidorra jarraituz, Manddalera iritsiko gara. Han, guda garaiko lubakien aztarnen ondoan, Lapurdi eta Nafarroa banatzen dituen 9. mugarria eta gutunontzia aurkituko ditugu. Iparraldean, Txingudiko badien hasi, eta Errobi ibaiaren bokaleraino marrazten den kostaldean barreiaturik, Lapurdiko herriak han eta hemen ikusi ahal izango ditugu. Mendebalderantz begiratuz gero, Aiako harriko granitozko tontor bikainak, eta, ekialdean, berriz, Larhun mendiko gailurrean, ostatu erraldoiak, TDFko antena itzela... turismo eta teknika-ren izenean eraikitako monumentu eroak. Azkenik, hegoaldean, Saioa, Mendaur, Arxuria eta Nafarroako mendi anitz.

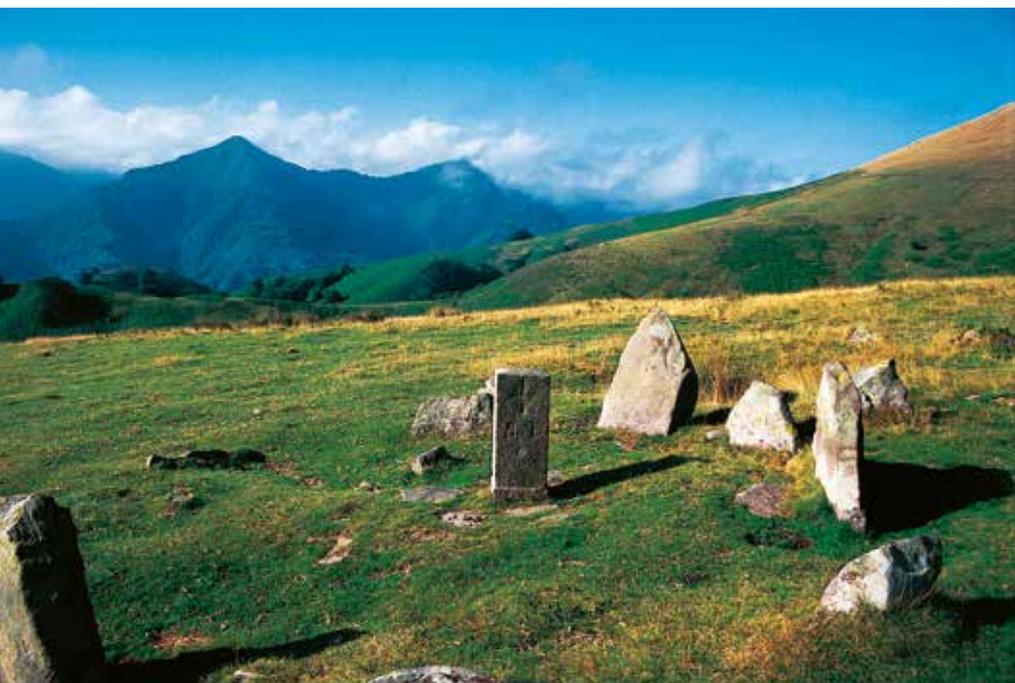
IBARDIN

Begien aurrean dugun guztia identifikatzen luze joko genuke, eta, gure interesa ase ostean, martxan jarriko gara. Ekialderantz hedatzen den gandorrari helduko

diogu. 10. mugarria atzean utzi ondoren, garolekuaren ondotik doan aldapan behera jaisten hasiko gara. Azkar galduko dugu altuera, eta, haitzen artean bidezidorra bilatu aurretik, Manddaleko harrespilaren ondotik pasatuko gara. Historiarreko monumentu megalitiko horretatik gertu, egungo zibilizazioaren aztarnak daude: Ibardingo bentak. Dendak, tabernak, jatetxeak, aparkaleku mordoa... ohi-koa da inguru hauek asteburuetan jendez mukurua egotea, egun-pasa egiteko leku aproposik ez balego bezala.

Beratik datorren errepidea gurutzatu eta, berriz, bide ederrari eutsi eta aurrera egingo dugu, lehenik ipar-mendebalderantz eta gero, ekialderantz. Hasierako malda gogorra berehala leunduko da eta bideak Intzolako paraje ikusgarrietara eramango gaitu. Bailaran murgiltzean, gerizpea, freskotasuna eta Intzolako erreka ur gardenek harrera egingo digute. Erreka ondoko galtzadatik (Napoleonen galtzada deiturikoa) jarraituko dugu Intzolako bentatik gertu dagoen zubitik erreka gurutzatzeko. Beste aldera pasa eta maldan gora abiatuko gara Deskargahandiko lepora iritsi arte. Larhunera zuzentzen den bidea eskuinera utzita, aldapan behera abiatu eta Olheta erreka ondoan dagoen Manttobaita Gite d'Etaperaino jaitsiko gara.

Mehatze lepotik gertu dagoen harrespila



MANTTONBAITA

Manttobaita aterpetik gertu dagoen aparkalekutik abiatu eta honen ondotik ateratzen den bide nabarmenetik martxan jarriko gara. GR-10aren marka zurigorriak lagun pixkanaka altuera hartuko dugu. Basotik atera eta berehala ikusiko ditugu Larhun mendiaren gailurra desitxuratzen dituzten antenak. Konturatu orduko, Errepausuko lepora iritsiko gara. GR-10aren bide-seinaleek erakusten diguten norabidean jarraituz, berehala iritsiko gara Larhun mendiaren tontorreraino igotzen den tren txikiaren trenbidearen ondora. Hau gurutzatu eta gero, Altsanga muinoaren oinean dagoen bidegurutzeraino jaitsiko gara.

Saran 14 otoizleku daude eta horietatik zazpi, Erdi Aroko galtzada zaharrea daude

Trenbidea zeharkatu eta sakanetik jaisten den bidea hartuko dugu hego-ekialderantz. Otadien arteko tarte baten ondoren, pista zabal batetik jarraituko dugu, amildegiaren ezkerreko hegaletik maldan behera. Larhun mendiaren ezproi harritsuak azpiko aldetik inguratu ondoren, asfaltozko errepide batera iritsiko gara eta bertatik jarraituko dugu pista eta hartxintzarrezko bidezidor batzuk hartuz. Asfaltatutako bidetik jarraitu eta berehala iritsiko gara baserri baten ondora eta gertu, metro batzuk gorago, otoizleku zaharrena den San Antonekoa ikusiko dugu basoan txertaturik. Berrito baserrira jaitsiko gara eta honen ondotik ateratzen den lurrezko pistatik (GR-10aren bide-seinale zurigorriak) iturrira jaitsiko gara. Bertakoek diotenez ur honek begietako gaitzak eta ekzemak sendatzeko balio omen du. Lurrezko pista amaitu eta berriro etxe ederren artean zabaltzen den errepidera aterako gara. Gertu ikusiko dugu Sara herria eta bere elizako dorrea.

SARA

Herrian 14 otoizleku daude eta horietatik zazpi, Erdi Aroko galtzada zaharrea aurkituko ditugu herrigunetik oso gertu. Tradizioaren arabera, otoizleku hauek XVII. mendean altxatu ziren Sarako itsasgizon eta arrantzaleen eskariei men eginez. Otoizleku



Arrantzeko Ama Birddinaren kaperaren ondoko hilarriak

bat monumentu erlijioso txiki bat da eta santu bat gurtzeko eraikita dago. Sara, eraikin erlijioso gehien duen euskal herria da.

Turismo bulegoaren aurrean, pixka bat gora doan kalea hartuko dugu eta, amaieran, oinezkoentzako bidetik jarraituko dugu. Harriztatuko galtzadatik San Petri otoizlekuraino joango gara. Eskailerak igo eta zolatutako bide horretatik jarraituko dugu D306 errepidera iritsi arte. Errepidean 400 bat metro egin eta ezkerrera egingo dugu. Kanpina eskuinera utzi eta zubia zeharkatuko dugu. Bide honek lehenengo bentetara eramango gaitu. Bi kilometro jarraitu eta ezkerretik ateratzen den pista hartuko dugu 64. mugarriaren albotik pasatuz. Errobi ibaia inguratzen duen pista ongi seinalez tatu honek Deabruaren Zubira eramango gaitu. D4 errepidea zeharkatu eta oihanpearen artean jarraituko dugu ibaiaren ertzetik. 600 metro geroago, ibaia hormigoizko zubi batetik zehar-

katuko dugu, arrain-haztegia inguratu eta goranzko bidezidor batetik jarraituko dugu errepide txiki batera iristeko. Ainhua herriaren sarreraraino jarraituko dugu.

Mehatzeko lepoan Lapurdi eta Nafarroa Garaiko lurraldeak elkartzen dira

AINHOA

Herriko elizaren aurrean ekialderantz ateratzen den bidea jarraituko dugu eta, Gurutze-bidean, GR-10aren bide-seinaleei jarraituko diegu segidan. Hasieran asfaltatuta dagoen eta ondoren pista bihurtzen den bidetik ordubete baino gutxiago behar izango dugu zuhaitzi batean babesturik dagoen ermitara heltzeko. Gertu, hiru gurutze erraldoi hilarritz inguratuz. Arrantzeko Ama Birddinaren (Arantzako

Ama Birjina) kaperaren honen istorioa irakurri ahal izango dugu bertan dagoen testu batean: *"Iturri miragarri baten ondoan, artzain bati agertu zitzaien, Ama Birddinari eskainia zaio Kaperaren hau. Ez dakigu noiz gertatu den agertze hori, baina erraite ahal dugu Oñateko (Gipuzkoa) Arantzazuko Ama Birddinaren agertzearekin berdintasun aunitz badituela. Aspalditik Ainhoarrak eta, inguruko herrietako biztanleak igaiten dira kaperarat prozesioan, Mendekosteko astelehenean, meza nagusia entzuteko. Mendian den kaperaren ttikitik, Arantzeko kaperaraino, 1886an egin 14 gurutzeko bide bat bada. Bide honen ondoan, harpetxo batean, Ama Birddinaren itxuraren batean, iturriño bat agertzen da. 1898an San Mattin Etchartek eraikiarazi zuen kalbario bat kaperaren aurreko ordozi ttikian, geroxeago 1900ean, Ama Birddinaren itxura bat emana izan zen, kaperaren aurreko kaperatxoan, eta berrikitan (2001)*



hilharriak (gizonarriak) emanak izan dira kalbarioaren inguruan". Kapera atzean utzi eta Errebi mendiaren magalean hedatzen den GR-10aren bide-seinale zurigorriek erakusten diguten norabidean abiatuko gara. Mendia inguratu, Soporro tontorrera zuzentzen den bidea ezkerrera utzi eta Gainekoborda lepora jaitsiko gara, izen bera daraman bordaren ondora.

MEHATZE

Bizkailuze eta Gorospil mendien hegalak zeharkatzen dituen pista belartsu eta ia horizontala hartuko dugu. Bidezidorrak Esteben Bordara eramango gaitu segidan Veauxeko lepora jaisteko. GR-10ari dagozkion bide-seinale zurigorriek erakutsiko diguten bidea jarraituz, berehala hasiko gara maldan gora. Errepidera iristean ber-

tatik Mehatzeko leporantz igoko gara. Leku honetan Lapurdi eta Nafarroa Garaiko lurraldeak elkartzen dira eta inguruan Burdin Aroko zenbait harrespil daude. Metro batzuk beherago, garotan etzanda dagoen iruinarri ederra. Bidetik at, Artzamendi aldera metro batzuk igo eta harrespil osatuenetako bat aurkituko dugu, eta bere zazpi harri handiek osatzen duten zirkuluaren barruan "81" mugarria.

Bidera itzuli eta garo artean zabaltzen den bide zabala jarraituko dugu. "82" eta "83" mugarrien ondotik pasatzean ezkerrean pagadi trinkoa lagako dugu. Bat batean, aurrez aurre panoramika ikusgarria zabalduko zaigu: Iparlako harresi luzea eta Alkaxuriko piramide zorrotza. Aurrera segi eta, Zelaiburuko lepora iristean, gure mendean sakan zirraragarria amaitzen den lekuan, Aritzakun eta Urritzateko haranak

elkartzen diren Sumutsuko borda ikusiko dugu. Atsedena hartu ostean, bidezidorrari helduko diogu eta oso pikoa den malda sigi-sagan jaisten hasiko gara.

Iparlako harresia bi zirko bikainek mugatzen dute: Gapelu eta Talatzekoa

Itsusiko lehen haitzera igotzeko garo artean zabaltzen den xenda gure eskuinera utzita, GR-10aren markak jarraituko ditugu Arruxiako baserrira iristeko, aurrez, Harpeko Sainduaren koba bisitatzeko aukera izango dugularik. Koba honetan dagoen estalaktita bati eman zaion deitura da eta duen giza itxura santu bati omen dagokio.



Sinesmenaren arabera, estalaktita honetik isurtzen den urak larruazal eta begien gaixotasunak sendatzen ditu. Baserrian hasten den errepidetik zubiraino jaitsiko gara eta Baztan ibaiaren eskuineko ertzaren ertzetik jarraitzeko. Bigarren zubira iritsi aurretik, Bidarrairaino doan bidezidorra hartuko dugu.

BIDARRAI

Bidarrai eta Baigorri artean hedatzen den Iparlako harresia bi zirko bikainek mugatzen dute: Gapelu eta Talatzekoa. Gandor luze honek, Errobi ibaiaren ezkerreko ertza menderatzen du Bidarrai eta Baigorri artean. Garo, belar eta txilarrek jazten duten harresi honen kolorea sasoiaren arabera aldatu egiten da, udaberrian eta udan berdez janzten dira magalak, baina

udazkena heltzean, garoa gorritu eta erabat itxuraldatzen da. Bi garaietan bisitatzeari merezi du

Herriko frontoiaren ondotik abitu eta, berehala ikusiko ditugun bide-seinale zurigorriak (GR-10) bidelagun izango ditugu Baigorriara iritsi arte. Hau da Iparlako harresia zeharkatzeko gehien erabiltzen den bidea, oso nabarmena da eta bakarrik lainoa sartuz gero ibili behar da kontu handiz.

Urdakobordia baserriaren ondotik pasa eta Olarrepeako bidea ezkerrean utzi ondoren, Harriondi inguratu eta Pagalepora helduko gara. Lehen atsedena hartuko dugu hemen, zintzurra freskatu eta gandorrari helduko diogu segidan. Inguru harritsu bat zeharkatu eta mendi hegaletik Talatzeko zirko estua ikusi ahal izango dugu. Bertan hartzen du altuerarik handiena harresiak, 350 metroko malkar zo-

rabiagarriak. Aurrera segi, Larrateko hegia inguratu eta Iparlako lepotik gertu ikusiko dugu gailurra.

IPARLA

Presarik gabe Nafarroa Behera eta Nafarroa Garaia banatzen duen gandorrean zehar Iparlara igotzen hasiko gara. Azken metroak belarrezko alfombra zapalduz beteko dugu. Hamaiketako egin baino lehen merezi du tarte luze bat hartzea, gure gorputza poliki jiratzen hasi eta 360°ko itzulua emanaz ikusten dugunaz gozatzeko. Iparlako tontorra talai paregabea da Euskal Herriko mendi gehienak ezezik, iparraldeko kostako eta barruko herriak ikusteko.

Jarraitzeko unea iristean, argazki pare bat atera, traste guztiak jaso eta hegoalderantz ibiltzen hasiko gara. GR-10ari



Baigorri herria eta Etxauzko gaztelua

dagozkion bide-seinaleak jarraituko ditugu eta lepo txiki batera heltzean metro batzuk bete beharko ditugu Tutuliako gailurrera iristeko. Iparla eta Tutulia dira Gapeluko zirkoa mugatzen duten bi gailurrak. Putreek ere lekua bilatu dute zirkon honetako malkarretan. Altuera azkar galduko dugu eta Harrietako lepora iristean, Urdozera doan bidea ezkerrean utzi eta igotzen hasiko gara. Astateko tontorrean gertuago ikusi dugu helmuga, baina oraindik izen bera duen lepora jaitsi beharko dugu Buztanzelaira igotzeko azken maldari aurre egiteko.

Nafarroa Behera eta Nafarroa Garaia banatzen duen gandorrean zehar Iparlara igoko gara

Buztanzelako tontorrera heltzean, tentazioa izango dugu aurrera jarraitzeko, Izpegiko mendateraino jarraitu eta zeharkaldia oso osorik burutzeko, baina Baigorri herria dugu zain eta bide-seinale zurigorriek kasu eginez herrirantz abiatuko gara. Lepora jaitsi eta Aintziagako harkaitzak gure eskuinera utziz, Atxueneako errepide aldera joko dugu. Ibilbidearen azken zati hau luzea

eta aspergarria suertatuko zaigu, baina Iparlako gandorrean zehar hartu dugun gozatuak dena ahantzi araziko digu. Baigorriko erdigune bihurgunetsua kale-errepide bakarretik zabaltzen diren etxeek osatzen dute, eta bertatik kilometro eta erdian ibiliko gara elizaren ondora ailegatzeko.

BAIGORRI

Udaletxearen aurretik abiatu eta GR-10aren bide-seinaleek erakutsiko digute jarraitu beharreko bidea. Eskuinean Iparlako harresia goititzen delarik berehala



Donibane Garazi

berria hartzen du, ezkerretik igotzen da Oilarandoiko magalean zehar. Lepora iris-tean, pistatik igotzen jarraituko dugu Ur-dantzia lepora heldu arte. Aldapa goxoak erraz eramango gaitu Munhoako tontorre-ra. Nafarroa Behereko hiribururantz joko dugu segidan. Beharriako haitzen ondotik marrazten den aldapa pikotik erraz galduko dugu altuera eta hau leuntzen denerrako Lasa herriraino eramangon gaituen errepidera aterako gara. Beste hiru kilometro beteko ditugu Donibane Garaziko hiribildu zaharrera ailegatzeko.

harren artean murgildu eta bere eraikin historikoak ezagutzea. Ondare militarra osatzen duten Mendiguren gaztelua eta Donibaneko zitadelaz gain, harresien barruan lehen Zubiburuko Andredena Maria bezala izendatzen zen eliza dago, gaur egun Jasokuntza eliza deitua. Gortorlekutik eta Errobi ibaitik gertu dagoen elizak, Erdi Aroko harresiaren zati bat osatzen du eta, bere ondoan dagoen eraikinak Andredena Mariaren ospitalea izan zen mende askoan. Elizaren dorreak, zubi erromatarra Zitadelako karrika ederrarekin lotzen du. Merezi du bertako karrketan murgiltzea, plazak, zubiak eta dauden bost ateak ezagutzea, eraikin bakoitzak iraganean murgiltzeko aukera ematen baitio bisitariari.

DONIBANE GARAZI

helduko gara Aldudetik datorren Errobi ibaiaren adarra gainditzeko zubira. Gure eskuinean zubi "erromatarra" ikusiko dugu. Metro gutxi batzuk bete eta ezkerretik jarraitu, errepidea azpitik pasa eta maldan gora jarriko gara. Bidegurutzetan seinale zurigorriek lagunduko digute bide zuzena aukeratzeko.

Asfaltatutako bidea amaitu eta lurrezko pista batetik igotzen jarraituko dugu basoan zehar. Balizatutako bidearen malda gogorrenak gainditu eta gero, Ahartza leporaino igotzen den errepide txikira iritsiko gara. Puntu honetan, GR-10ak norabide

Zeharkaldi hau amaitu eta gero, merezi du Nafarroa Behereko hiriburuko kale za-

HENDAIATIK DONIBANE GARAZIRA					
Etapak	Nondik	Nora	Luzera	Desnibela +	Desnibela -
1	Hendaia	Manttonbaita	22,1	1.091	991
2	Manttonbaita	Ainhoa	21,2	732	710
3	Ainhoa	Bidarrai	21,4	918	891
4	Bidarrai	Baigorri	17,3	1.256	1.241
5	Baigorri	Donibane Garazi	19,9	1.125	1.131
			101,9	5.122	4.964



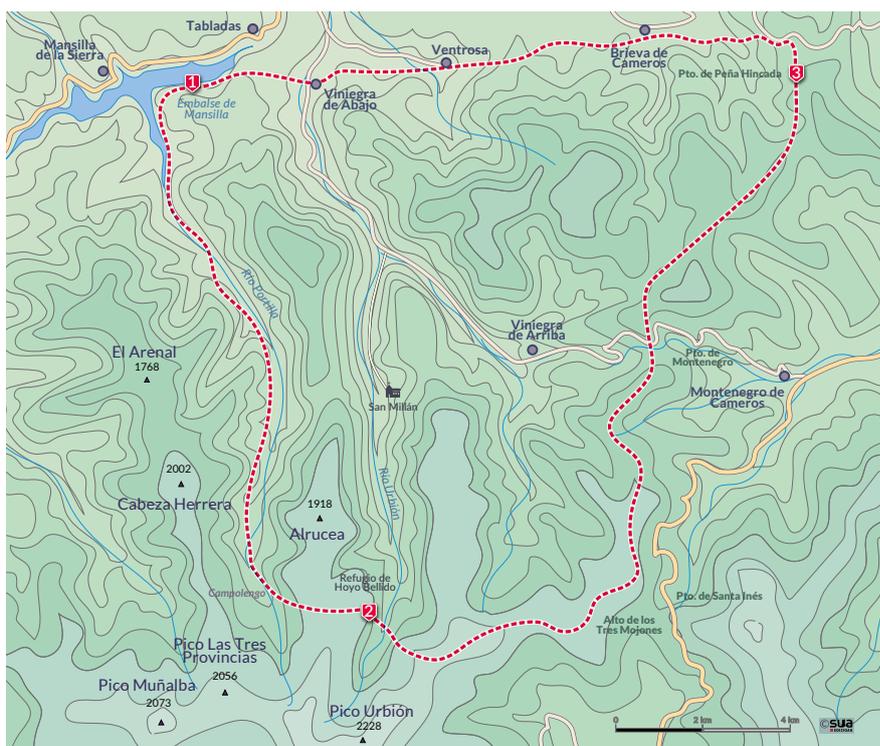
Iñigo Jáuregui Ezquibela
(Bilbao, 1962)

La montaña es uno de los alicientes que animan y dan sentido a su vida. Buena parte de lo que es, se lo debe a ella. El mejor legado que heredó de su padre fue esta pasión, una pasión que nunca se sacia y es inmune al paso del tiempo.

CIRCULAR POR EL PARQUE NATURAL DEL ALTO NAJERILLA

Cuando se publiquen estas líneas es probable que la comunidad autónoma de La Rioja cuente en su haber con un nuevo y flamante parque natural, el denominado Parque Natural del Alto Najerilla. Si las previsiones no fallan y las negociaciones emprendidas por la Administración autonómica con ganaderos, cazadores y alcaldes de los pueblos afectados llegan a buen término, es muy probable que la práctica totalidad del territorio de la comarca de las Siete Villas (45 111 ha) sea amparada por esta figura de protección¹.

Este espacio natural, situado junto al curso superior del río Najerilla, en la confluencia de las sierras de Urbión y Neila con Cameros y la Demanda, acoge la mayor diversidad biológica de toda la región, una variabilidad que afecta tanto a la fauna como a la flora. La primera se manifiesta gracias a la presencia de aves necrófagas entre las que destacan el buitre negro y el quebrantahuesos, cérvidos, jabalíes, visones europeos, desmanes y la existencia de varias parejas de lobos. La segunda a través de la proliferación de formaciones arbóreas de carácter singular (bosques mixtos de frondosas, fresnedas de montaña, acebales...); de una excelente representación de los cinco pisos de vegetación que se extienden por el resto de la Comunidad: encinares, robledales, hayedos, pinares silvestres y pastizales de alta montaña y de especies endémicas o relictas de enorme valor como son el loro de Portugal (*Prunus lusitanica*), el grosellero de roca (*Ribes petraeum*) o la androsela (*Androsace riojana*). Los atractivos anteriores van acompañados por otros no menos importantes como son la existencia del complejo lagunar más importante de La Rioja (lagunas de Urbión); la de un extenso y variado patrimonio etnográfico vinculado a la trashumancia y a la actividad minera y,



finalmente, la de una baja o bajísima densidad de población que, según el padrón de 2019, ascendía a 0'9 habitantes por km² (416 habitantes).

Nuestra propuesta consiste en recorrer durante tres días la parte más agreste de este territorio siguiendo parcialmente el curso de los ríos que lo atraviesan (Portilla,

Urbión, Ormazal y Brieva) y una formación geológica en forma de barra de unos 30 kilómetros de longitud y varios centenares de metros de anchura que se extiende entre Cabeza Herrera (SW) y Ortigosa de Cameros (NE). Este afloramiento compuesto por calizas, calizas arenosas, margas y dolomías coincide con la que fue una de las

1. Nota de la redacción: la creación del Parque Natural del Alto Najerilla fue aprobada por el Parlamento de La Rioja en diciembre de 2022, posteriormente a la redacción de este artículo.



LA RIOJA

principales o la principal área de pastoreo trashumante de toda La Rioja. La correlación no es casual, obedece al hecho de que los pastos que crecen sobre suelos calizos son más nutritivos, abundantes y de mejor calidad que los que lo hacen en otra clase de terrenos.

PRIMERA JORNADA EMBALSE DE MANSILLA – VALLE DEL PORTILLA – REFUGIO DE HOYO BELLIDO)

Siguiendo el mismo itinerario descrito en un artículo anterior (“Portilla: el valle secreto”, Pyrenaica 234), partimos de Santa Gadea (0 h 00 min) decididos a remontar la totalidad del valle por el que discurre este afluente del Najerilla. Avanzamos por terreno conocido y después de dos horas de camino, llegamos a la majada y corrales de La Capellanía (2 h 00 min). Durante los meses de mayo y junio de 2021, este lugar no solamente albergó a más de un centenar de campistas pertenecientes a un grupo denominado “The Rainbow Family” sino que, además, suscitó todo tipo de especulaciones en los principales me-

Muela de Urbión (valle de Urbión)



dios de comunicación. Tras su desalojo por la Guardia Civil, el paraje ha recuperado su estado original.

Aguas arriba, en la confluencia de los arroyos que vierten sus aguas al Portilla, sobre un promontorio, localizamos un antiguo refugio de ICONA (4 h 00 min) que ha sido renovado recientemente. El refugio de La Isla se encuentra más arriba, a media hora de este último, pero se

hallaba en un estado tan deplorable que, si decidimos pernoctar, la mejor opción es hacerlo aquí mismo. La barrera o banda caliza a la que aludíamos más arriba acaba de hacer acto de presencia. La prueba la hallamos en que las rocas, antes grises, han adquirido un inconfundible color blanquecino y en el perfil romo de las montañas que vemos a nuestro alrededor, desde el cerro Cantincao, a la de-



recha, hasta Campolengo y Navilla, a la izquierda. Esta formación geológica tan característica nos va a acompañar durante el resto del camino.

Esta formación geológica tan característica nos va a acompañar durante el resto del camino

Dejando atrás La Isla (4 h 30 min) y su modelado glacial, giramos a la izquierda, en dirección E, atravesamos un regato para pasar al lado opuesto y ascendemos hasta el collado y abrevadero de Campolengo (5 h 10 min). Desde aquí y sin perder altitud, continuamos hacia el E tomando como referencia un cerro pelado formado por la superposición de un número indeterminado de estratos calizos. Un rápido descenso nos

conduce al valle del Urbión y a la cabaña de Hoyo Bellido (6 h 05 min) en la que pasaremos la noche. Ésta se localiza en la margen derecha del río, junto a un grupo de corrales en ruinas y al pie del arroyo seco que nace en un pequeño valle lateral. El lugar, además de ser relativamente confortable, es visitado periódicamente por ganaderos y excursionistas y cuenta con hogar, una tarima elevada y leña abundante.

SEGUNDA JORNADA HOYO BELLIDO – PUERTO DE MONTENEGRO – PEÑA HINCADA

Después de una noche sin incidencias, dejamos el refugio a primera hora de la mañana (0 h 00 min) con el fin de repetir la misma ruta que realizamos hace ya algún tiempo. La primera operación consiste en ganar altura por la ladera en la que se levanta el edificio en el que hemos pernoctado. La fuerte pendiente inicial nos conduce a Hoyo Bellido, un rellano tapizado de hierba y rodeado de fuertes pendientes. Toca girar a la izquierda, hacia el E, y remontar una sección de roca caliza en la que, con algo de suerte, podremos

localizar algún que otro fósil. Poco a poco vamos ganando altura mientras el valle y la Muela de Urbión van quedando a nuestras espaldas. De repente, como salido de la nada aparece un rebaño de ovejas que sólo piensa en llenarse el estómago del forraje que crece en las faldas del pico Ochernas. La última pendiente herbosa nos conduce a una pista (1 h 00 min) y al collado que separa Viniegra de Arriba de Viniegra de Abajo y el Alto de los Tres Mojones del de la Traición. Como tenemos tiempo y la meteorología es excelente, aprovechamos la ocasión para visitar esta última cumbre (1 h 25 min) que presume de ser la más alta de todas las de este mismo cordal (1909 m).

Después de una noche sin incidencias, dejamos el refugio a primera hora de la mañana

De vuelta al collado (1 h 40 min), recuperamos la mochila y descendemos a un nuevo valle más hermoso y bucólico, si cabe, que el que acabamos de abandonar. No hay signos de vida ni presente ni pasada. A la derecha se extiende un bosque de pinos de repoblación que limita con la provincia de Soria; a la izquierda, una sucesión de pendientes descarnadas y desprovistas de árboles. Al cabo de un rato, cruzamos un regato llamado Ormazal (2 h 10 min) que

Ascendiendo por las faldas del pico Ochernas



también da nombre a la cabaña - refugio que se observa en la orilla opuesta. Este y otros topónimos existentes en las inmediaciones (Gurrincheta, Artámila, Aranguencia, Alrucea, Sanchorena, Urbión, Hormazas, Facundia...) parecen indicar que la trashumancia fue una actividad en la que, además de castellanos y extremeños, también participaron pastores de otras procedencias. Por cierto, según el catastro del Marqués de la Ensenada, Viniegra de Arriba, el municipio en el que acabamos de entrar, contaba a mediados del siglo XVIII con 20 200 cabezas de ganado trashumante (19 100 merinas y 1100 cabras) que eran atendidas por 3 mayores, 37 rabadanes, 22 temporeros y 32 zagales. Dos siglos des-



Peña Hincada y Cabezo del Santo

pués, antes del estallido de la Guerra Civil, no quedaban más de cuatro o cinco rebaños y a finales de los 80, solamente uno integrado por 4500 ovejas.

El refugio en cuestión, se encuentra a 1556 metros, sobre un altozano, y, a pesar de estar bastante descuidado, puede servir de base para explorar esta zona. Sin descender un metro, proseguimos en dirección E cruzando la cabecera de dos nuevos regatos: Majada del Acebo y Sanchorena. Las praderas se suceden sin interrupción. Finalmente, un breve repecho nos conduce hasta una pista y una alambrada de espino que marcan los confines de La Rioja (3 h 25 min). Perdemos altura progresivamente por lo que una vez fue un "cordel de ganados" y en algo más de una hora arribamos al puerto de Montenegro (4 h 40 min) y al cartel que anuncia su altura (1592 m) y el inicio de la provincia de Soria.

Camino adelante, sin apartarnos de la pista, alcanzamos el Mojón de los Cuatro Términos, enésimo collado del día (5 h 10 min), desde el que divisamos el Cabezo del Santo y el tramo que debemos salvar para llegar a la cabaña de La Lastrilla. Una vez aquí (5 h 40 min), advertimos que el edifi-

cio, además de haber sido edificado junto a un afloramiento calizo y estar desprovisto de colchones, deja bastante que desear. Así las cosas, tomamos la decisión de continuar regresando al cordal que antes habíamos abandonado y en el que confluyen la Sierra de Castejón y la de las Hormazas. Una hora y pico después (7 h 00 min) hollamos el puerto de Peña Hincada o Canto Hincado (1412 m). Este lugar, citado por primera vez en un documento del año 1016 firmado por Sancho el Mayor, debe su nombre a la existencia de un mojón o menhir de mediano tamaño. En la actualidad, sirve para delimitar y separar las jurisdicciones de Brieva y Ortigosa de Cameros pero en el pasado fue una de las referencias que se emplearon para fijar las fronteras medievales del Reyno de Navarra.

Fue una de las referencias que se emplearon para fijar las fronteras medievales del Reyno de Navarra

Para dormir, descendemos hacia Brieva escoltados por las balizas señaladas con

pintura roja y blanca del GR-190 (Altos Valles Ibéricos) y en cinco minutos más (7 h 05 min) nos presentamos ante la puerta de La Casa de la Mina, un refugio de pequeñas dimensiones y sin equipar que, al menos, cuenta con fuego bajo y una fuente que brota de sus mismísimos cimientos.

TERCERA JORNADA REFUGIO DE LA MINA – BRIEVA – VENTROSA – VINIEGRA DE ABAJO – EMBALSE DE MANSILLA

Como nuestra intención es regresar al lugar en el que abandonamos el coche, las opciones que se nos presentan son muy limitadas. La más razonable consiste en seguir el trazado de la tercera etapa del GR-190, la que comunica Ortigosa o Villoslada con Viniegra de Abajo pasando por Brieva y Ventrosa. De este modo, abreviaremos el recorrido y tendremos la oportunidad de conocer unas localidades que destacan por su arquitectura serrana y el buen estado de conservación de la mayor parte

de sus construcciones. En ellas todavía se puede pasear por unas calles empedradas en las que sus inmuebles demuestran que su pasado fue bastante más próspero que su presente.

Un camino empedrado y sinuoso que se adapta a la orografía del terreno

Dejando atrás el edificio en el que hemos pasado la noche y la galería minera de la que tomó su nombre (0 h 00 min), perdemos altura por un camino zigzagueante y bordeado de arbustos hasta las Tenadas de la Escalera (0 h 15 min), un conjunto de rediles y edificios auxiliares situados en la parte alta de un desfiladero. El descenso prosigue pero, durante unos centenares de metros, lo hace por un camino empedrado y sinuoso que se adapta a la orografía del terreno y al desfiladero calizo por el que discurre. Esta adaptación toma la forma de una escalera caracterizada por el espacio existente entre peldaño y peldaño. Rápidamente alcanzamos el fondo del cortado y avanzando por la orilla derecha del río Berrinche, salimos a una pista (0 h 40 min) y a la carretera asfaltada procedente

de Brieva (0 h 55 min).

Es pronto, muy pronto y, si a eso le añadimos que la lluvia no tarda en presentarse, resulta normal que no veamos a nadie. Atravesamos el pueblo desde el barrio alto (Vadiña) hasta el bajo (Barruso) y, a la altura de la iglesia de Santa María (1 h 05 min), giramos a la izquierda internándonos en un desfiladero en el que acaban de mejorar o abrir una nueva pista. Nueve son los kilómetros que, según un poste indicador, nos separan de Viniegra. Sin apartarnos del tendido eléctrico, las marcas de pintura y las fincas abandonadas que jalonan el recorrido, llegamos al inicio de un carrascal en el que el barranco se bifurca. Como las balizas no mienten, tomamos el sendero de la derecha y finalizada la pendiente que viene a continuación, avistamos un gran rebaño de ovejas y el mojón que corona el puerto del Palo (1 h 50 min, 1282 m). El topónimo no es casual, responde a una leyenda que sostiene que, hace muchos siglos, los habitantes de Ventrosa estuvieron a punto de morir de hambre a resultas de una epidemia de peste y del confinamien-

En las inmediaciones del refugio de La Lastrilla





Camino de Ventrosa

to al que se vieron sometidos durante varias semanas. Si no lo hicieron fue porque sus vecinos de Brieva, decididos a burlar la vigilancia de las autoridades, eligieron ese lugar a fin de suministrarles los víveres que tanto necesitaban. Las entregas se efectuaban regularmente, con la ayuda de largos palos de madera que servían para empujar los sacos y cestas que contenían los alimentos y minimizar el riesgo de contagio.

Los lobos han regresado a la sierra y no tienen la menor intención de irse

Pronto comprobamos que las ovejas se encuentran acompañadas por tres mastines poco o nada amistosos. Afortunadamente, el pastor no tarda en llegar para poner paz, ahuyentar a sus auxiliares y explicarnos que los lobos han regresado a la sierra y no tienen la menor intención de irse. De hecho, los ataques no dejan de sucederse sin que nada ni nadie pueda impedirlo. En su opinión, la única medida realmente eficaz consiste en que el pastor la acompañe constantemente, tanto de día

como de noche, pero nadie, ni siquiera los que como él llevan muchos años en este oficio, está dispuesto a hacer ese sacrificio. No quedan más alternativa que acabar con los lobos o que los lobos acaben con ellos y con la actividad que, durante varios siglos, alimentó y enriqueció a los habitantes de todos estos pueblos serranos.

Retomamos el GR sin alejarnos de las balizas y, tras dejar atrás Ventrosa (2 h 20 min) y las cuatro esferas del fabuloso reloj que ejerce el papel de emblema municipal, ponemos rumbo a Viniegra de Abajo. El camino para llegar a esta última localidad se inicia junto a la ermita del Cristo, al otro lado del puente que cruza el río que atraviesa el casco urbano. No tiene pérdida ni desperdicio porque, además de estar bien conservado, sirve de área de esparcimiento para los vecinos de ambas poblaciones y cuenta con varias fuentes, bancos, vistas panorámicas y áreas profusamente arboladas. El paseo resulta particularmente agradable y casi sin darnos cuenta hacemos entrada en Viniegra (3 h 20 min), un municipio en el que los emigrantes que regresaron tras “hacer las Américas” dejaron excelentes muestras de arquitectura indiana.

Para completar la ruta y regresar al punto de partida, debemos cruzar el pueblo hasta la comarcal LR-333 y, a continuación, tomar un desvío a la izquierda que conduce a la ermita de Santiago (3 h 50 min). Una vez aquí, la pista no finaliza, tal y como sucedía en el pasado, sino que prosigue hasta la cantera y los barracones en la que trabajaban y vivían los peones que construyeron el embalse de Mansilla allá por la década de los 50. Al llegar a este punto (4 h 35 min), es necesario descender hasta el camino que recorrimos con el coche hace un par de días y deshacerlo en su totalidad. Si somos capaces de mantener el ritmo, tardaremos cerca de una hora en alcanzar el lugar en el que estacionamos el vehículo (5 h 40 min).

INFORMACIÓN ADICIONAL

PÁGINAS WEB

<http://www.ign.es> (cartografía)
<http://senderioja.es> (cartografía)
<https://lariojatourismo.com> (información turística)
<https://larioja.org> (información turística)

ALOJAMIENTOS Y RESTAURACIÓN

Hostal Venta de Goyo (Viniegra de Abajo)
Restaurante Irene (Viniegra de Abajo)
Casa rural Tía Quica (Viniegra de Abajo)
Casa rural Casa Lázaro (Viniegra de Arriba)



En la cresta Catoute-Cernella

MONTES DE GISTREDO

Si nos gusta caminar en entornos montañosos tranquilos, en la sierra leonesa de Gistredo podremos disfrutar de lo lindo. Estas montañas presentan perfiles más bien redondeados y aparentemente inofensivos. Los mapas nos muestran multitud de caminos pero, ojo, muchos carecen de marcas y cada vez se encuentran más perdidos bajo piornales y bosques impenetrables. Eso sí, se trata de una zona que hará las delicias de quien busque conocer lugares poco frecuentados y entornos naturales de gran pureza.

La sierra de Gistredo está formada por varios cordales de arenisca, cuarcita y pizarra situados entre el valle del Sil (O), el de Omaña (E) y la Hoya del Bierzo (S). En el fondo de los valles crecen robles, abedules y serbales; en las laderas y en las cumbres, brezo y escoba.

Describimos a continuación cuatro recorridos realizados en dos visitas diferentes: en el mes de abril (Bubín y Catoute) y en agosto (Tambarón y Valdeiglesia).

VALLE DE BUBÍN Y TESO DEL MURIO

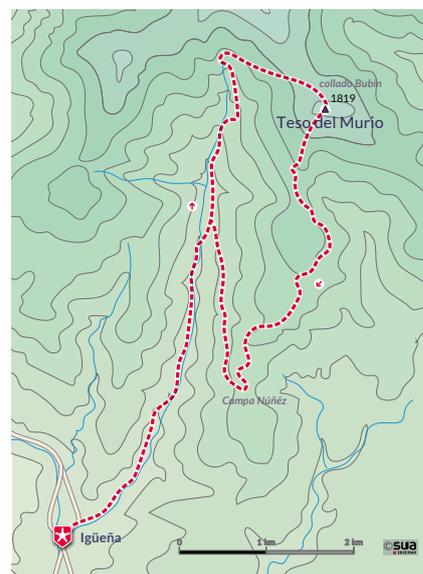
18,5 km, +1000 m

El bonito pueblo de Igüeña se sitúa en las márgenes del río Boeza y es nuestro punto de partida. La situación meteorológica no es buena: al norte, en Babia y Laciana, está nevando copiosamente. Aquí en el Alto Bierzo nos hemos librado de lo peor, pero algunas nubes que rondan la vertiente norte de la sierra de Gistredo consiguen asomarse y escupir pequeñas ventiscas. Ese es el panorama que vislumbramos hacia el norte según caminamos (bien abrigados) a través de las calles de Igüeña.

El valle del río Bubín tiene una orientación prácticamente N-S. El camino que tomamos recorre el valle a lo largo de la margen derecha del río. Es una pista con rodadas y encontraremos un par de fuentes.

Ascendemos acompañados del rumor del río y con vistas a los robledales que cubren las laderas. Hay bonitos roquedos en algunos estrechamientos del valle. Donde no hay robles, abunda el brezo (parcialmente en flor, en estas fechas), las escobas y los piornos. Todo ello conforma un paisaje de gran riqueza cromática, que irá en aumento cuando el brezo complete su floración y broten las hojas de los árboles.

Pasamos junto a la cabaña de las Enseñas o "cabaña de Abajo". Seguimos, ignorando una bifurcación a nuestra derecha (por ella volveremos) para finalmente abandonar la pista por un estrecho sendero en el km 4,5 (hito). Nos elevamos con fuerte pendiente por el robledal, obviando un desvío que nos llevaría al "roblón de Bubín". La senda asciende hacia el fondo del valle. Al otro lado del río podemos ver,



en una pequeña mancha de pasto, la "cabaña de Arriba", a la que habríamos llegado por la pista principal.

Según avanzamos hemos visto alternar pequeñas ventiscas en los altos y ratos de sol: un delirio primaveral en el que ya no sabemos si ponernos el chubasquero o aplicarnos protector solar. El caso es que vamos librando... Al llegar al fondo del valle, el sendero vadea un pequeño arroyo un par de veces y cambia de dirección (SE) para encaminarse a la campa del Murio o collado Bubín (1749 m). En este tramo los robledales, cada vez más aislados, surgen aquí y allá entre las escobas y los canchales, creando bellos contrastes bajo la luz cambiante. Las nubes viajan veloces, pero ya apenas sueltan agua.

Alcanzamos el collado Bubín con cielo bastante limpio pero con un viento norte huracanado, que nos hace descartar las cimas ubicadas al norte del collado (El Murio, Miro Malo, Fernán Pérez). Al asomarnos a la vertiente de Omaña para sacar unas fotos, el viento prácticamente nos tira al suelo. Así que viramos al sur, para coronar el Teso del Murio (1819 m), nuestra modesta cima de hoy.

Los robledales surgen aquí y allá entre las escobas y los canchales, creando bellos contrastes bajo la luz cambiante

TEXTO Y FOTOS



Begoña Fernández Díaz

Natural de Trapagaran, amante de la montaña y la naturaleza. Perteneció al equipo de redacción de Pyrenaica. Miembro de la directiva del Bilbao Alpino Club, y socia del Tallu Mendizale Kirol Kluba.

TEXTO Y FOTOS



Paulo Etxeberria Ramírez

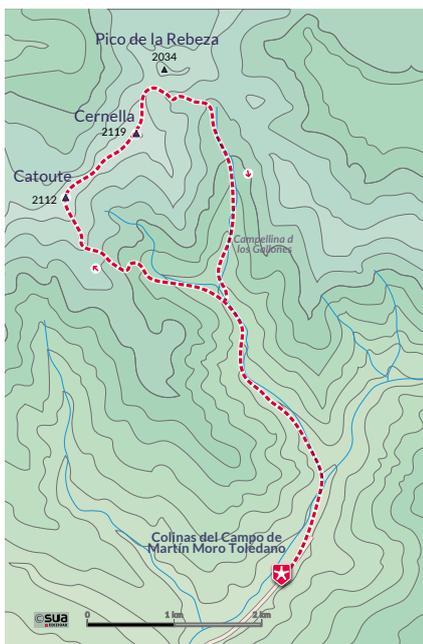
Donostiarra afincado en Bilbao, es miembro de la directiva del Bilbao Alpino Club, y socio del Tallu Mendizale Kirol Kluba y del Club Vasco de Camping Elkartea. Perteneció al equipo de redacción de Pyrenaica.

Hemos de tener cuidado al iniciar el descenso: dejamos la pista ancha que sigue en dirección SE y tomamos en su lugar un sendero de piedra suelta (SSO), por el que descendemos a tumba abierta unos 200 m casi sin darnos cuenta. Luego la pendiente se suaviza y seguimos hasta alcanzar un collado (1519 m). A partir de aquí no abandonamos la pista principal hasta la campa Núñez (1316 m), donde nos salimos para regresar al valle, enlazando con la pista de subida. En el descenso las pequeñas ventiscas han ido en aumento y no hemos podido encontrar un momento tranquilo para reponer fuerzas, así que acabamos almorzando en la "cabaña de Abajo", algo tarde, pero con sol y buena temperatura. Volvemos a Igüña por el camino ya conocido disfrutando del bello entorno.

CATOUTE Y CERNELLA

14,5 km, +1150 m

Hemos dejado el coche a la entrada de Colinas del Campo de Martín Moro Toledano, preciosa localidad con uno de los nombres más largos de una población en España. Cruzamos el pueblo y tomamos una pista que discurre en paralelo al río Boeza. Pasamos un frío espantoso en la sombra hasta que el camino gira hacia el NO y recibe los tímidos rayos del sol, todavía bajo.



Seguimos el curso del cantarín arroyo Susano, entre rebollos, sauces y escobas. En las laderas cercanas, el brezo luce sus primeros colores de primavera en contraste con los grises de los canchales. Descartamos el camino que va a las lagunas de la Rebeza (por ahí regresaremos) y continuamos el ascenso, cada vez más pindio y entretenido, sorteando regueros de agua, pletóricos por el deshielo de la reciente

nevada. Ya estamos en la Campellina de los Gallones, donde tomamos un trago de agua y unas galletas babianas (de mantequilla y boletus).

Del collado a la cima de Catoute (2112 m) queda un corto trecho que salvamos con varias paradas para sacar fotos. La panorámica desde la cima es amplísima. En primer plano, el valle de origen glaciar de Salentinos y buena parte de los montes de



En la subida a Braña la Pena

Gistredo. Más allá, los Ancares, Somiedo, Babia, Ubiñas, etc., todos ellos cubiertos con una fenomenal nevada.

Acometemos ahora el descenso, con mucho cuidado, por la arista NE para iniciar el fácil cresteo hacia Cernella. En unos minutos accedemos a su cima (2119 m), avistando ya la vaguada donde se asientan las lagunas de Rebeza, a las que nos encaminamos descendiendo primero a un

collado. Se trata de dos lagunas unidas por un breve curso de agua, inmejorable lugar para almorzar al sol.

Acometemos ahora el descenso, con mucho cuidado, por la arista NE para iniciar el fácil cresteo hacia Cernella

Descendemos ahora a lo largo del arroyo Susano, que drena las lagunas. La senda discurre entre brezo y escobas, con algún abedul aislado, un par de bonitas cascadas y un vadeo sencillo. Cerca del final, un desvío del arroyo inunda, más que riega, una enorme campa que, cuando las temperaturas lo permitan, se convertirá en un fenomenal comedor para el ganado.



En la cima de Penona

Cruzamos por última vez el arroyo y alcanzamos el camino por el que hemos subido. Cerca del pueblo coincidimos con dos paisanos de edad avanzada que están dando su paseo vespertino. Cruzamos unas palabras con ellos antes de llegar a Colinas.

TAMBARÓN Y PENONA

14,5 km, +850 m

Situado al final de una estrecha carretera que recorre el valle glaciar del río Valseco, Salientes es uno de los núcleos de población más remotos de todo León. Vamos a pasar unos días caminando por esta zona, sabedores de que el territorio tiene los caminos justos y que bastantes de ellos están cerrados por la vegetación, más aún en verano. Por suerte, la dueña del alojamiento es natural de Salientes y buena conocedora de los rincones de sus montañas. Gracias a sus indicaciones haremos dos interesantes recorridos sin meternos en berenjenales (escobales o piornales les dicen por aquí).

Tambarón y Penona son nuestro primer objetivo. Tomamos un camino que discurre en paralelo a unos muros de piedra junto al arroyo Terrafracio, entre chopos, melojos y abedules. Conforme vamos ascendiendo, toman su lugar serbales, alisos, acebos y sauces cabrunos. Terminado el camino (junto a un escondido y fresco manantial), toca estar atentos al GPS ya que comienza un tenue sendero que conviene no perder. La senda se diluye entre escobas y desaparece en los prados, pero conseguimos alcanzar sin mayores problemas el collado de Portilla, donde la mirada se nos va hacia la otra vertiente: el valle de Urdiales, que conduce sus aguas hacia la localidad de Fasgar (Omaña).

Ascendemos a nuestra izquierda por una ladera cubierta de escobas, brezo y pequeñas gleras salpicadas de siemprevivas, para alcanzar la cima de Penona (2097 m), que en Salientes llaman el Tambarón de Montrondo. En el alojamiento tendremos después un interesante debate sobre la normalización de la toponimia.

Ocupan la cima tres grandes cairns y destacan las vistas a buena parte de los montes de Gistredo

Ocupan la cima tres grandes cairns y destacan las vistas a buena parte de los montes de Gistredo (Cernella, Catoute, Valdeiglesia...). Un poco más cerca divisamos el glaciar rocoso de Braña Librán. Enfrente tenemos la siguiente cima, Tambarón (2099 m), cuya rocosa cumbre alcanzamos por un suave collado. Tomamos un almuerzo ligero a base de fruta y frutos secos al rico aire que sopla aquí arriba.

Descendemos por bloques de cuarcita siguiendo hitos y una difusa senda hasta alcanzar una recia cerca que pasamos por debajo. Pronto llegamos al alto del Portillín, uno de los pasos que comunican las comarcas del Alto Sil y Omaña. Desde aquí seguimos un camino ancho que en unos 5 km nos llevará a Salientes. Antes pasaremos por la cuidada cabaña de Forcada,

acondicionada recientemente por el padre de la dueña del alojamiento, refugio abierto a cualquier caminante que necesite guarecerse.

BRAÑA LA PENA Y VALDEIGLESIA

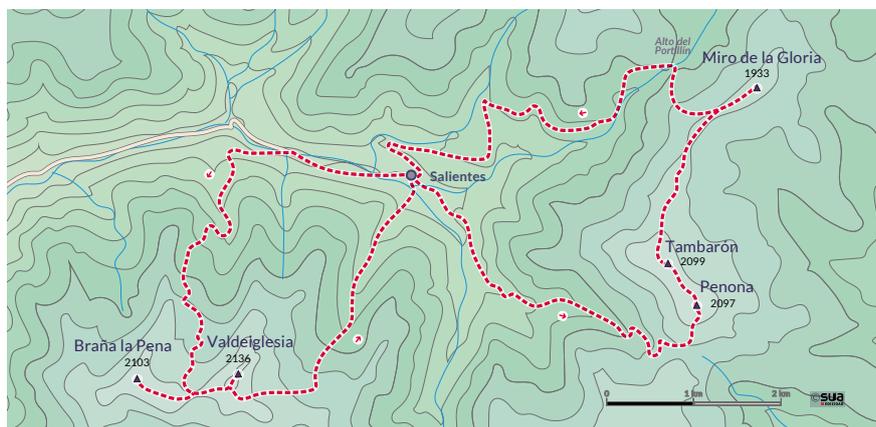
12 km, +1000 m

Esta ruta es exigente a nivel de orientación y no debería ser realizada sin un buen track de referencia. Nos llevará a conocer uno de los circos glaciares más soberbios de las montañas leonesas, y tanto la subida como la bajada se realizan a través de dos valles de gran belleza, pero salvajes y apenas transitados... salvo por los osos (nuestros anfitriones nos han enseñado algunos vídeos de estos bellos mamíferos, captados con cámaras trampa).

Iniciamos el recorrido en Salientes, caminando por la carretera hasta llegar a un puente, donde tomamos un camino que se adentra en el bosque. Al principio el sendero no genera dudas: avanzamos en dirección oeste, inmersos en un magnífico bosque mixto: castaños, serbales, robles, abedules, avellanos... pero enseguida empezamos a encontrar bifurcaciones y tendremos que atravesar algún piornal bastante cerrado. Cambiamos nuestro rumbo acercándonos a la regata Braña la Pena, que remontaremos para acabar cruzándola. Más arriba salimos a un claro donde vemos nuestro siguiente objetivo: la base de los farallones situados al final del espinazo rocoso que culmina en la primera cima de hoy. Por senda difusa llegamos a la Braña la Pena, un bello enclave con una laguna, varios chozos en ruinas y pequeños abedulares, con el telón de fondo de los perfectos diedros de cuarcita que nos vigilarán el resto de la subida.

Son los mejores ejemplos de este tipo de formas de relieve, probablemente, de toda la Cordillera Cantábrica

El siguiente tramo hasta el collado (1998 m) discurre por terreno abierto y menos confuso, encontrando incluso algunos hitos



en la senda. Vemos varias lagunas, algunas secas. Estamos remontando el circo glaciar comprendido entre el pico Braña la Pena y Valdeiglesia, paraje que forma parte del LIG (Lugar de Interés Geológico) denominado Glaciares rocosos de Valdeiglesia-Braña Librán. Se trata de un conjunto de glaciares rocosos relictos muy bien conservados. De hecho, son los mejores ejemplos de este tipo de formas de relieve, probablemente, de toda la Cordillera Cantábrica.

Desde el collado, donde aparecen las primeras vistas al vecino valle de Salientinos y al cordal de Catoute y Cernella, solo nos queda remontar cómodamente otros cien metros escasos para alcanzar la cima del pico Braña la Pena (2103 m).

Volvemos al collado para ascender sin complicación a la Peña de Valdeiglesia (2136 m), techo de Gistredo. Una vez almorzados, el descenso lo hacemos por valle del arroyo Valdeiglesia. Para ello dejamos el cordal tomando una senda difusa en diagonal, orientada hacia el glaciar rocoso, cambiando enseguida a una dirección prácticamente E, para bajar suavemente hasta los 1850 m. En este punto abandonamos la senda tomando rumbo NNE, que mantendremos el resto del descenso. Este será campo a través y buscando zonas despejadas de piornos, hasta toparnos con el arroyo. Una vez cruzado, encontramos por fin una senda boscosa que nos llevará hasta Salientes.

Atardecer en Salientes



MENDITXIKI

LEGARMENDI MENDIGUNEAN BARRENA

Etzandarri euskal mendi taldea Lemoizko gaztetxoaren artean euskararen erabilera bultzatzeko asmoz sortu zen 2015ean. Hilero, mendi irteera bat egiten dugu eta edonor etor daiteke, baldintza bakar bat betez gero: euskaraz jardutea.

*«Inoiz mendien ahotsa entzun duenak ezingo du inoiz ahaztu»
Tibetar esaera zaharra*

Euskal Herrian mendiak euskaraz mintzatzen dira eta, zer esanik ez, Legarmendi/Aramotz mendigunean. Gaur, mendigune horren gailur-lerro ezezagun bat osatzen saiatuko gara ibilbide zirkular bat eginez. Hain zuzen, Pagasarri (838 m), Askorri (812 m), Pagofin (814 m), Aixebe-

larri (824 m), Erdiko Mendia (842 m) eta Atzoker (858 m) gailurrak igo nahi ditugu.

Irailaren 17an gaude eta aurreko egunetan eguraldi nahasia izan dugu. Ia egunero ekaitzak egon dira. Gaurko, ordea, ez da halakorik espero. Goizeko bederatzi eta erdiak dira eta prest gaude. Jone, Elene, Amaieur

eta Olatz dagoeneko beteranoak dira, Jon eta Ibai, gaurko gazteenak, ez hainbeste, baina horiek ere badute eskarmentua. Batu garen gurasook ere gogotsu gatoz. Beraz, kotxeetan banatu eta Durangoko Landae-derra atsedan-lekura abiatu gara, ibilbidea han hasi eta bukatuko baitugu.

Pagofineko tontorrean

TESTUA ETA ARGAZKIAK



Bergarako Pol-pol Mendi Taldean hezia, gaur egun Bilbao Alpino Clubeko kidea da. 2014tik 2019ra Menditxiki taldeko bultzatzailetako bat izan zen. 2015ean Lemoizko Etzandarri Euskal Mendi Taldeko sortzailetako bat izan zen eta gaur egun taldearen sustatzailetako bat da.

Iosu Alberdi Balzategi





Gailur-lerroan

Hamaikak laurden gutxi dira eta eguraldi ona egiten du. Landaederra atzean utzi eta marmol-harrobira doan pista hartu dugu. Pistatik nagiak kendu eta konturatu orduko seinale-zutoin batera heldu gara. Hemen, pista laga eta Mugarrekolandarantz abiatu gara bidezidor bat hartuta. Pendiza gogorra igo ostean Katazka haitzartera heldu gara. Hura pasa eta segidan eskuinera egin dugu zelaietatik gora. Mugarra ikusgarria agertu zaigu orduan. Aldapa gogorra da, baina martxa moteldu eta sigi-saga eginez Pagasarri azpiko aterpetxera heldu gara. Ordubeta igaro da.

Geldiune baten ostean, Legarmendi mendiguneari fama ematen dion karstetik barrera, lehen gailurraren bila abiatu gara: Pagasarri (838 m). Garaiera ertaineko sistema karstiko zoragarri batean sartu gara. Landaerretza ugaria da eta pago batzuk ikusgarriak dira. Gaur, dolina, leize, arrail, lapiaz, troka, haitzulo eta abar izango ditugu bidelagunak. Oso malkartsua da lurra. Tentu handiz heldu gara Pagasarri. Zulo eta arrailaz beteriko pagopean dagoen tontorra izan arren, karst eremuko bista onak dauzka.

Uneaz gozatu eta gero, metro batzuk jaitsi, tontorra inguratu eta mendebaldeko magaletik PR-BI 83 Urkiola-Belatxikieta ibilbidera jaitsi gara. PRak karstetik barrera garamatza eta han-hemenka agertzen diren pinu zahar batzuk paisaiari halako

kutsu alpinoa ematen diote. Kilometro bat eginda, Askorriko oinarrira heldu gara. Han PRa utzi eta Askorriko tontorrari ekin diogu. Ordu batean gailurrean gaude: zoragarriak dira bistak. Gaztetxoak jada gose dira, baina aurrera jarraitu dugu.

PR-BI 83ra itzuli eta berehala seinale-zutoin batera heldu gara. PR-BI 82a Artaunerantz hartu dugu, eta ehun bat metro egin ostean, PRa laga eta ezkerrera egin dugu, Pagofin-Atzoker gailur-lerroaren bila doan korridore belartsu batetik. Azkenik, korridorea kanal harritsu bihurturik, eskuez lagunduta gora egin eta gailur-lerroa heldu gara. Pagofin (814 m) eskuinera daukagu eta berehala bertan gaude. Kontuz ibili behar da, arrailaz beteriko lapiaz eremua delako, baina ez dauka zailtasunik.

Trumoi batzuk entzuten hasi garenez, denbora galdu barik, Pagofinetik Aixebelarrirantz abiatu gara gailur-lerroaz gozatu. Ahuntz talde batekin oso une dibertigarriak izan eta gero, Aixebelarri azpiko zelai batera heldu gara. Ordu biak dira eta dagoeneko zeruan hodei mehatxagarri batzuk agertu dira. Bertan bazkaldu dugu. Trumoiak gerturatzen ari dira eta zerua hodei beltzez estali da, beraz, amebatean jaso eta martxan gara berriz. Aixebelarri (824 m) bertan da eta postontziraino hurbiltzen gara. Ordu bi eta erdiak dira eta euri tanta batzuk jausten hasi dira.



Egoera aztertuta, Erdiko Mendira eta Atzokerrera ez segitzea erabaki dugu eta Artaungan eta Pagofin-Atzoker gailur-lerroaren artean irekitzen den harantxo esekira jaitsi gara. Han, Amudiara doan bidea hartu dugu, gailur-lerrotik baino askoz azkarrago joanda. Amudiatik Mugarrekolandara ziztu bizian joan gara eta justu Oiñiturriera heldu baino lehenago, jada aterpetxerako bidean, lehertu egin du ekaitzak. Korrika batean aterpetxera heldu gara, onik eta siku. Hirurak eta laurden dira. Eskapada ederra egin dugu! Sekulakoa bota du.

Arratsaldeko laurak dira, handiena pasatu dela ematen du eta Landaederrantz abiatu gara. Oraindik ez da guztiz baretu baina azkar atertu du. Katazkatik jaitsi beharrean, marmol-harrobirantz doan bidetik jaitsi gara pistara. Bostak dira, Landaederran gaude, eguzkia berriz nagusi, abentura ondo amaitu da eta gaztetxoak pozik daude. Zer gehiago eska daiteke?

LONGYEARBYEN - PYRAMIDEN

ZEHARKALDI POLARRA SVALBARDEN



Sabine Landeko glaziar-zelaietan, 800 metroko altueran

Artikoko geografiak gure planetako paisaiarik ikaragarrienetako batzuk biltzen ditu, eta Svalbard uharteak Artikoko natura-ingurunearen esentziaren ordezkari ezin hobeak dira. Izotzak arroka ilunak zizelkatu, karrakatu eta leundu ditu pazientziaz, mendi zorrotz, glaziar eta forma zoragarriak sortuz.

Willem Barentsz esploratzaile holandarrak aurkitu zituen Svalbard irlak 1596an, ipar-ekialdeko pasabidearen bila zebiltza-

la, eta, harrezkero, uharte haiek izen propioa izan dute artikoko zenbait esplorazio eta konkisten narrazioetan.

Honako artikulua honek Artikoko paraje zuri amaigabeen barneratzearekin amets egiten zuten 3 lagun bidaia buruz dihardu: Bilbotar bat (Gontzal), Extremadurako bat (Jose) eta gasteiztar bat (Jorge). Jardueraren estiloari buruz, pulkekin eta laguntza gehigarri gabeko eski nordikoa izan zen; zeharkaldi polar klasikoa,

TESTU ETA ARGAZKIAK



Jorge Gorosari
(Gasteiz, 1978)

Zientzietako irakasle eta geologoa. Ehundaka mendi tontor, bailara eta glaziarretan ibili da munduko bazter anitzetan. 800 km batzen dituzten 3 kayak zeharkaldi egin ditu Groenlandian.

TESTU ETA ARGAZKIAK



Gontzal Martinez
De La Hidalga
(Bilbo, 1969)

Mediku gisa lan egin du errefuxiatuekiko gerra ezberdinetan. Lanetik urrunduz mundu zabaletik bidaia du, bai motxiliz bai bizikletaz. Azken urteetan neguko zeharkaldietan espezializatu da.

SVALBARD

Svalbard irlak Ozeano Artikoan daude kokatuta eta Norvegiako Erresumaren partaide dira. Hiru uharte nagusi eta beste txiki anitzez osatuta dago. Uharterik handienak Spitsbergen du izena eta %60a glaziarrez eta elurtutako lurrez estalita dago. Artiko iparraldean dago kokaturik, ipar polotik 1200 km hegoaldera, eta urtean zehar hiru hilabetez solik izaten ditu 0° C-tik gorako batez besteko tenperaturak. Gauerdiko eguzkiak apirilaren 20tik abuztuaren 23ra arte irauten du, eta iluntasunak, berriz, urriaren 26tik otsailaren 15era arte.

2850 biztanle inguru bizi dira Svalbarden. Horietatik 2100 Longyearbyen-en, horixe da herri nagusia eta bertan dago Svalbardeko gobernadorearen egoitza (agintari nagusia uhartedian). Gizakiez gain, hiru ugaztun espezie dira nagusi uhartedian: azeri artikoa, hartz polarra eta Svalbardeko elur-oreina.

HELBURUA: SOBIET BATASUNAREN GARAIKO HERRI ABANDONATUARI BISITA

Proiektuaren helburu nagusia leku geografiko zehatz bat izan ez arren, jomuga bat jarri behar genuen, eta Pyramiden-era-ino ailegatzea izango zela erabaki genuen: abandonatutako meatzari herri sobietar ohia, 78° N 40° W-n kokatua.

Pyramidenen zegoen meategia suediarrek sortu zuten 1910ean eta sobietarrei



Longyearbyen

saldu zieten 1926an. Sobietarrek 1000 biztanle inguruko herri bat sortu zuten bertan: berogailudun adreiluzko etxebizitzak modernoak, liburutegia, zinema, ballet aretoa, kiroldegia, igerilekua, ospitalea, berotegiak, eta abar zituen; guztiz autosufizientea. Sobiet Batasuna desegin zenean, abandonatu egin zuten.

Gaur egun, meategiaren jabe den enpresa errusiarrak eraikin batzuk zaharberri eta hotel bat eta postetxe bat jarri ditu, planetaren iparraldean dagoen bizitokietako bat izaten jarraitzen duelarik,

Ny-Alesund (bertan dago Spitzbergeko Zientzia Ikerketa-Zentroa, 78° N 55° W) eta Siorapaluk (77° N 47° W, Groenlandia) herrixkekin batera. Berez, neguan 5-6 pertsona besterik ez dira bizi egunerokotasunean Pyramidenen.

Zeharkaldia eski nordikoa eginez egitea erabaki genuen, apirilean, tenperatura gordinenak ekiditeko. Nondik joan gintezkeen ziur jakin gabe abiatu ginen, itsas izotzaren baldintzen menpe baikeunden. Dena den, itsasontziz joateko aukera udan besterik ez dago, urtean zehar fiordoak izoztuta daudelako.

HARTZ POLARRAREN NAHITAEZKO PROTOKOLOA

Svalbardek legeria zorrotza du kanpoan egiten diren jardueri dagokienez, hartz polar asko bizi dira eta inguruan. Plantigrado polit horiekin topo egitea oso arriskutsua izan daiteke, eta arma bat eraman beharra dago Longyearbyen herria uzten den unean bertan. Ezin da inora joan errilkerik gabe, eta bat alokatzeko Europako arma-baimena behar da. Gauerako, dendaren inguruan ipintzeko etxean egindako hesi pirotekniko perimetral bat ere eraman genuen, alerta-gailu gisa.





Bünsow Land penintsulako mendietan

Pasadizo gisa aipatuko dut alokatu ziguten erriflea 1940an naziek fabrikatutako Mauser 98 bat zela, eta metalezko alde batean svastikadun arrano bat zeramala grabatuta. Bengala-pistola bat ere alokatu genuen, gehiegi hurbilduz gero hartzak uxatzeko.

JOANEKOA: LONGYERBYEN-PYRAMIDEN, 130 km

Ahalik eta bide laburrenetik egin genuen joanaldia, Adventdalen eta Sasendalen haran luze-luzeak lotuz, Temple fiordora iristeko, eta Bünsow Land penintsulako mendietara heltzeko. Goi-mendietako penintsula malkartsu hura zeharkatzea ze asmoa, 550 metroko bi mendi-lepo gurutzatuz. Ondoren Breen glaziarraren gainaldera iritsi ginen, Adolfbukta golkoan amaituz, non bere men-debaldeko kostaldean Pyramididen baitagoen.

Zazpi egunetan egin genuen ibilbidea, 0° eta -18°ko temperaturekin. Goi-mendiko lepoak pasatu behar izan genituen egunetan elurra mara-mara egin zuen. Temple fiordoa gurutzatzean itsas izotzaren baldintzak onak izan ziren, eta 10 bat kilometro egin genituen itsas izotzean. Han ikusi ahal izan genituen fokak, baita hartz polarraren lehen aztarnak ere, erne jarrarazi gintuztenak. Billefjorden zeharkatzean (14 km inguruko zeharkaldia itsaso izoztuaren gainetik), hartz polarren arrasto gehiago aurkitu genituen berriro.

EGONALDI LABURRA PYRAMIDENEN

Pyramidenen bi egun geratu ginen, lekua lasai ikusteko. Fikziozko eleberri distopiko batetik ateratakoa dirudi. Glaziarrez eta izoztutako itsasoz inguratutako eraikin

sobietikoak fantasmagorikoak dira, abandonatuak izan balira bezala. Leihoen ertzetan habiak egiten dituzten milaka kaioen txilioek artikoaren mutua hausten dute. Plazaren erdian dagoen Leninen estatuak, sinbologia komunistak eta errotulu zirilikoez anakronismo sentimendua areagotu egiten dute. Irekita dagoen eraikin bakarra hotel errusiar bat da. Sarreran, posta-bulegoa, munduan iparralderago ez da besterik izango ziur aski. Hotelean, edari eta janari errusiarrak dastatu daitezke. Bitxia benetan.

Hotelak itxura ona zuen, baina guk meategiko eraikin zaharretako batean kokatzea nahiago izan genuen, itxi gabeko bakanetako batean, aurri-zorian zegoen batean. Batik bat, hartzengandik babesteko perimetra ez muntatzearren, eta lasai lo egiteko. Izan ere, lehenengo gauean hartz bat sartu zen herrira, eta hoteletik 50 metrora ibili zen.



zen. Harra ere, gugandik urrunduz joan zen pixkanaka. Behin lasaiturik, bideari ekin genion berriro.

Itzulerako bidea, irlaren erdialdeko gunee altu bat bizkarrezur baten antze-
ra estaltzen duen glaziar batean barrena
egin genuen. Zona garai hori 5 egunetan
gurutzatu genuen. Pyramidenetik irten
eta bi egunetan, 900 metroko altuerara
igo ginen, eta -20/-29°C-ko tenperaturak
izan genituen astebetetz. Egun horietan
gutxiago ibili ginen eta geldialdi oso labur-
rrak egin genituen, tenperatura baxuak
eramangarriagoak izateko.

Glaziar guneeetatik jaisten ari ginela,
haitzulo bikain bat aurkitu genuen, eta ha-
ren ondoan kanpatu genuen, lasai esplora-
ratu ahal izateko. Egun bat Trejodalen-go
mendietan igoera batzuk egiteko ere apro-
betxatu genuen. 700m-ko altuera zuten,
kota apalak ziren, eta -28 °C-tik beherako
tenperaturak izan genituen. Egun batzuen
buruan Longyearbyen-era iritsi ginen,
abiatu eta 21 egunera.

Juanjo San Sebastiani inoiz entzun izan-
dako aipatuz amaitu nahi genuke: "Men-
dian, plazera honako hauekin lotuta dago:
hotza, gosea eta beldurra". Artikozaleok
ondo ulertzen ditugu hitzok.

Zeharkaldiko partaideak Pyramidenen

ITZULIA: PYRAMIDEN- LONGYERBYEN, 160 km

Pyramidenetik itzultzeko, fiordoaren ur izoztuak zeharkatu behar genituen berriro. Herritik laino lodi artean irten ginenean, bikote bat elur-motorretan hurbildu zitzaigun hartz bat ikusi berri zutela abisatzeko, hartu behar genuen norabidean hain zuzen. Pixkanaka lainoa lausotzen joan zenean, gure aurrean zegoen fiordoa prismatikoekin aztertu genuen, eta... hara! Hartz handi bat! Gugandik kilometro erdira! Hartzak non zebilen arrastoa galdu gabe genbiltzan, baina, hara non aurrerago beste bi ikusi genituen. Eme bat zen, harzkumea segika zuela. Bat-batean hiru hartz polar genituen hurbil, gugandik kilometro erdi baino gutxiagora. Emea gure aurretik 400 bat metrora lasai asko pasatu zen, eta azkenik gure ibilbidetik desbideratu





TEXTO Y FOTOS



Matilde Sanz y Lara Longa

Madre e hija, ambas de Bilbao, acostumbran a viajar juntas teniendo la montaña como el común denominador de sus escapadas. *Mum* tiene más de 1100 montañas reseñadas en *Mendikat*. La Reineta compagina su trabajo habitual con la enseñanza de *Body Balance* y *Pilates*.

Jethro's Mountain

MONTE SINAÍ

EL MONTE DE MOISÉS

Pues, no. La culpa no fue del chachachá. Ni siquiera de las ganas que le tenía yo a Egipto desde los tiempos en que me leía todas las novelas de Agatha Christie y me imaginaba montando a caballo entre pirámides. Nada de eso. La culpa la tuvo una foto de esas que por las mañanas te dan los buenos días desde la pantalla del ordenador: Amanecer en el monte Sinaí.

Aquella fotografía fue el detonante de nuestro viaje. Como varias veces se pusieron de acuerdo en que Egipto no es un país al que viajar de forma individual, contactamos con una agencia de viajes. Es casi imposible encontrar un paquete que incluya el Sinaí. Y cuando ya pensábamos que lo habíamos logrado, y estábamos total-

mente mentalizadas de que iríamos en un autobús en peregrinación cantando algo parecido a "Con flores a María", la cosa se vino abajo. El dinero estaba adelantado, pero el viaje se había suspendido. Aunque resulte extraño, no hubo suficientes personas, en toda España, que estuviesen dispuestas a pagar un buen dinerillo extra

por peregrinar al monte bíblico. O, como iba a ser nuestro caso, para ver amanecer en el mítico Sinaí. Y fue entonces cuando la Reineta sacó del baúl de los recuerdos el título de diplomada en Turismo por una reputada universidad de pago y se dijo que nadie nos iba a estropear la fiesta. Así que, después de volar a Madrid y de allí a Luxor,

nos embarcamos en uno de esos cruceros que recorren el Nilo y, concluida la navegación, nos dispusimos a trasladarnos a la península del Sinaí para ver con nuestros propios ojos el amanecer de la foto de marras. De África a Asia, sólo con cruzar un túnel.

El monte Sinaí, por si alguien no lo sabe, es aquel del que bajó Moisés con las Tablas de la Ley o Diez Mandamientos, para encontrarse con que el pueblo de Israel que él mismo había sacado de Egipto para conducirlo a la Tierra Prometida, ante su tardanza, había construido un becerro de oro. La Biblia, en su libro del Éxodo, lo cuenta todo.

Pero iqué diferentes aquellos tiempos, en los que el célebre Andrés Espinosa visitó el Sinaí, de los actuales! La aventura, hoy en día, consiste más en pasar presto la más de media docena de controles de policía existentes desde que cruzas el Canal de Suez por el túnel de Ahmed Hamdy, de casi cinco kilómetros, que en subir hasta la cima del bíblico Mount Sinaí (2285 m) o Jebel Musa. En otros países la opción de alquilar un coche e ir conduciendo desde El Cairo a Saint Catherine habría sido la perfecta. La gasolina es cuatro veces más barata que en España y la distancia es de algo más de 440 kilómetros. La carretera es buena y el paisaje más bien monótono. No podemos hablar de tren porque el tren no existe.

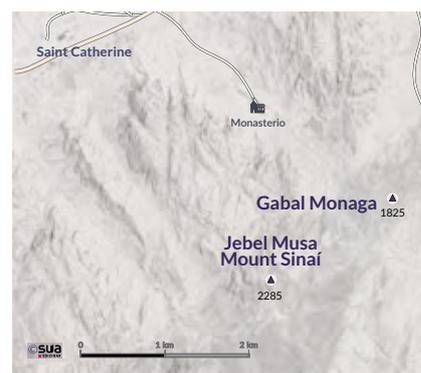
En el camino de descenso



Amanecer

Pero iqué diferentes aquellos tiempos, en los que el célebre Andrés Espinosa visitó el Sinaí, de los actuales!

El caso es que, debido a la burocracia, el viaje no es un camino de rosas. Según los propios egipcios los controles son por nuestra seguridad, es decir, por la seguridad de



los turistas. Nosotras contratamos la visita desde Bilbao con una agencia de El Cairo. Nos fueron a recoger a nuestro hotel y nos llevaron en coche hasta Saint Catherine. Nosotras dos con un chófer y un guía. El guía hablaba algo de inglés y lo único que hizo fue enseñar nuestros pasaportes y sus propios carnés en los controles. Hicimos dos paradas en el camino: una para comer y la otra para ver, de lejos, el Mar Rojo. Nos vinieron a buscar a las 11:00, aunque arrancamos más tarde, debido a los "trapi-cheos" incomprensibles habituales en este país. Para desempeñar cualquier tarea, por simple que sea, parece necesitarse siempre más de una persona. Llegamos a destino sobre las 17:30. Cenamos en el comedor del hotel, los cuatro en la misma mesa. Nos

sirvieron unos camareros porque el buffet no estaba puesto. Estaban esperando a un grupo de clientes que habían subido a ver el atardecer en la cima.

A las 00:45 ya estábamos fuera de la habitación dispuestas a tomar el té caliente que se incluía en el programa. El guía o no se acordaba o pretendió pasarlo por alto. Del complejo hotelero al punto de policía anterior al sendero de subida, fuimos en coche. Al llegar no había prácticamente nadie, pero la cosa se fue animando notablemente durante el interminable tiempo de espera para obtener el permiso y la adjudicación del guía. Mucho hispanohablante y también mucha variedad de indumentaria.

Una vez en marcha, la oscuridad es total a excepción de las luces que enfocan el monte, que está justo tras el Monasterio de Saint Catherine. Nuestro guía local llevaba una frontal en la mano dirigiendo nuestros pasos. Durante el ascenso poco o nada se adivina del entorno que nos rodea; únicamente ves el cielo y todas las estrellas del universo. El terreno no presenta obstáculos, al menos para gente habituada a la montaña. Durante el trayecto hay tiendas donde puedes descansar, tomar algo caliente y comprar casi de todo.

Gomah y Lara cruzando el único paso encajonado



La salida del sol ejerce un gran magnetismo sobre la gente, pero los montañeros disfrutamos al imponerse la luz y contemplar el paisaje

A los que estamos acostumbrados a andar nos sobran prácticamente todas las paradas y, si haces un par de ellas, es para dejar algo de dinero y que el propietario del tenderete no se cabree con el guía por pasarse de largo. La espera desde que se llega al último puestillo donde quiera parar el guía hasta la hora de acceder a la cumbre para ver la salida del astro rey se nos hizo muy larga, aliviada únicamente por la charleta con una pareja de madrileños, afincados en Cantabria, y la llegada de gente en diferente estado de forma física. En esos últimos tenderetes también se pueden alquilar mantas, cosa que hace prácticamente todo el mundo, incluidas nosotras que nos hicimos con una. Reiniciada la marcha, el último tramo se sube viendo cómo el horizonte se tiñe de naranja. No hay que darse prisa porque, desde que esto sucede hasta que el sol nace, puede pasar más de media hora. Se oyen muchas voces a tu alrededor, pero se sigue sin ver prácticamente nada.



Monte Sinaí

Y aunque la salida del sol ejerce un enorme magnetismo sobre la gente, cuando los montañeros disfrutamos de verdad es al imponerse la luz y contemplar el paisaje que nos rodea. Infinidad de montañas e infinidad de posibilidades. ¡Con el punto más alto del país, Jebel Katherine (2642 m) a tan corta distancia! A tan poca que no representaría ningún problema llegar hasta él en esa recién estrenada mañana.

Pero las cosas son como son y nuestro guía beduino ya nos advirtió de que no es



DATOS DE INTERÉS

Área Protegida de St. Katherine

Montes ascendidos: **Jebel Musa/Mount Sinai** (2285 m) y **Jebel El-Muneijah** (1825 m) también llamado Gabal Monaga, Al-Monagah Mountain o Jethro's Mountain.

Se parte de una altitud de **1570 m**. El recorrido a la cima principal es de **4,85 km** y está dividido en dos tramos: el primero consiste en un sendero de 4,2 km; y el segundo, que da comienzo a los 2065 m, lo integran 750 peldaños.

En la amplia cima de Jebel Musa (2285 m) hay una ermita, con su campana, dedicada a la Santísima Trinidad, el enésimo puesto de venta y una cavidad con alfombras en el suelo y libros en estanterías.

El punto más alto de Jethro's Mountain (1825 m) está ocupado por una pequeña ermita blanca, dedicada a dos soldados romanos que fueron martirizados, los dos de nombre Teodoro.

cuestión de hacerlo todo en una jornada. La filosofía que persiguen es que los visitantes nos quedemos más de un día en su tierra porque, a fin de cuentas, es su modo de ganarse la vida. Yo no me voy a quejar ya que, gracias a la buena química que logramos con Gomah, feliz por acompañar a dos clientes que fuesen disfrutando del recorrido en vez de ir quejándose continuamente, nos concedió el deseo de coronar una segunda cima: Jethro's Mountain (1825 m), donde supuestamente vivió el padre de Séfora, la

que fuera esposa de Moisés, con sus hijas. También nos recomendó que, de hacer una segunda visita al país, nos pusiésemos en contacto directamente con ellos, los beduinos, para evitar intermediarios que hacen poco o nada salvo encarecer la visita. En nuestra opinión lo ideal es, una vez concluido el cruce por el Nilo en Aswan/Asuán, volar de allí directamente al aeropuerto Sharm el Sheik, a orillas del Mar Rojo, donde nos estaría esperando el guía con el que ya habríamos quedado previamente.

JOSU FERNÁNDEZ



Desde el pico Yordas



Ibón de Bernatuara

MARCOS RAMOS



Sierra de Guadarrama



Valle de Aguas Tuestas

KAIKO BILBO

Zatoz gure denda berrira,



📍 Poza Lizentziatuaren kalean, 56-58
48013 Bilbo

**FEDERATUENTZAKO
ESKAINZA BEREZIA**

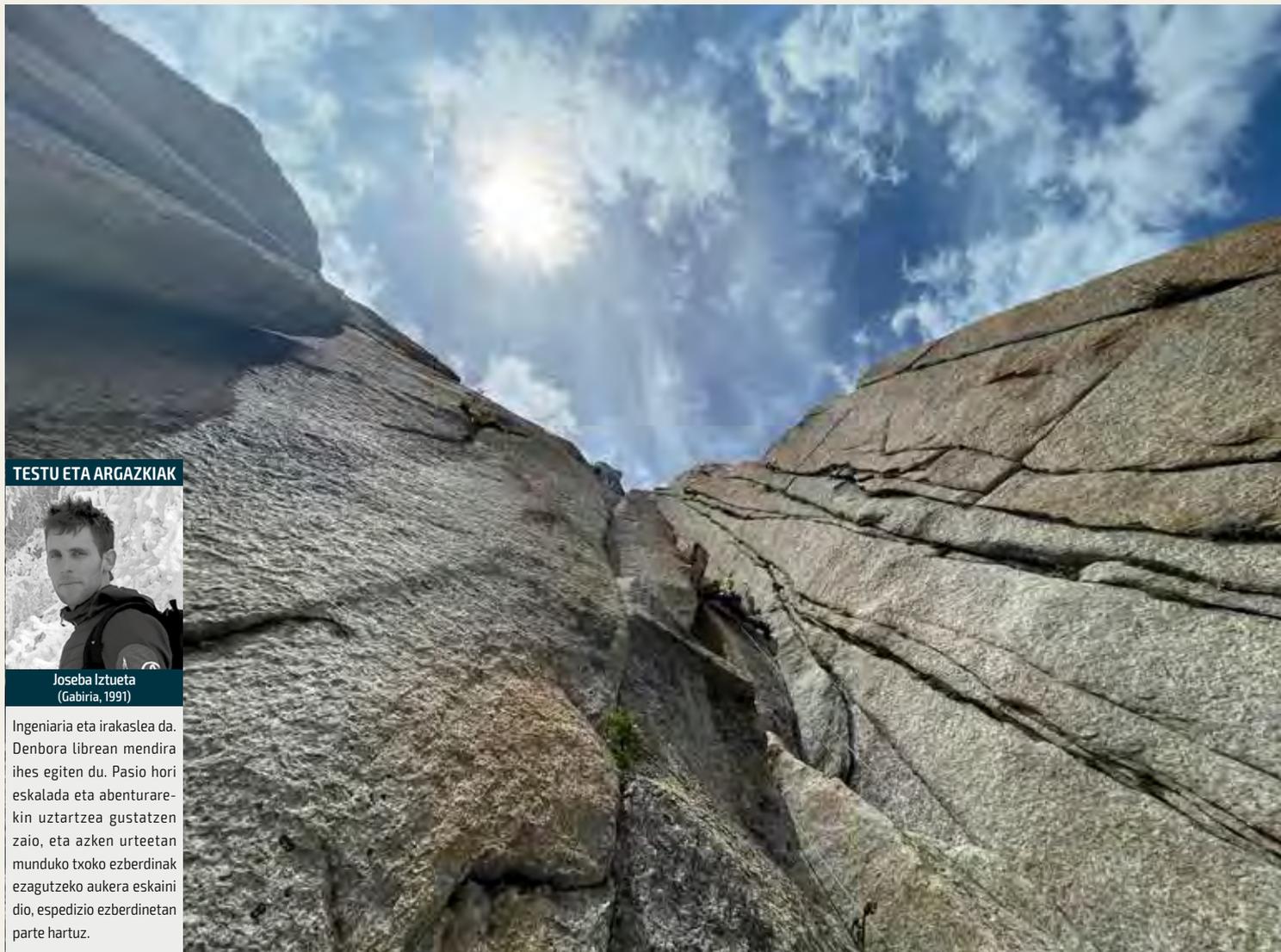
%^{EKO*}10

**DESKONTUA ZURE
EROSKETA GUZTIETAN**

Federazioaren lizentzia Barrabes Bilbao-n erakutsiz

* Eskaintza honek 2024/12/31 ra arte balio du, Barrabes denda fisikoetan edo mezu elektronikoko bat emf@barrabes.com helbidera idatziz, urruneko eskaera bat izapidetzeko. Ezin daiteke beste deskontu batzuekin metatu. Elektronika eta liburuak ez daude sartuta. Erosketa bakoitzeko kupoi bakarra aplikatuko da. Deskontu hauek ez dira aplikatuko opari-txartelak eta zerbitzuak erostean. Barrabes-en erosketa-baldintzen arabera eskaintza. Eskaintza hau Euskal Mendizale Federazioan lizentzia federatua indarrean dutenentzat baino ez da.

ZANSKAR 2023



TESTU ETA ARGAZKIAK



Joseba Iztueta
(Gabiria, 1991)

Ingeniaria eta irakaslea da. Denbora librean mendira ihes egiten du. Pasio hori eskalada eta abenturarekin uztartzea gustatzen zaio, eta azken urteetan munduko txoko ezberdinak ezagutzeko aukera eskaini dio, espedizio ezberdinetan parte hartuz.

Ibon Mendia, Arrastaka bideko bigarren luzea. 7a+ zailtasuna du, bideko luzerik gogorra da · ARGAZKILARIA: JOSEBA IZTUETA

Bidaia ez dira aireportuetan hasten, ideiak, desioak edo asmoak izan orduko hasten dira, norbere baitan. Honako bidaia hau ere horrela sortu zen, ziurgabetasunez, konturatu orduko Indiar Himalaiako bailara ezezagunetara bidean ginen hegan.

Zanskar bailara zen jomuga, Indiar Himalaiako Ladakh estatuan, Kashmir estatuarekin mugan. Ereku hauen izenaren izanaz ez dira oso kontent egongo ziurrenik, gerra bat baita sorreraren arrazoi. Nire belarrietara bederen, horrela iritsi zen estatu haien izena. Etnia ezberdinen arteko borroka bat

azaleko, hainbat interes politiko atzetik. Galtzaille eta irabazle berberak, han ere.

Guk ez genuen gerrarik egin nahi, guk eskalatu eta Himalaiako bizitza ezagutu besterik ez genuen nahi. Bost kide ginen taldean: Mikel Ezkurdia, Ibon Mendia, Ekaitz Maiz, Urko Zabala eta ni neu.

Iritsi aurretik egin beharreko geldialdie-tako bat da Delhi. Ez dut hitzik leku hura deskribatzeko. Bertan esaten den bezala, jainkoak aspaldi ahaztu zuen, mundua ahaztu egin da hango jendeaz. Jendea azkar dabil hirian, presaka; ulergaitza egin

zait bertako bizitza. Presidentearen etxean Delhiko biztanleriaren erdia bizi liteke, eta familia bakarra bizi omen. Kanean berriz, elkarren gainean bizi dira. Bertakoez Karman sinisten dutela diote, Shiva lagunduko diela. Shiva aspaldian hiri hartatik pasatu gabe dagoelakoan nago.

Hurrengo geltokia Leh izan zen, hiri lasai bat Himalaiaren bihotzean. Nabaria da bertako biztanleriaren jatorria Tibetarra dela; budistak dira, jarrera eta bizitza lasaia atsegin dute. Bisita azkar bat egin ondoren, mendira joateko ordua heldu zen.



Amaiur Peak, lepotik gora abiatzen
ARGAZKILARIA EKAITZ MAIZ

Iritsi bezain laster, gailur eta hormen bertikaltasunek zalantzak sorrarazi dizkete, paperean errazagoa da helburuak mamitzea. Duda-mudak eta altuerara egokitu beharrak, mendi gailur tente eta oldarkor haiekiko beldurra ahantzazten dute ordea. Harkaitz gosea buruko minari gailendu eta bide berri bila ekin genuen, astiro baina amorruez.

Gure begiak bide berriei begira jarri genituen, eta hainbat eskalada bide egiteko aukera izan arren, aztarna ireki ahal izatea lehenetsi genuen. Azkenean, 17 bide berri ireki genituen.

Bailaran granito zakarra da nagusi, eskalatzaileek hainbeste estimatzen duten harkaitz lakarra. Gailurrak tente-tenteak dira, eta eguraldia aldakorra. Han alferrik izaten zen eguraldi iragarpenetan fedea izatea. Zeruari begira pasatzen genuen eguna, mezuren bat ikusi edo jasotzeko zain. Azkar etortzen ziren ekaitzen burrunbak, nahi baina azkarrago. Izututa bazen ere, ikuskizun izugarria eskaintzen ziguten. Tentsio handiko momentuak ere eskaini zizkigun, rappel deserosoak, jaitsiera ezatseginak.



Borroka xarmatua 7a, azken aurreneko bileran, Ekaitz eta Joseba

Helburu nagusia Tak Lang Lang-en ekialdeko aurpegia zen. Hainbat ordu eta egun egin genituen hari begira. Hainbeste aldiz argazkietan ikusia, haren aurrean jartzean txiki sentitu ginen. Pareta hura benetan basatia da, dimentsio haiek amasa moztzen ziguten. Gure bidaiako protagonistak, ez zigun bisitarik egiteko gonbita luzatu, hilabete osoan zehar bustia egon baizen. Erokeria bat izango zatekeen saiatze hutsa.

Gure begiak bide berriei begira jarri genituen, eta hainbat eskalada bide egiteko

aukera izan arren, aztarna ireki ahal izatea lehenetsi genuen. Bideak irekitzen hasi eta gero eta irrika gehiagoz begiratzen genien dorre haiei. Egia esan, sentsazio erakargarria da ezjakintasunez aurrera egitea.

Azkenean, 17 bide berri ireki genituen. Denak berezi, denak merezi. Denek izan zuten xarma eta borroka. Honako artikulua honetan zenbait aipatuko ditut, ez besteak baino hobetoak izan zirelako, niretzako nolabait bereziak izan zirelako baizik.

EKAITZAREN GAINETIK (A2+/8A?, 350m)

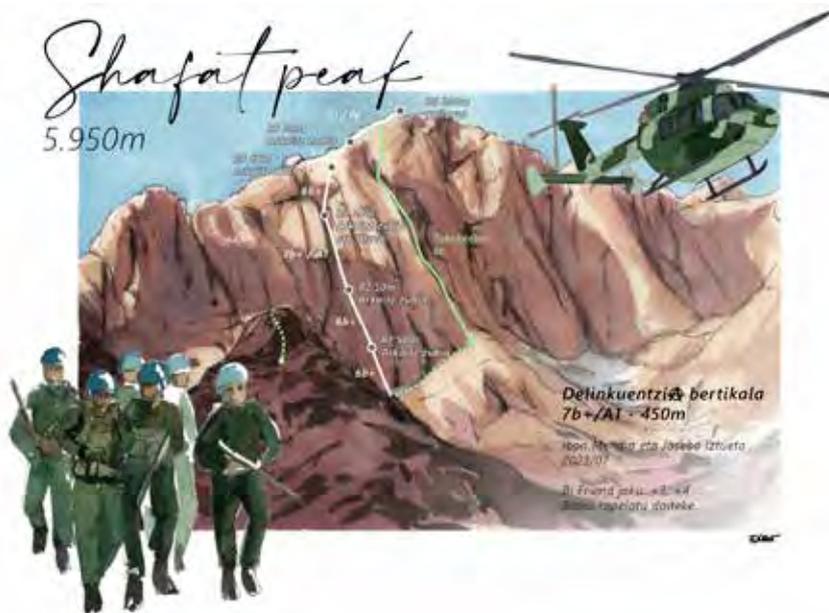
Harkaitzean ireki genuen bideetatik gogoken dudana, segur aski. Diedro perfektuz, sabai horizontalez eta arrakala sistemez josia. Harkaitz zoragarria, bidea pixkat garbitu behar izan genuen arren.

Luze guztiek 6c eta 7b arteko zailtasuna zuten, artifizialean egin genuen sabaiko luze gogorrenak izan ezik. Jarduera egin genuen eguna zoragarria izan zen, eguzki epeletan, Nun eta Kun mendiei begira, Shafateko dorreak geuri begira genituela.

Zorionez, ez nuen minik hartu eta eskalatzen jarraitu genuen. Jarrera ezinbestekoa da mendian, bizitzan bezala

Amaiur Peak krokisa · ARGAZKILARIA EKAITZ MAIZ





Shafat peak krokisa, DELINKUENTZIA BERTIKALA -MARGOLARIA, EÑAUT AIARTZAGUENA

Dena ondo zihoala, azken aurreneko luzean eskalatzen ari ginela, ekaitza sumatu genuen urrunean. Luze gogor bat aurretik, urduritasunak abiadura azkartzea eraginez, akatsak egitea eraginez... halako batean erori, friend bat atera eta zortzi metro erori nintzen. Zorionez, ez nuen minik hartu eta eskalatzen jarraitu genuen. Ekaitza abiadura handiz zetorren, konturatzeko gainean genuen. Azken luze heze bat egin eta Pilar gorriaren gainean geunden.

Gure zorionerako, gailur tente haren azpian kobazulo bat zegoen, eta bertan sartu ginen. Euriak ez zuen etenik, eta ordubete bakarrik geneukan ilundu aurretik. Ekaitzean barrena abiatu ginen beherantz. Bigarren rappelean, soka trabatu eta gauak gain hartu zigun. Ekaitza oraindik indartsu zegoen. Ibonek soka bustietatik hirurogei metro egin behar izan zituen gorantz, soka non trabatu zen aurkitu eta ateratzeko. Tentsio handiko momentuak izan ziren, frontal bakarra geneukan eta gauak hotza

Talde osoaren argazkia. Argazkilaria, Shafateko artzaia



ekarri zuen; ezin genuen gaur han pasa. Jaisten jarraitu genuen, eta zorionez handik behera ez genuen ezustekorik izan.

Jarrera ezinbestekoa da mendian, bizitzan bezala. Egun hartan, ekaitzari aurre egin genion sentsazioarekin iritsi ginen kanpalekura.

AMAIUR PEAK 5760M (V+/M6)

Zanskarreko behe kanpalekura iritsi bezain laster perfektua zen gailur tente batek gure arretra erakarri zuen, ametsetan agertzen den horietakoa. Igoerarik gabeko gailurra zela zioten bertakoek. Ezin izan genion tentazioari eutsi.

Eстетikoa bezain gogorra izan zen, elur baldintza kaxkarrak zituen eta pioleten dantza ezinbestekoa izan zen. Gure materialaren aurreikuspenak ez ziren egokienak izan, eta igoeraren zailtasuna areagotu egin zen. Dena emanda iritsi ginen behera, 19 ordu eskalatzen igaro ondoren. Jaitsiera oso luze eta korapilatsua izan zen, milaka rappel hainbat blokeetatik zintzilik. Kanpalekura iritsi ginenean, afaltzeko indarrak ere ez geneukan, eta lotara joan ginen.

Bertako jendearen arabera mendiak ez zuen izenik, eta izena jartzen ausartu ginen: Amaiur. Nafar erresumako azken gotorlekuaren istorioari omenaldi xume bat. Bertakoei ere asko gustatu zitzaizen izena; haiek L'Amaiur ahoskatzen zuten, menditik gertu dagoen monasterio budistaren izenaren antza hartzen ziotelako: Lamayuru.

BIG SHAFAT - DELINKUENTZIA BERTIKALA (7B+, 450m)

Bidaian nekezen egin zitzaigun gailurra, luzeena eta ezusteko gehien ekarri zizkiguna. Bidaia Urkok, Ibonek eta nik hasi genuen. Erreka bat izan zen lehenengo oztopoa, Himalaiako elurrak urtzen ari ziren uztaileko egun bero haietan eta erreka erruki gabe zetorren. 25 kiloko motxila bat gainean, erreka haiek gurutzatzea benetan zaila da. Artzain bat izan genuen lagun, bere lanak utzi eta erreka gurutzatzen lagundu zigun. Big Shafatera bidean ginen.

Dream valley izena duen bailara urrunean jarri genuen kanpalekua, 5400 metrotara, amildegi baten alboan. Hurrengo



Delinkuentzia bertikala, lehenengo luzea 6B+ · ESKALATZAILEA: JOSEBA IZTUETA · ARGAZKILARIA: IBON MENDIA

goizean saiakera egiten hasi baina elur jasa batek gure planak deuseztatu eta berriz ere zakura joan ginen. Urko hurrengo egunean jaitsi egin zen, etxera lehenago itzuli behar zuelako.

Ez genuen aurreikusita hainbeste egun goian pasatzea, eta janik gabe gelditu ginen. Zigarro indiar batzuk, lauzpabost berrira eta te batzuk genituen. Horretaz gain, gogoa eta motibazioa, nahikoa. 35 ordu zakuan egin ondoren beste saiakera bat egitea erabaki genuen.

Eguraldiaren aurreikuspenik gabe gora ekin genion, zerua gure iragarle zelarik. Ez zen erraza izan hasiera, 6b+ mailako luze bat eskalatu ondoren, ertz bat pasa eta 5500 metroko altuerara iritsi ginen. Bertan zegoen azken harresia. Paretaren lehen zatia bustia zegoen, eta botekin eskalatu behar izan genuen.

Berrogeita hamar metroko arteka izugarri bat eskalatu genuen, 5800 metrotara horrelako gauzak egiterik zegoenik ez ge-

nuen sinisten. Luze gogor hura pasa eta zailtasuna apaldu zen, baina nekea gero eta handiagoa zen. Azken luzeak, ertz luze tekniko elurtsu bat eta gailurrera iritsi ginen. Big shafat! Ederra benetan, Himalaia erdian geunden, gailurrean geunden!

Ez zegoen denbora galtzerik, urrunean lainoak agertzen hasi ziren eta izutu egin ginen. Irekitako bidetik jaitsi ginen, igoeran rappelak prest utzi genituen, ahalik eta azkarren jaisteko. Zorteak eta patuak gure alde jokatu zuen eta kanpalekura jaistea lortu genuen.

Nekatuta geunden eta 5400 metrotara pasa genuen gaua. Gauarekin batera sartu zen eguraldi txarra eta beste 18 ordu leku hartan igaro behar izan genituen. Erreka berriz zain geneukan, saiakera bat egin genuen, baina ezin. Erreka alboan jarri genuen kanpin denda, behe kanpalekutik 500 metrora.

Hurrengo egunean goiz jaiki eta doidoi igaro genuen, bidaia osoko momentu arriskutsuena segur aski. Behean ezustekoa geneukan: Indiako inteligentzia zer-

bitzukoak, 30 militar eta bi helikoptero zebiltzan gure bila. Telefono satelite baten seinalea jaso zutela eta Pakistandarren bat sartu izan zitekeela uste zuten.

Ez genuen atsedunik izan, bi egun militarren armen begirada pean, galdeketak, miaketak... Haiek ikusi orduko ezkutatuak genituen ordea aparatua, lur azpian. Gogoz saiatu ziren arren, ez zuten ezer lortu eta azkenean alde egin zuten. Pilar Gorrian Azken dantza bidea ireki eta bailara utzi genuen.

Etnia ezberdinen bizitza ezagutu genuen bailara hartan, beraien gora beherekin, elkarbizitza betean. Mugen borroketa askoz gertuago zeuzkaten gerra txikiak zituzten; bizimodu bat izatea, bizileku bat, lan bat eta jateko bat.

Bidea ez zen ordea hor bukatu, motxila arin bat hartu eta Indian murgildu nintzen. Herrialde hura ezagutu nahi nuen, kultura ezberdina bizi eta neurri batean jaso. Motxila arin hura beteta itzuli nintzen etxera.

AINHIZE BELAR

KIMU BERRIA

Ainhize Belar Barrutia Atxondarrak 17 urte ditu, eta estatuan 8c zailtasuneko bide bat eskalatu duen emakumerik gazteenetakoa da: 2020an izan zen, 14 urte zituela, Valdegovia/Gaubean dagoen *Gezurren erresuma* bidea kateatu zuenean. Harrezkero, maila horretako zenbait bide egin ditu, eta ez hori bakarrik, aurten bertan, 9a mailako bide bat ere egitea erdietsi du: *Begi puntuan* bidea, Etxaurin. Estatuan maila horretako bide bat egin duen emakumezko gazteena izateaz gain, maila horretako bide bat egin duen laugarren emakumezkoa da.

TESTUA



Iñigo González Lertxundi
(Azkoitia, 1980)

Biologian lizentziatua eta irakaslea. Kirol eskalatazailerik amorratua; 25 urte baino gehiago daramatza eskalatzen. Hainbat artikulatu ditu idatziaz zenbait hedabidetan, Pyrenaicain, Berrian, eta Argian esaterako. Egun, Pyrenaicako erredakzioiko kidea da.

Irabazitako Espainiako bloke txapelketan - ARGAZKIA JAVIPEC



Aipatu beharra dago *Begi Puntuan* egin zuenetik *Honky Mix* bidea egin arte bi hilabete eta erdi eskas pasa zirela. Hori gutxi ez, eta askorentzat historiako eskalatazailerik onena izan zenak egindako historiako lehenengo 8c mailako bidea ere egin zuen: Frankenjura eskalada gune mitikoan izan zen, Wolfgang Güllich-ek 1987an eskalatu zuen *Wallstreet* bidea hain zuzen.

Hamalau urte zituela 8c zailtasuneko bide bat eskalatu duen emakumerik gazteenetakoa izateaz gain, hamazazpi urterekin 9a zailtasuneko bide bat eskalatu duen emakumerik gazteena da

Ainhizek ez zuen udarako sasoiak alferrik galdu; 8a+ eta 8c+ mailen arteko hamaika bide egin zituen, beste batzuen artean 8c/8c+ mailako bost bide, 8b/8b+ mailako sei eta 8a/8a+ mailako hamar bide.

Ezagun da beraz haitzean Ainhizek goi mailan diharduela, baina, txapelketetan ere eskarmentua du, bai estatu mailan zein Europa mailan. Hainbat txapelketetan emaitza oso onak lortu ditu, esaterako, 2022an Espainiako boulder eta soka txapelketak irabazi zituen 18 urtez azpiko mailan.

Hona hemen azken hilabeteetan lorturiko emaitzen ondoren Ainhizerekin izandako elkarriketa:

Aupa Ainhize, aurten, 9a mailako bidea egiteaz gain, kirol-eskaladako historian mugarririk izan diren zenbait bide egin dituzu. Zer balorazio egingo zenuke lorturiko azken emaitzei buruz?

Egia esan, oso pozik nago aurten lorturiko emaitzekin.

Betidanik buruan izan ditudan bideak dira eta aparteko motibazioa eragin dit bide horiek kateatzeak.



Era berean, oso gogotsu ibili naiz arrokan, saiakera bakoitzean dena emanaz eta daukadan guztia erakusten ahaleginduz. Azken finean, hori da niretzat garrantzitsuena!

Asko kostatu zaizu maila horretako helburuak erdiesatea?

Nahiz eta orokorrean denbora gehiago kostako zitzaizkidalda pentsatu, estilo oso desberdinetan eskalatu dut udan zehar eta bakoitzak bere zailtasuna izan du, noski. Baina hori da dibertigarriena, mugimenduk ahalik eta modu eraginkorrean ateratzea, zertan huts egiten dudan ikustea eta saiakera bakoitzean gorago iristen ahalegintzea.

Noiz eta zergatik erabaki zenuen bide horiek egiten saiatzea? Aspaldidanik zenituen buruan ala sasoiko zeundela aprobeztatuz, azken momentuan erabaki zenuen saiatzea?

Egia esan, noiz edo noiz frogatu nahi nituen bideak ziren. Maila horretako zenbait bide egin nituenaz aurretik, oso motibatuta nengoen eta saiatzea musu-truk denez...

Aipatu nahi nuke Sputnik taldearen laguntza ezinbestekoa izan dela bide horiek egiten saiatzen animatzeko.

Kanpoan eskalatzeko duzunean, zer gustatzen zaizu gehien? Goi-mailako bideak landuz kateatzea, bistaz eskalatzeko, bideak egunean kateatzea...

Kanpora joaten naizenean, eskalada estilo desberdinak uztartzen ahalegintzen naiz. Guztiak gustatzen zaizkit eta momentuan bertan ditudan helburuen arabera, edo egongo naizen denboraren arabera, batari edo besteari ematen diot lehentasuna.

Begi puntuan kateatu ostean · ARGAZKIA AITZIBER NARBAIZA



Tsunami 8c, Araotz · ARGAZKIA AITZIBER NARBAIZA

Dena den, beti eskalatzeko bistaz, mugimendu eta estilo desberdinetan esperientzia lortzeko eta bueltatzen naizenean zerbait frogatuta izatea ere asko gustatzen zait.

Zein dira zuretzako azken hilabeteetan azpimarratutako zenituzkeen eskalada esanguratsuenak?

Egia esan, azken hilabeteetan bide mitikoak egitea lor-tu dut eta ilusio berezia egin dit. Koreako *Honky Tonky* eta *Honky Mix* bideak kateatzea izugarria izan da, emakumezko batek maila horretan eginiko munduko lehenengo bideak izan zirelako.

Era berean, *Wallstreet* (munduko lehen 8c mailako bidea) kateatu ahal izateak poz izugarria eman zidan.

Egun, buruan darabilzun proiektu zehatz bat?

Momentuz, ez naiz proiektu zehatzik frogatzen ari. Hala ere, neguan etxeko zenbait sektoretan eskalatu eta bide gogorren bat frogatzea gustatuko litzaidake.

Zubi eta oporretan kanpora joaten ahaleginduko naiz, Margalefera esaterako. Bide asko egiten saiatu nahi dut.

Ezagun da haitzean goi mailako bideak egiten dituzula, baina txapelketetan ere emaitza oso onak erdiesten dituzu. Bietako batean aritzea nahiago duzu, ala biak gus-tatzen zaizkizu?

Duela urte batzuk galdetuko bazenidate, zalantza handiak izango nituzke, eta ziurrenik, txapelketak nahiago ditudala esango nukeen. Gaur egun, haitzean eskalatzea nahiago dut, inongo dudarik gabe. Aurten askoz gehiago jardun dut haitzean, eta ezbairik gabe gehien gustatzen zaidana da.

Eskalatzaile asko rokodromoan oso zailduak daude eta haien helburuak txapelketetan daude oinarrituak, har-kaitzean eskalatzeko joera alboratuz. Zer iritzi duzu gai horri buruz?

Argi dago pertsona bakoitzak nahi duena egiteko aukera duela eta benetan gustuko duen hori egiteko entrenatzen duela. Gainera, askotan zaila izaten da biak aldi berean praktikatzea, eta aukeratu beharra izaten da. Dena den, txapelketak epe mugatua dutela iruditzen zait, eta arroka dela benetako eskalada. Hori da kirol honen jatorria, eta benetan eskalatzaile egiten zaituena haitzean eskalatzea dela iruditzen zait.

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

Eskalada bizitzeko modu bat da niretzat. Nire burua eza-gutzeko aukera eskaini dit eta gaitasun berriak garatzen ikasi dut. Aurrera egitea eragozten digun edo mugatzen gaituen zerbait gainditzen ikastea izan da ikasgairik garrantzitsua (oraindik ikasten jarraitzen dut) eta egia esan, nire bizitzan hutsune handia izango nuke eskaladarik gabe. Era berean, kirol oso indibiduala ematen duen arren, asko laguntzen gara elkarren artean eta pertsonak ezin hobeak ezagutzeko auke-ra eskaini dit.

Zure ibilbidean zehar aipamen edo oroitzapen berezia duen jarduera, eskalada edo txapelketaren bat?

Arrazoi batengatik edo besteagatik, egin ditudan bide edo jarduera gehienak izan dira bereziak niretzat (guztiek irakatsi didate zerbait). Hala ere, bat aipatzekotan *Begi Puntuan* bidea esango nuke, oso prozesu polita izan zen eta. Esan daiteke eroso sentitzen nintzen eskalada alde batera uztera behartu ninduela, eta asko irakatsi dit.

Txapelketei dagokienez, Caceresen jokatu zen Espainiako Boulder Txapelketa da orain arte gehien disfrutatu dudana.

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

Euskal Herrian, Valdegovía da nire leku gustukoena. Eskola horretan egin ditut maila askotako nire lehenengo bideak eta denbora asko pasatu izan dut bertan; oso bizipen bereziak izan ditut han.

Euskal Herritik kanpo aldiz, Margalef da nire leku gustukoena. Oso eroso sentitzen naiz han, eta bide zoragarriak

daude. Bestalde, Frankenjura ere asko gustatu zait, uda honetan bertan izan naiz eta laster bueltatzea nahiko nuke.

Zer jarduera mota egingo dituzula uste duzu urte batzuk barru?

Urte batzuk barru, eskalatzen jarraitzea gustatuko litzaidake. Gehien bat arrokan aritzea, nire benetako muga non dagoen aurkitu nahi dut. Eskaladak zoriontsu egiten nau eta kirol honek ematen didana, ez dut uste beste inon aurkituko dudarik.

Identifikatua sentiarazten zaituen esaldi edo lemaren bat?

Asko gustatzen zait nire entrenatzaileek errepikatu ohi didaten honako esaldi hau: "Sueña en grande, actúa en pequeño (día a día)". Entrenatu aurretik irakurtzeak asko laguntzen dit kontzentratu eta ehuneko ehuna emateko.

Begi puntuan 9a - Etxauri · ARGAZKIA AITZIBER NARBAIZA



ALBANIA

BARRANQUISMO

EN LA ÚLTIMA FRONTERA DE EUROPA

Aunque ya han pasado unos cuantos años, me gustaría contar las vivencias ocurridas en esta expedición, así como dar a conocer los grandes barrancos que conseguimos abrir. Fue en el verano de 2018 cuando nos dirigimos a Albania, un país totalmente desconocido para nosotros y seguramente para la mayoría, puesto que hasta 1991 vivió bajo una dictadura y sus fronteras estaban cerradas.

TEXTO Y FOTOS



Joseba Azketa
(Gernika)

Guía de barrancos y miembro de Sasitroka Canyoning Taldea. Ha hecho expediciones con apertura de barrancos en Albania y Noruega. Ha descendido barrancos en Alpes, Pirineos, Isla Reunión, Madeira, Azores, Mallorca, Península Ibérica, etc. Asimismo, practica la espeleología, MTB, esquí (montaña, alpino y de fondo), kayak y buceo.



Reunión en el barranco Cam Dedaj

Nuestro principal objetivo era abrir barrancos en el norte de Albania en el valle de Theth, por aquel entonces un valle casi virgen y prácticamente desconocido en el resto de Europa. Para llegar a él fue necesaria la ayuda de vehículos todoterreno, puesto que no existían carreteras asfaltadas en el acceso.

DÍA 1

Mi avión sale de Lloiu con destino a Tirana, capital de Albania, donde me reuniré con el resto de la expedición que vuela desde Valencia, sede del club Cabres de Muntanya, organi-

zador de la actividad. Una vez reunidos nos dirigimos al norte, a Bogë, donde tendremos nuestro centro de operaciones o campamento base.

Mientras nos dirigimos allí, tenemos la oportunidad de observar los contrastes de la vida en Albania. Por una parte, un país anclado en el pasado, con carros tirados por burros (o algún caballo en el mejor de los casos) circulando por la carretera, y por otra, algunos signos de apertura al capitalismo: coches de lujo para unos pocos privilegiados...

DÍA 2

Nos preparamos para acometer uno de nuestros grandes objetivos, la apertura del barranco Grunas, una grieta en la montaña que habíamos localizado en *Google Maps* y que se ubica en el centro del valle de Theth. A este punto nos dirigimos en nuestros coches de alquiler. Primer error, hemos alquilado turismos en lugar de vehículos todoterreno por ser más económicos, pero no tardamos en darnos cuenta de que nos va a ser imposible llegar a nuestro destino. En el intento, destrozamos los bajos de los coches, ya que se trata de una pista no apta para coches normales.

Hablamos con una persona del lugar que, por suerte para nosotros, se ofrece a llevarnos en su todoterreno (previo pago de unos euros) y nos esperará allí cuando hayamos acabado nuestra tarea.

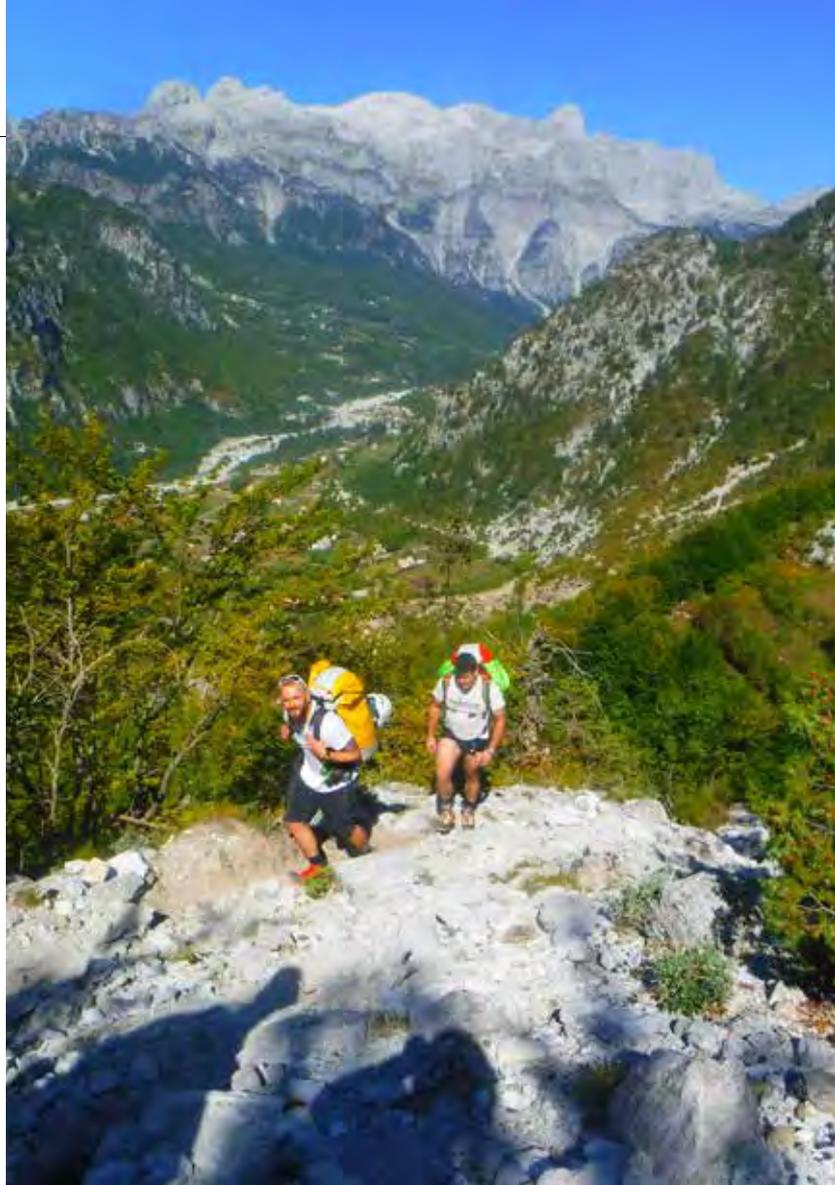
Nos dirigimos a la cabecera del barranco por camino de pastores. Al llegar allí nos extraña que el río no lleve agua. Por lo que habíamos visto en *Google Maps*, esperábamos dos hermosas cascadas en la parte final. Las cascadas salen de una cueva, pero el barranco resulta estar seco hasta allí, por lo que llegamos hasta ellas muertos de sed y abrasados por el calor vestidos con nuestros neoprenos, así que agarramos los aparatos potabilizadores y casi dejamos seco el cauce. Bueno, el potabilizador de alguno no debió funcionar muy bien porque estuvo varios días con el tubo de escape ligero... (diarrea).

A pesar de ello, el barranco resulta ser una pasada (hay que señalar que en primavera lleva agua en todo el recorrido).

Cam Dedaj es un barranco muy deportivo, con saltos y toboganes de hasta dieciséis metros de altura

DÍA 5

Después de haber abierto varios barrancos en los alrededores del campamento base y haber estado explorando, volvemos al valle del Theth a por otro gran barranco, el Cam Dedaj, un barranco que no teníamos fichado y que se convirtió en uno de los mejores de la expedición. En cambio, otros que teníamos localizados y teníamos grandes



Valle del Theth

expectativas resultaron ser un "truño" (expresión utilizada por un gran amigo para referirse a los barrancos que no le gustaban nada).

Preguntamos a la gente del lugar si saben qué hay río arriba, ya que muchos son pastores y conocen el valle, viven allí desde niños, y nos dicen que no hay nada. Se quedan con la boca abierta cuando les enseñamos las fotos y los vídeos de las cascadas que hay dentro del barranco y nos preguntan si todo eso está realmente allí.

Se trata de un barranco muy deportivo, con saltos y toboganes, dos de ellos de 12 y 16 metros respectivamente.

DÍA 7

Después de haber abierto todos los barrancos del valle del Theth y alrededores, nos dirigimos a otro valle más al norte, cerca de la frontera con Kosovo: al barranco Selces.

Lo habíamos intentado el día anterior, cuando habíamos ido a buscar la cabecera del barranco. Pudimos ver la cascada desde abajo e intentamos subir hasta ella, cosa que no conseguimos, así que dimos la vuelta a la montaña, ya que encima de la cascada no había río, porque también salía de una cueva.



Esta vez sí llegamos hasta la cueva y nos pica la curiosidad, así que nos metemos con nuestros neoprenos y frontales dentro de ella para ver hasta dónde podemos llegar. Después de nadar unos 30 metros, una pared nos cierra el paso. La cueva continúa por debajo del agua, pero ahí ya no podemos hacer nada, así que nos vemos obligados a retroceder y bajar la cascada que es a lo que hemos venido.

Reto conseguido. Descendemos la cascada de 90 metros en unos cinco rapeles fraccionados y luego es coser y cantar, puesto que el resto del barranco ya está instalado por otros miembros del equipo. Nos hemos dividido en dos grupos: un grupo se ha encargado de la parte de arriba y el otro de la de abajo. En total han resultado unas 16 horas de actividad.

DÍA 9

En esta ocasión nos dirigimos a la frontera con Kosovo, a seguir el curso de un río que se encañona creando una hermosa garganta, la garganta Bashkimi, que no tiene mucho desnivel, pero sí una gran cantidad de agua cristalina que nos obliga a poner en práctica nuestros conocimientos en aguas vivas.

La salida hasta la carretera resulta una verdadera aventura, ya que es zona fronteriza y no hace mucho estaban en guerra, por lo que quedan minas sin desactivar por el terreno. De hecho, los bordes de la carretera están repletos de nidos de ametralladoras y bunkers abandonados.

La hermosa garganta Bashkimi, en la frontera con Kosovo, no tiene mucho desnivel, pero sí una gran cantidad de agua cristalina

DÍA 12

La expedición va llegando a su fin, hemos abierto todo lo que teníamos planeado y algunos barrancos más en la zona del Theth y alrededores, por lo que decidimos tomarnos un descanso para conocer el resto del país y hacer un poco de turismo. Nos separamos en dos grupos. Un grupo se queda visitando las hermosas playas de Albania, a las cuales por aquel entonces aún no ha llegado el turismo. El otro grupo se va a visitar el cañón de Osumi, un desfiladero de unos 30 km de largo con paredes de casi 100 metros de altura, también llamado el Gran Cañón del Colorado de Albania, para tratar de localizar algún barranco afluente del Osumi y abrirlo. Encontramos ese barranco, pero ya está instalado: se nos ha adelantado una expedición suizo-italo-checa que anda explorando el sur del país.

Al primer grupo, cansado de la playa, se le ocurre visitar las cascadas turísticas Shen Gjergji, cerca de la capital, Tirana. Sabemos que donde hay cascadas seguramente haya

un barranco en la parte de arriba. Efectivamente, lo hay, y qué barranco, encajonado y muy estético con infinidad de rápeles y algún saltito y tobogán entre medias. Un perfecto colofón para la expedición.

DÍA 14

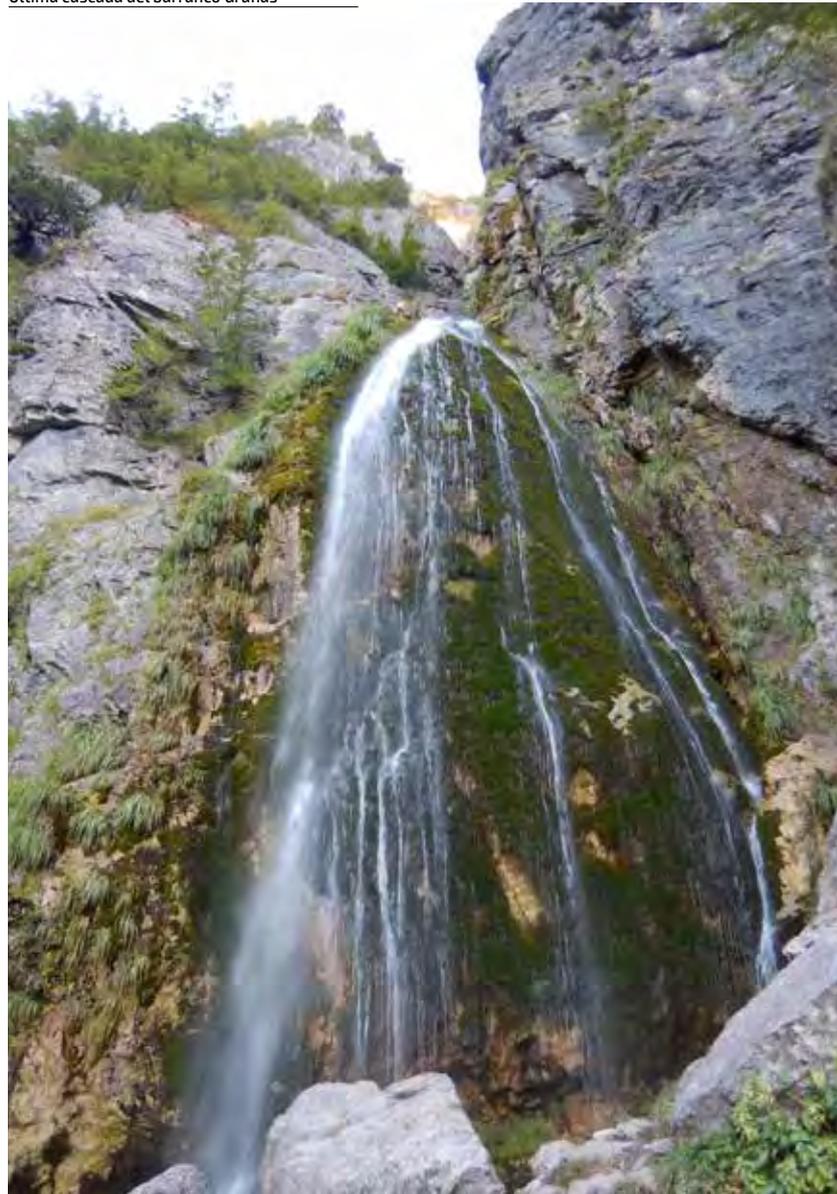
La expedición termina y los dos grupos nos juntamos en el aeropuerto de Tirana para regresar a casa con los deberes hechos, con un total de trece barrancos abiertos. Seguro que volveremos algún día, aunque ya no será esa Albania desconocida y sin turistas que nos hemos encontrado.

VÍDEO DE LA EXPEDICIÓN



Miembros de la expedición: Alicia, Daniel, Daniel padre, Joseba, José Luis, Juan Carlos, Juanma, Mariel, Mila, Pablo, Sally, Tatiana, Vicente y Víctor.

Última cascada del barranco Grunas



BUSHCRAFTERS

LOS NÓMADAS DEL BOSQUE

Y es que, aunque parezca un contrasentido, el bushcrafter es, por definición, nómada. Estamos en constante movimiento por los bosques.

Pero las preguntas no suelen ir por ahí. Normalmente, cuando mencionas *bushcraft*, detrás de una mirada condescendiente, siempre está el “¿ah, eso es como supervivencia, no?” o “¿los que hacen campamentos y cocinan en el bosque?”, “¿los que tallan cucharas?”, “ahora como se ha puesto de moda ir al monte...”. Muchas veces nos vemos obligados a definirnos diciendo lo que no somos, por ejemplo: acampamos, pero no somos campistas, subimos y bajamos montañas, pero no somos montañeros, usamos técnicas de supervivencia, pero no somos supervivientes, usamos hacha y sierra, pero no somos leñadores, tallamos, pero no somos artesanos de la madera...

Básicamente, el *bushcraft* es la disciplina que recoge las diversas técnicas para vivir en el bosque de manera continuada y lo más cómoda posible. Cody Lundin, un experto en técnicas de supervivencia, decía algo así como “Con la supervivencia, si hay un problema, escapas de casa y corres a esconderte al bosque; con el *bushcraft*, cuando llegas al bosque ya estás en casa”.

Las redes sociales, en las que caemos muchos a pesar de peinar canas, tienen ese curioso efecto de “dedo-que-señala-a-la-luna”, donde no se ve más que el dedo, y la mirada desenfoca la luna. Buscamos lo llamativo, lo que puede atraer a los neófitos, lo que, en el fondo, puede agradar y llamar la atención del que mira. Como somos humanos, queremos agradar, deseamos ser apreciados y, por ello, colgamos lo que consideramos más llamativo. Cuchillos y hachas, campamentos que rivalizan con los vikingos... Humo y espejos.

Es verdad que, tras la pandemia, la gente ha salido a la naturaleza como plaga de langostas. Y cuando veo esta moda, a veces, me viene a la cabeza (sobre todo cuando encuentro basura en el monte) la cita de Pío Baroja, “El hombre: un milímetro por encima del mono, cuando no un centímetro por debajo del cerdo”.

LA SABIDURÍA VIENE DEL BOSQUE

Dejadme que mencione mi particular adaptación de una frase de Dune: “La educación viene de la ciudad, la sabiduría de los bosques”.

Es por eso que, “sabiamente”, en el *bushcraft* no cortamos madera verde/viva (salvo permiso por entresaca o simila-

TEXTO Y FOTOS



Koldo Iturriagagoitia

Licenciado en periodismo por la UPV/EHU, trabaja en comunicación internacional y se ha formado en escuelas de supervivencia como “JJ Adventures” de Juanjo Sánchez, “Pathfinder” de Dave Canterbury o “Dynamic Tracking”, escuela de rastreo, de Kyt Walken. Cofundador de la Asociación Vasca de *Bushcraft*.

@basquebushcrafter

res excepciones), no cazamos ni pescamos nada que no nos vayamos a comer, y habitualmente más como práctica que como operativa real (y contando con los permisos oportunos en los lugares prescritos).

Tampoco encendemos fuego innecesariamente, ni por supuesto en los momentos de peligro de incendio. Pero cuando necesitamos encenderlo, sabemos hacerlo por fricción con dos maderas, con determinadas piedras y con acero al carbono en forma del tradicional eslabón, con un ferrocerio, llamativo, pero de fácil manejo, con el sol o con lo que se tercié.

Aprendemos a iniciar, apagar bien y mantener cuando sea necesario ese fuego que tanto hay que temer, pero que tan necesario es en algunas situaciones. Fuego que es el que, cuando nuestros antepasados bajaron del árbol, nos permitió mejorar nuestra dieta, estar protegidos de los depredadores y, por tanto, dedicar más tiempo al ocio, como pintar las paredes de las cuevas...

Lo mismo pasa con el agua, el cuarto elemento, a veces olvidada por tenerla a mano con facilidad, pero fuera de nuestro entorno de confort, un peligro real y mortal.

Nómadas por los bosques y los montes





Campamento nómada para entrenamiento

— El mayor peligro aquí, más que el jaguar o la anaconda y, por ende, el ser humano, es el agua. O no la encuentras y te mueres de sed, o bebes agua mala y te vuelves loco — me explicaba “Carlos, el Gato”, nuestro guía indígena, en mi primera entrada en el Amazonas ecuatoriano en los lejanos años 90. Hacía solo cinco años de que, cerca de allí, una tribu sin contacto con el exterior había matado a lanzazos a monseñor Alejandro Labaka.

El agua es un clásico cuando hablamos de la “tabla de la muerte” de la supervivencia... y llegamos a “tres días sin agua”, que es, aproximadamente, lo que aguanta un ser humano estándar sin el preciado líquido. Y vamos a olvidarnos de machadas del tipo “yo bebo poco y aguanto mucho”; la falta de agua nos liquida. Va justo detrás del aire (tres minutos) y de la temperatura (treinta minutos).

Hoy en día, dependiendo de dónde te encuentres, un malestar estomacal nos puede arruinar el día, llevarnos a

urgencias, o algo peor... por eso hay que saber gestionar y tratar nuestra propia agua.

Hay que saber gestionar y tratar nuestra propia agua

El agua se trata para su consumo fundamentalmente en dos etapas: primero se filtra y se libra de impurezas, para luego purificarla, o sea, hacerla bebible. Básicamente, vamos a dejar el agua lo más limpia posible (a la vista), para que después la podamos dejar lo más libre posible de microorganismos, virus, bacterias,...

En nuestra asociación se insiste mucho, como formación transversal, en el agua y su tratamiento. Comenzamos con clásicos como las pastillas purificadoras, las gotas de lejía/cloro, el sol, o, por supuesto, hervirla. Mi mayor gastroenteritis me vino por beber agua hervida un minuto en las selvas en la zona de Tay Ninh, Vietnam, y sólo la ayuda de Khoi Nguyen, exguerrillero y guía con el que aprender a moverte en la jungla, me permitió seguir. Hay “bichos” que aguantan más de un minuto en agua hervida. También trabajamos con sistemas más avanzados como el Grayl, producto comercial pero creado en el Cuerpo de Marines de los Estados Unidos, filtros de palanca, filtros de tubo y ultravioleta portátiles como el SteriPEN.

Lo mismo sucede con el refugio, otro aspecto fundamental de la formación que impartimos. Desde un mínimo refugio improvisado, bien orientado y ubicado, o el simple uso de una bolsa de basura para aguantar veinticuatro horas

Llamada para comer en el campamento







Nómadas de día y de noche

mientras te rescatan, hasta construir una magnífica tienda en la que dormir cómodamente, con una de las especialidades del *bushcraft*, el *tarp*, una lámina de tela o poliéster con múltiples enganches (propios o añadidos). Peso mínimo e ingenio máximo, con un montón de configuraciones según gustos, compañía o climatología.

Y no podía dejar fuera a una de las especialidades del *bushcraft* más desconocidas y en las que la Asociación vasca es referente y precursora: el rastreo. Seguir las huellas de las personas, seguir el rastro a un animal, borrar las propias huellas (contrarrastreo) y otras interesantes variantes han llevado a nuestro colectivo a formarse con una de las mejores rastreadoras europeas, aunque de la escuela estadounidense, Kyt Walken. En estos momentos estamos preparando un equipo que pueda colaborar con las autoridades en la búsqueda de personas perdidas en la montaña, cuando

el mal tiempo no permite el uso de perros u otros medios de localización.

La formación es fundamental, pero necesita de una práctica continua. Si la retención media de una persona en un taller formativo es del 10%, ese 90% que se escapa hay que reforzarlo con mucha repetición y práctica, y eso lo hacemos en las salidas.

LEAVE NO TRACE

Otra de las características del *bushcraft*, es que el practicante no deja señales de su paso. Ni restos de basura, ni de haber acampado (con el correspondiente permiso o vivaqueando, por supuesto). Se ha de ser escrupulosamente limpio y ordenado.

Y es que el *bushcraft*, pese a lo anglosajón de su nombre, bebe de tradiciones ancestrales, de las formas de vida de nuestros antepasados, que ya eran viejas antes de que los bisabuelos de Jeremiah Johnson, referente de leyenda de esta especialidad *outdoor*, abandonaran Europa.

El *bushcraft* bebe de tradiciones ancestrales

Aunque, como comentaba, se intenta recuperar, actualizar y, si se puede, mejorar las antiguas maneras de vivir en el bosque de nuestros antepasados. Como es habitual, el marketing estadounidense, británico y nórdico vende más y mejor (y más caro). Y, además, aunque a veces la realidad sea otra, no dan la sensación de pasarse el día criticándose unos a otros (...).

Y por eso son referentes: la escuela de Estados Unidos y Canadá con el halo romántico de los territorios vírgenes, lo mismo pasa con los británicos, que tan bien han vendido a sus exploradores, y los propios nórdicos (Finlandia, Noruega, Suecia).

Cabaña permanente



Originalmente los exploradores americanos no dejaban huellas por si un oso/puma, o lo que fuera, nativos incluidos, les seguía la pista. Los nórdicos, porque les parece impensable dejar basura tirada, y los británicos más que nada por seguir la estela nórdica. Pero en general, salvo excepciones que todos los colectivos tenemos, si el bosque es tu casa, intentas dejarla lo más cuidada posible, ¿no?

NADA NUEVO BAJO EL SOL

Una de las conversaciones más habituales cuando sale el tema suele ser:

– Pero eso ya lo hacían nuestros abuelos, no habéis inventado nada.

– Bueno, muchas cosas claro que las hacían nuestros abuelos, pero ¿tú sabes construir un refugio según el clima, encender fuego sin mechero y lloviendo, cazar o pescar con una trampa, purificar agua, seguir un rastro, orientarte para no perderte?

– Hombre, no, pero seguro que miro vídeos en YouTube y no es tan difícil.

Y es que estamos en la cultura de verlo desde el sofá y juzgar, y, por supuesto, opinar. El tiempo en el que se opinaba basado en la experiencia propia ya pasó. Internet nos ha hecho expertos en todo. Modo irónico off.

El bosque, la montaña, son generadores de vida, te dan alimento y cobijo, y de la misma forma que ofrecen vida, te la quitan. Cualquier descuido puede salir muy caro, literalmente la propia vida, por eso damos tanta importancia a la formación de nuestra gente asociada.

En nuestro grupo, cerca del 50% son personas que vienen de hacer montañismo en sus distintas versiones, o bicicleta de montaña, o escalada. Otros venimos de la supervivencia deportiva y hay gente que ha redescubierto la naturaleza con la pandemia. Todos vienen con ganas de aprender, descubrir y, por qué no, disfrutar.

Vienen con ganas de aprender, descubrir y, por qué no, disfrutar

La gran mayoría amamos la montaña/bosque/naturaleza con pasión, pero con serenidad, disfrutamos de esos extraños momentos como cuando el surfista espera, sentado en la tabla, la ola buena y el sol se refleja en el agua, en absoluta paz, o el subidón relajante del que ha hecho cumbre y las nubes se abren a sus pies, ofreciendo un paisaje maravilloso, ya sea un 700 o un 3000, y saca el bocado y la bota de vino... o la paz interior cuando acampas en lo profundo del bosque, con la increíble vida nocturna que te rodea, sin temor, sin preocupaciones... esos momentos, más zen imposible, son pura magia, pura comunión con la naturaleza... sólo cuando lo has disfrutado me podrás



Uso del tarp para construir un refugio

entender, y seguro que sois muchos y muchas las que me entenderéis.

Parafraseando a un poeta de nuestros tiempos, el gran Loquillo, “no vine aquí para hacer amigos, pero siempre podéis contar conmigo”, con nosotros, amigos y amigas de la montaña. Muchas gracias, mucha montaña, mucha vida.

La Asociación Vasca de Bushcraft (Basque Bushcraft Society) es un colectivo cuyo nacimiento se vio retrasado por la pandemia. Actualmente cuenta con medio centenar de socios, un crecimiento autolimitado anualmente, por promociones, hasta formar a sus socios y socias de forma eficiente en las especialidades del *bushcraft*, tales como uso y purificación del agua, iniciación y cuidado del fuego de formas tradicionales, afilado y uso de cuchillos, sierras y hachas, rastreo de personas y animales, caza y pesca de subsistencia, primeros auxilios, orientación, creación de refugios fijos o efímeros, usos del tarp para configurar tiendas, forjado y conocimiento y usos de las plantas, entre otras especialidades.

NUESTRA HISTORIA (IV): LOS TRES GRANDES

Bajo el impulso de Antxon Bandrés, el 18 de mayo de 1924 en la plaza de Elgeta se concentran cientos de montañeros para refrendar el nacimiento de la Federación Vasco Navarra de Alpinismo. Un día que quedaría para la historia.



Espinosa, entre Ramón de la Sota y Bandrés, tras su regreso del Kilimanjaro · EMMOA. FONDO A. BANDRÉS

Tras el éxtasis popular y multitudinario vivido en la fundación de Elgeta en 1924, el montañismo vasco comenzó a definir sus características entre las diferentes opciones que ofrecía la relación lúdica y deportiva con las montañas.

Esta diversidad de perfiles, ya para entonces asentados en el alpinismo internacional, fue encontrando sus referentes en torno a tres grandes nombres de nuestra historia; tres personalidades diferenciadas pero complementarias entre sí: Antxon Bandrés, Ángel Sopena y Andrés Espinosa.

BANDRÉS, EL LÍDER

A Antxon Bandrés le hemos encontrado en los capítulos anteriores como impulsor en la primera década del siglo XX de cruzadas en defensa de la

TEXTO



Antxon Iturriza
(Donostia, 1948)

Montañero y cronista de montaña, ha escrito miles de artículos y una docena de libros, entre los que destaca su trilogía "Historia testimonial del montañismo vasco". Actualmente es miembro de la Fundación EMMOA para la creación del Museo del Montañismo Vasco.

salud, propugnando el acercamiento a la naturaleza y la popularización del montañismo con sus excursiones colectivas a Gorbeia. Fue el líder indiscutible e indiscutido de los primeros años de movimiento montañero.

Bandrés fue además un pozo de iniciativas cuya vigencia durante más de un siglo ha demostrado su auténtica razón de ser. Nos estamos refiriendo a los concursos de montaña y a la consecuente creación de la red de buzones en las cumbres, patrimonio único en el mundo. Y estamos haciendo también referencia a la casi centenaria revista Pyrenaica, y, evidentemente, a la fundación de la Federación Vasco Navarra de Alpinismo, también a punto de cumplir cien años, como ente de unión de todo el montañismo en Euskal Herria.

SOPEÑA, EL ESCALADOR

En la mañana del 16 de marzo de 1924, dos meses antes de la cita de Elgeta, una silueta solitaria, ante el asombro de unos observadores ocasionales emplazados en los rebordes de la sierra Gorobel, comenzaba a trepar por las escarpaduras del Pico del Fraile. Tras no pocos esfuerzos, conseguía alcanzar la cumbre del monolito. Los improvisados testigos estaban asistiendo, sin saberlo, a la primera escalada que se realizaba en Euskal Herria. El autor de aquella audacia era un socio del Club Deportivo Bilbao llamado Ángel Sopeña.

En la mañana del 16 de marzo de 1924, una silueta solitaria comenzaba a trepar por las escarpaduras del Pico del Fraile

Bandrés salió de inmediato al paso de las euforias populares: "Sentimos una vivísima simpatía por quien quiera escalar el pico conquistado por Sopeña, pero nos asalta el temor de que ocurra una catástrofe".

Era la definición de dos formas de entender el encuentro con las cumbres. Bandrés defendía un montañismo de masas, lúdico, sin riesgos ni hazañas deportivas. Por su parte, Sopeña se miraba en las corrientes que impulsaban el alpinismo moderno en Europa. Frente al "frecuentada montaña, pero huir de los peligros" que propugnaba Bandrés, Sopeña opondría la escalada como un reto a superar y no un tabú que debía ser evitado. Era la confrontación de "el montañismo de romería" frente al "alpinismo acrobático". Dos perspectivas que se han mantenido vigentes en sus postulados a lo largo de nuestra historia alpina.

ESPINOSA, EL SOLITARIO

La tercera columna del edificio que sostuvo el montañismo vasco en sus inicios se llamaba Andrés Espinosa, quizás el alpinista vasco más relevante de nuestra historia.

Espinosa compartía con Bandrés, a quien respetaba profundamente, el amor por las montañas de nuestro país, aunque huía de las multitudes que seguían al tolosarra.

Con respecto a Sopeña, coincidía en su atracción por los retos que le presentaba la montaña, pero a diferencia del bilbaíno, nunca apoyó sus escaladas más relevantes en guías profesionales. Así lo hizo Sopeña en casos como el Urriellu, donde se hizo acompañar en 1925 del guía Víctor Martínez, o abriendo una vía en Peña Santa en 1930, junto Alfonso, hijo de Víctor. Igualmente, compartió con un guía de Zermatt el meritorio ascenso, que en 1933 completó en el Cervino siguiendo la compleja arista de Zmutt. Sopeña era un gran escalador, sin embargo, medía el límite de los riesgos que asumía.

Espinosa fue el gran solitario de nuestra historia. Todas sus hazañas las llevó a cabo en una total soledad, enfrentándose, combatiendo y superando sus propios miedos. Solo escaló el Urriellu (1928), y solo completó en el Mont Blanc (1929) una ascensión asombrosa, con el mismo esquema de escalada solitaria. Pocos días después repetiría la hazaña en la ruta clásica del Cervino, dejando perplejos a guías de Zermatt.



Ángel Sopeña, pionero de la escalada en Euskal Herria · ARCHIVO J. DE LA FUENTE

Los sueños de Espinosa, - "¿sueño, ilusión, qué otra cosa es la vida?" escribiría- le llevaron en 1930 a cruzar el desierto del Sinaí para subir a la cumbre sagrada de Moisés y a ascender, semanas más tarde, siempre en solitario, a la cima del Kilimanjaro (1930).

En plena efervescencia de su potencia física y anímica, Espinosa se embarcó en 1931 hacia la India y llegó hasta Darjeeling, al pie mismo del Himalaya. Nunca sabremos de lo que hubiera sido capaz de hacer el vizcaíno frente aquellas montañas gigantes, pero las autoridades inglesas le impidieron penetrar en los valles del macizo del Kangchenjunga. Frustrado, en la larga travesía de regreso escribiría unas frases entre proféticas y reivindicativas: "Me obligan a marchar, pero esta negativa es ya una semilla que dará sus frutos, una semilla que desde hoy comienza a alimentarse en los monstruosos espacios de la Gran Cordillera y que, sin tardar muchos años, veremos sus jóvenes flores. Y, ¿es que no merece ya el mendigoísmo vasco un escaño, aunque modesto y sencillo en el inmenso Himalaya?".

Espinosa tuvo razón, pero tendría que pasar más de medio siglo para que sus palabras fueran una realidad.

EUSKAL MENDIZALETASUNAREN XXVII. GALA

XXVII GALA DEL MONTAÑISMO VASCO



Saridun guztiak

El 20 de octubre de 2023 tuvo lugar en Torrezabal Kultur Etxea de Galdakao la XXVII GALA DEL MONTAÑISMO VASCO, organizada por Euskal Mendizale Federazioa y Ganguren Mendi Taldea.

En el acto, presentado por Ainhoa Lendinez y Aitor Montes, intervinieron Iñigo Hernando, alcalde de Galdakao, Pedro Mari Aizarna, presidente de Ganguren MT, Zigor Egia, presidente de EMF, e Iván Ruiz, director de Pyrenaica.

Como todos los años, el momento más esperado fue la entrega de los premios de Euskal Mendizale Federazioa (cinco reconocimientos en total) y de la revista Pyrenaica (tres de fotografía, tres de artículos y dos del blog).

Además, se aprovechó la ocasión para rendir un homenaje a Olga Sancho, trabajadora de la Federación Vizcaína de Montaña, por su lealtad y dedicación.

Ghulam Murtaza, porteador pakistaní que sufrió graves congelaciones tras ser abandonado por sus clientes en la ascensión al Broad Peak, fue invitado a subir al escenario donde recibió un largo y sentido aplauso.

La gala fue amenizada en diferentes momentos por Andra Mari Dantza Taldea y Máximo Moreno Abesbatza.

Con la foto de familia de las personas organizadoras del evento y de todas y todos los premiados, se puso fin a la gala. La próxima, a celebrar en 2024, año en el que EMF cumplirá cien años, promete ser histórica.



PREMIOS DE LA FEDERACIÓN VASCA DE MONTAÑA / EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOAREN SARIAK

PREMIO "LOLI LOPEZ GOÑI" A LAS MUJERES MONTAÑERAS / EMAKUME MENDIZALEEN "LOLI LOPEZ GOÑI" SARIA
RUTH DE LA HERA

PREMIO "AMIGOS/AS DEL MONTAÑISMO VASCO" / "EUSKAL MENDIZALETASUNAREN ADISKIDEAK" SARIA
UNIDAD DE VIGILANCIA Y RESCATE DE LA ERTZAINZA/ ERTZAINZAREN ZAINZA ETA ERRESKATE TALDEA

PREMIO A LA TRAYECTORIA / JARDUERAREN SARIA
ASOCIACIÓN AMIGOS DE LA RED COMÈTE / LES AMIS DU RÉ-SEAU COMÈTE / COMÈTE SAREAREN LAGUNAK ELKARTEA

PREMIO "ANTXON BANDRÉS" A LA MÁS INTERESANTE ACTIVIDAD / JARDUERA INTERESGARRIENAREN "ANTXON BANDRES" SARIA
AINHIZE BELAR

PREMIO "ANDRÉS ESPINOSA" EUSKAL MENDIZALEA 2023 / "ANDRES ESPINOSA" EUSKAL MENDIZALEA SARIA 2023
ALEX TXIKON

PYRENAICA LEHIAKETAK 2022 / CONCURSOS PYRENAICA 2022

PYRENAICAKO XXXX. MENDI ARGAZKIEN LEHIAKETA / XXXX CONCURSO DE FOTOGRAFÍA DE PYRENAICA

Lehen Saria / Primer Premio:

Amanecer en las Torres del Paine. PABLO RUIZ GARCIA

Bigarren Saria / Segundo Premio:

Biafo, zona baja del glaciar. JUAN JOSÉ LÓPEZ AZURMENDI

Hirugarren Saria / Tercer Premio:

Vignemaleko handitasunean txiki. IÑIGO SANTXO

PYRENAICAKO XXXIX. MENDI ARTIKULUEN LEHIAKETA / XXXIX CONCURSO DE ARTÍCULOS DE PYRENAICA

Lehen Saria / Primer Premio:

Vascos frente al invierno. ANTXON ITURRIZA

Bigarren Saria / Segundo Premio:

Dorje Lakpa bide berri batetik. MIKEL INORITZA, IKER MADDOZ eta MIKEL ZABALZA

Hirugarren Saria / Tercer Premio:

Cascadas de hielo en los Écrins. SERGIO MARCO

PYRENAICAKO BLOGAREN VII. SARIA / VII CONCURSO DEL BLOG DE PYRENAICA

Bisita gehien izan dituen sarrera / Entrada con mayor número de visitas:

La Senda de los Frailes. El bosque encantado de Egileor, Araba. ESTHER MERINO

Sarrera gehien izan dituen kolaboratzailea / Colaborador/a con mayor número de entradas:

MIKEL ARRIZABALAGA



Pedro Mari Aizarna, Ganguren Mendi Taldeko Lehendakaria



Les amis du réseau Comète



Ghulam Murtazari gorazarrea



Ganguren Mendi Taldea

MENDI LASTERKETAK

TEXTO



Alberto Mella Garate
www.lasterketak.eus

Corredor por afición e Inge-
niero Informático de profes-
ión aúna los dos ámbitos
gestionando esta web de
carreras. Ha practicado
todo tipo de deportes: Pe-
lota, Fútbol, Sambo... has-
ta descubrir el atletismo,
sobre todo el de montaña.



LEZAMAKO MUGETATIK MENDI LASTERKETA · ARGAZKIA: GAIZKA PEÑAFIEL DAÑOBEITIA

1 GURE LASTERKETAK

Abuztua eta urria bitartean guztira 57 lasterketa zenbatu ditugu, iaz baino 10 gehiago! Hauetatik, 7 berriak dira. Ezagutu nahi dituzu? Jarraitu gurekin!

Abuztuan 7 lasterketa aurkitu ditugu, iaz epealdi berdinean baino 2 gutxiago. Donostian hasiko gara, bertan **TXIRRITA MENDI LASTERKETA** (16,7 km / 723 m D+) antolatu zuten lehenbiziko aldiz, Erika Alvarezek eta Ibai Makazagak eraman zituzten txapelak. Bestalde, egutegiko lasterketa beteranoetariko bat ere izan genuen, **LII. LARRUNGO LASTERKETA** (12,5 km / 880 m D+), bertan Mylène da Costa eta Kevin Donand nagusitu ziren. Gaeuz korrika egiteko aukera ere izan genuen,



OLAZAGUTIA-URBASA MENDI LASTERKETA · ARGAZKIA: UNAI MARTÍNEZ - WWW.UNAIPHOTOGRAPHY.COM

SKYRHUNE · ARGAZKIA: ERIC POULIN



IX. BERA KO GAU LASTERKETAn (7,4 km / 300 m D+). Baita emakumeentzako **SORGINA TRAIL** (7,5 km / 200 m D+) lasterketa ere Saran.

Irailean gorakada nabarmena izan genuen, 26 lasterketa, iaz baino 9 gehiago. Hauek guztietatik bostek hilabete hau erabili zuten lehen ediziorako, ezagutu ditzagun: Iturberoko **BERROTZAKO BI HAUNDIAK** bertan behera gelditu zen eguraldiagatik; Villatuertako **MUSKILDIA TRAIL**en (19 km / 750 m D+) Laura Guerrerok eta Alberto Azparrenek irabazi zuten; Aiako **IZETA BIKOTE MISTOEN MENDI LASTERKETA**n (6,4 km / 420 m D+) Nerea Urteaga eta Jokin Gijarro gailendu ziren; Elorrioko **ALDAPEGORA** (26 km / 1700 m D+) Garazi Sampedro eta Gontzal Murgoitioentzat izan zen; eta bukatzeko, Zaldibarko **ZALDU TRAIL** (20 km y 1300 m D+) Oihane Unzaluk eta Ibai Cebrianek bereganatu zuten. Besteak beste, hauek ere izan genituen: **XVII. LEZAMAKO MUGETATIK** (25 km / 1000 m D+) Nerea Iturriaga eta Jon Betolaza garaile; **XVI. SORGIÑEN LASTERKETA** (21 km / 1700 m D+) Lide Urrestarazu eta Gontzal Murgoitio txapeldu; **IX. LA SKYRHUNE** (21 km / 1700 m D+) Blandine L'Hirondel eta Jan



HIRU HAUNDIAK · ARGAZKIA: JABI ARTARAZ

Margarit gorenean; eta XV. **OLAZAGUTIA – URBASA** (17,2km / 920 m D+) Izaskun Beunza eta Eki Imaz azkarrenak.

Urriaren 24 lasterketekin topo egin dugu, iaz baino 3 gehiago. Hile honetako benjamina **DEUSTUKO KILOMETRO BERTIKALA** (1 km / 150 m D+) izan da. Askoren artean hauek ere antolatu ziren, he-mentxe zerrenda eta garaileak: XIV. **ANBOTO KM BERTIKALA** (3,8 km / 1092 m D+) Lide Urrestarazu eta Iñigo Alzola; III. **BILBAO MOUNTAIN MARATHON** (42 km / 2181 m D+) Andikona Falcon eta Erlantz Diaz; XIV. **ZUMAIA FLYSCH TRAIL** (23 km / 942 m D+) Juana Montaña eta Ruben Ruzafa; eta X. **ARRANKUDIAGA-ZOLLO TRAIL** (15,2 km / 680 m D+) Maria Delgado eta Walter Becerra. Aipamen berezia **XXIII. HIRU HAUNDIAK** (101 km / 5126 m D+) probarako, hau, Ane Zabalak eta Julen Martinez de Estibarizek irabazi zuten.

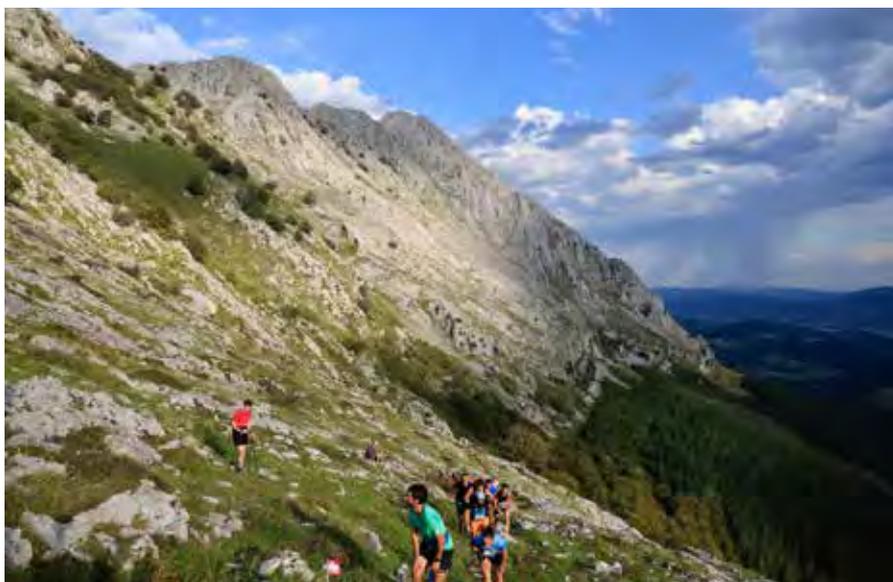
2 GURE KORRIKALARIAK MUNDUAN

Vamos a recorrer el mundo de la mano de nuestros y nuestras korrikalaris. Como sabéis no podemos mencionar todas las participaciones... ¡vamos con el resumen!

Comenzamos con el retorno de Sara Alonso que se llevó la **ETC 15K EN UTMB** (15 km / 1200 m D+) y la espectacular **LIMONE EXTREME SKYRACE** (22 km / 2055 m D+). Para Irantzu Chinchetru fue la **IBIZA TRAIL MARATON** (25 km / 900 m D+). Xabier Zarranz se subió a lo más alto en el **GRAN TRAIL ANETO POSETS** (105 km / 6760 m D+) y en la **ULTRA CANFRANC 100K** (100 km / 8848 m D+), donde coincidió con Unai Dorrnsoro que ganó la **ULTRA CANFRANC 70K** (70 km / 6100 m D+). Onditz Iturbe por su parte fue la más rápida en el **TRAIL EL GUERRERO** (35 km / 2400 m D+) y se llevó en Villanúa el Campeonato de España FEDME de KV. Aquí también estaba Sarah Ugarte para llevarse la prueba **2KV PUYAR Y BAXAR**. Siguiendo con las verticales, Oihana Azkorbebeitia se coronó en los 3 KV disputados en Arenas de Cabrales. Oihana Kortazar sigue imparabile, ganando en el **TRAIL ALTO ALLER K30** (30 Km / 5600 m D+-), **TRAIL DESAFÍO URBIÓN** (37 km / 2500 m D+) y en el **DESAFIOSOMIEDO MDS** (47 km / 2950 m D+). Además en las pruebas por etapas **ULTRA SANABRIA** (110 km / 6000 m D+) y **EPIC CAMÍ DE CAVALLS 360 EXPERIENCE 360º** (92 km / 700 m D+), coincidió con Aritz Egea que fue el vencedor en categoría masculina. Finalizamos con Silvia Trigueros y la ultra distancia. Ganadora en la **PICAPICA PIRINEOS** (109 km / 11500 m D+) y haciendo pódium en **CERVINO MATTERHORN ULTRA RACE** (173 Km / 11550 m D+) y **DRAGON'S BACK RACE** (380 km / 17400 m D+).

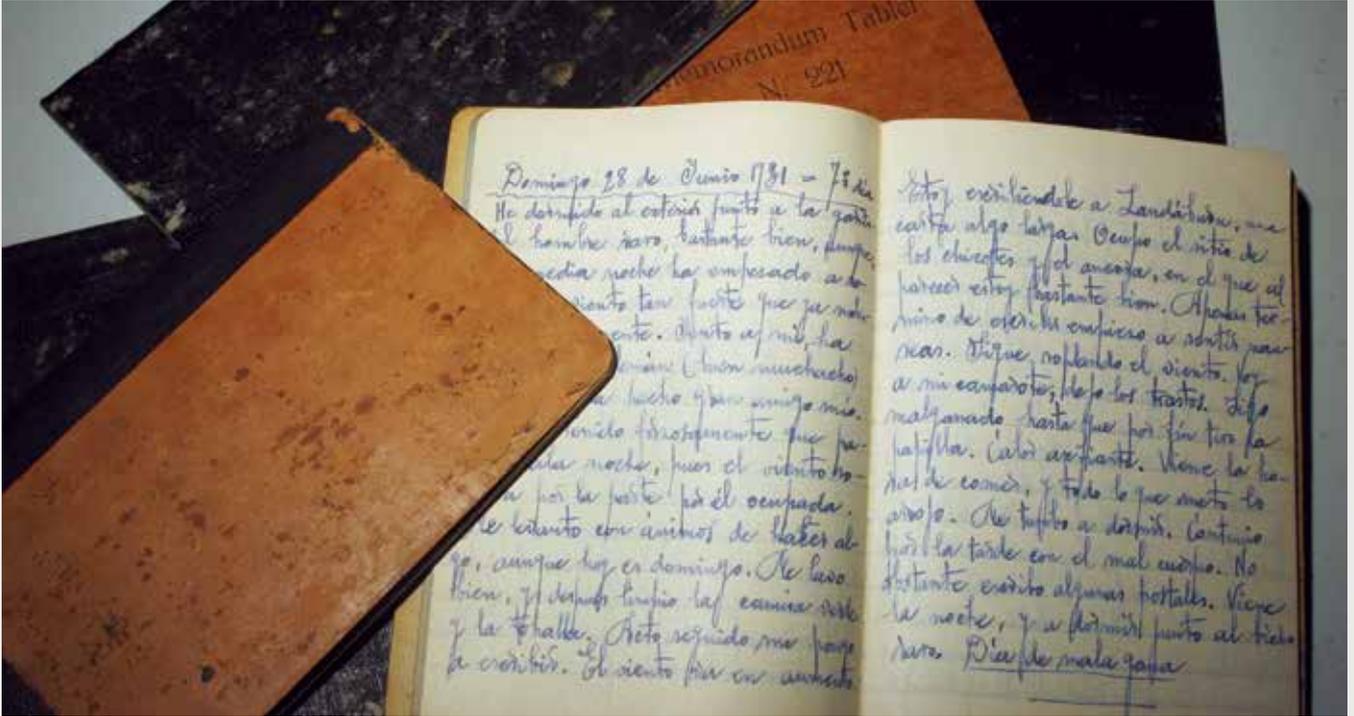


SARA ALONSO – LIMONE EXTREME · ARGAZKIA: @THE.ADVENTURE.BAKERY



SORGINEN LASTERKETA · ARGAZKIA: RAUL URIBARRI

NOTICIAS EMMOA ALBISTEAK



Cuadernos manuscritos de Andrés Espinosa (EMMOA)

LIBRETAS MANUSCRITAS DE ESPINOSA

La Fundación EMMOA, ha recibido recientemente una de las donaciones más relevantes de los últimos años en relación con Andrés Espinosa. La donación ha llegado de manos de Begoña Ortiz de Pinedo, vizcaína de 85 años, que ha entregado a EMMOA una gran colección de postales que el alpinista de Zornotza fue adquiriendo en sus viajes a lo largo de los países que visitaba en sus expediciones montaÑeras.

Pero quizás la parte más importante de la donación son las siete libretas en las que Espinosa fue escribiendo de su puño y letra las anotaciones de sus impactantes experiencias. En dos de ellas describe con detalle su ascensión en 1929 al Mont Blanc, inédita hasta entonces, que remató con

Inauguración de Mendián Gora en Bakio (EMMOA)



una travesía fantástica por las cumbres de Tacul y Aiguille du Midi. Los apuntes se completan con el relato de su posterior escalada solitaria al Cervino.

Las otras cinco libretas están dedicadas a relatar el viaje de Espinosa a la India en 1930, con el objetivo de ascender a alguna gran cima del Himalaya, aspiración que se vio frustrada por la prohibición de las autoridades británicas.

Esta extraordinaria aportación testimonial se completa con diez dibujos de su amigo, el pintor Enrique Rentería, recortes de prensa de la época, anotaciones y textos de una conferencia.

NUEVA OFICINA DE EMMOA

La expansión del patrimonio de EMMOA ha hecho necesaria la ampliación de su sede provisional actual en el barrio donostiarra de Martutene. Una nueva oficina acoge ya la colección de objetos que conserva la Fundación y que está actualmente siendo catalogada. El mismo proceso se está llevando a cabo con los contenidos de la biblioteca alpina, estimada en más de 4.500 títulos.

TOUR MENDIAN GORA

En los meses de octubre y noviembre nuestra exposición ha estado en el Txakolingune de Bakio, que ofreció una copa de txakoli a los asistentes a la inauguración y la visita guiada. Todavía quedan huecos para 2024, así que los clubs interesados pueden ponerse en contacto con el responsable: Iñigo, teléfono 657 739 664, email: inigo.orbar@gmail.com.

1 EMF-FVM

Betidanik betiko. En el centro geográfico de Euskal Herria. Desde siempre para siempre

El 1 de octubre representantes de las federaciones de Hegoalde, de Iparralde, del Comité del Centenario, junto con cerca de 150 mendizales, se acercaron al centro geográfico de Euskal Herria, en la sierra de Andia.

Un acto que sirve para celebrar todo aquello que nos une y nos seguirá uniendo. Nuestro presidente Zigor Egia confirmó, en su intervención, que el compromiso que se adquirió el año pasado se cumple: nuestras federaciones vuelven a caminar unidas. Actos como el de hoy, o el Oroimen Eguna, la creación de la Euskal Herriko Mendi Biltzarra o las Euskal Herriko Kopak en diferentes modalidades deportivas son ejemplo de ello.

El pasado día 1 lució por primera vez en acto oficial la imagen que hemos elegido para celebrar el Centenario y su lema: Betidanik betiko. Qué mejor lugar que el corazón de nuestro país, en un fantástico día.

Asociación de Amigos de la Red Cométe

El pasado mes de octubre se produjo el recibimiento en el ayuntamiento de Bilbao a la Asociación Amigos de la Red Cométe de Anglet (Iparralde), invitada por la EMF a la gala anual del montañismo vasco. Recibidos por el alcalde de Bilbao Juan Mari Aburto, firmaron en el libro de la ciudad Dominique Agerre, Frantxoa Agerre y Beñat Olaizola de la citada Cométe Sarearen Lagunak Elkarte. La red funcionó durante toda la Segunda Guerra Mundial evacuando clandestinamente a pilotos aliados abatidos por los nazis a través de la muga vasca. Fueron varios los mugalaris vascos que fallecieron en los campos de concentración alemanes o víctimas de las secuelas posteriores. La asociación impulsa el estudio de esta actividad y organiza actos periódicamente.



2 AKORDIOAK / ACUERDOS

A finales del presente año 2023, la Euskal Mendizale Federazioa – Federación Vasca de Montaña (<https://emf.eus/>) mantiene activos 3 convenios de patrocinio así como 17 acuerdos de colaboración.

Con respecto a los convenios, Ternua Lorpen (<https://www.ternua.com/es/>) viste a las selecciones vascas de competición en las disciplinas de carreras por montaña, marcha nórdica, esquí de montaña y escalada deportiva. Al anterior acuerdo, se sumó recientemente la firma italiana Scarpa (<https://www.scarpa.com/>) con ventajosas condiciones en calzado deportivo para nuestros seleccionados y seleccionadas. Finalmente la firma Adartia-Alkora (<http://www.adartia.es/>) patrocina actividades de promoción de la montaña llevadas a cabo por nuestra federación.





En relación a los acuerdos de colaboración, existen 10 convenios que redundan en beneficio de la actividad federativa general y diaria. El ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz (<https://www.vitoria-gasteiz.org/>) y la EMF ofrecen un muro de velocidad para entrenamiento en la capital alavesa. El departamento de seguridad del Gobierno Vasco (<https://www.euskadi.eus/conoce-el-daem/web01-ejeduki/es/>) colabora activamente en la formación de seguridad que ofrece la federación tanto a sus federados y federadas como al público en general. Itelazpi (<https://www.itelazpi.eus/eu/>) ofrece su red de comunicaciones Tetra, así como su avanzada cobertura tecnológica para las marchas organizadas por la Federación. Climbskin (<https://climbskin.com/>), Infisport (<https://www.infisport.com/>), Ekin y Runnun (<https://runnun.app/>) mantienen abiertas diferentes vías de colaboración y beneficio mutuo con las selecciones de carreras por montaña y escalada. La federación contribuye altruistamente a la actividad de las fundaciones EMMOA (<https://emmoa.eus/es/>) y Felix Baltistán (<https://www.felixbaltistan.com/>).

Otros 7 convenios ofrecen diferentes ventajas a los federados y federadas. Sua Edizioak (<https://sua.eus/>) ofrece un 15% de descuento en los libros y cartografía adquiridos en el stand de Sua en la Azoka anual de Durango. Resolargrip (<https://resolargrip.com/>)

igualmente ofrece un 15% de descuento en sus tarifas de reparación de calzado de montaña. Hamaika Mountain (<http://www.hamaikamountain.com/>) un 10% en textil y zapatillas de Trail running, salvo material en oferta. La empresa Twonav (<https://www.twonav.com/es/>) un 15% en sus sistemas de navegación GPS. El festival de cine de montaña Mendifilm (<https://mendifilm-festival.com/MFF/index.php/es/>) ofrece cada año a través de la federación un 10% de descuento en el precio de sus entradas para la sesión inaugural. La empresa italiana de bastones de montaña Vipole (<https://www.hazten.es/>), a través de su representante en Euskadi ofrece un 25% de descuento en sus diferentes productos. La conocida empresa Barrabes (<https://www.barrabes.com/>) ofrece -desde la fecha de la inauguración de su nueva tienda en Bilbao- un 10% de descuento tanto en dicha tienda, como en el resto de establecimientos ubicados en diferentes puntos de la península, así como en su servicio online.

Finalmente la licencia vasca ofrece -sin necesidad de ninguna otra licencia o ampliación de la misma- todas las ventajas posibles en materia de descuentos de la red de refugios de Pirineos y Picos de Europa adheridos a la Correspondencia de Refugios (<https://correspondenciarefugios.org/>). Todo lo anterior mediante la presentación del carnet de federad@ en plástico o digital.



1 DEPORTE ESCOLAR

Hemos iniciado la nueva temporada de deporte escolar con un paseo a San Ginés desde Labastida. Un recorrido entre viñedos, adornado por esculturas del artista local Pedro Pablo Amurrio. Hemos subido a la cima de La Mota, un promontorio sobre Labastida provisto de un interesante planisferio celeste.

Continuamos la marcha hasta el parque de San Ginés, donde paramos para almorzar. Aprovechamos una parada para que las niñas y niños recojan unas uvas que han quedado en la viña y les explicamos el proceso de elaboración del vino. Vuelta a Labastida y sorteo en el autobús. Buen inicio de temporada, deseando que llegue la próxima salida.

2 FORMACIÓN: OFERTA CURSOS

ESCALADA EN ROCÓDROMO

Objetivo general: Familiarización con la escalada

Contenidos trabajados:

Los siguientes contenidos se desarrollarán de manera progresiva en los dos niveles de iniciación:

- **Conocimiento del medio y de los materiales de escalada:** arnés, cuerdas, mosquetón, bloqueador, presas y zonas del rocódromo.
- **Técnicas de agarre y apoyo.**
- **Técnica del nudo en ocho para asegurarse.**

Características:

- **Categorías:** Prebenjamín, benjamín, alevín, infantil y cadete.
- **Duración:** 4 horas, distribuidas en dos sábados consecutivos. De 9:30h a 11:30h
- **Lugar:** Rocódromo de Ariznabarra. La actividad podrá realizarse en Hegoalde o en Salburua en caso de haber causas justificadas.
- **Precio:** Gratuito.
- **Inscripciones:** Directas a través de la página web de la AMF-FAM. Para inscribirse en el curso de iniciación de nivel II, será necesario haber realizado el curso de nivel I.

AMF ARABA FAM



3 COMPETICIONES: COPA ALAVESA DE CARRERAS POR MONTAÑA

CLASIFICACIONES: FEMENINO

POSICIÓN	NOMBRE Y APELLIDOS	PUNTOS OBTENIDOS EN CADA CARRERA						TOTAL
		Oriamendi - San Jorge	Ioar Mendi Last.	Mixarro Bira	Okondo Trail	Izki Trail	Jarindo Alberta	
1	Ania Hernández	100				80	65	245
2	Izaskun Larrinaga	80	40		80		15	215
3	Andrea Garay					100	100	200
4	Aida Delgado Corchero			85		65		150
5	Ainhoa Oyanguren López de Bergara		65				50	115
6	Oihane Unzalu Aldekoa		100					100
7	Ainhoa Celaya Aguirrezabala			100				100
8	Isel Ortega Martín				100			100
9	Amala Ruiz de azua López de Heredia		80					80
10	Cristina Ruiz de Azua.	50				30		80

CLASIFICACIONES: MASCULINO

POSICIÓN	NOMBRE Y APELLIDOS	PUNTOS OBTENIDOS EN CADA CARRERA						TOTAL
		Oriamendi San Jorge	Ioar Mendi Last.	Mixarro Bira	Okondo Trail	Izki Trail 29/07	Jarindo Alberta 22/10	
1	Eki Imaz Ruiz de Equino	100		100		80		280
2	Alfonso Alemán Mullor		30	65	80	40	40	255
3	Dani López de mendiguren Martínez de murquia			40		100	100	240
4	Jon Vegas López de Uralde	80	20	50		25		175
5	Inaxio Sánchez Ríos			80			65	145
6	Xabier Vegas	50					80	130
7	Irazu Aranburu Antxia		100					100
8	Endika Arrazuma				100			100
9	Pablo González Martínez		80					80
10	Asier Del Pozo Pérez		40	30				70

BMF BIZKAIA FVM

1 FINALIZA LA 6ª LIGA DE SENDERISMO DE BIZKAIA – LIGA IBÉRICA

La Liga de Senderismo de Bizkaia 2023 ha contado con la colaboración de 10 clubes y la participación de más de 700 senderistas de todas las edades a lo largo de 117 km por diferentes senderos homologados GR® y PR® del Territorio Histórico de Bizkaia.

El objetivo de la liga es potenciar y dar a conocer los diferentes espacios naturales de Bizkaia, a través de sus senderos homologados, fomentando la participación familiar y la regularidad.



2 MENDI ESKOLA KIROLA PROGRAMA MARTXAN

Urriaren 1ean BMF-FVMk Bizkaiko Foru Aldundiarekin batera, 8-18 urte bitartekoentzat Bizkaiko Mendi Eskola Kirola programa martxan jarri zuen.

Ikasturteari hasiera emateko, zonalde ezberdinetako umeak batu genituen eta txikien kategoriako partaideekin (8-11 urte) Zierbenako portutik Luzuero mendira joan ginen. Adin tarte horretan mendizaletasunari eustea zaila bada ere, aurten nagusien kategorian gorakada nabarmena izan dugu. Programan parte hartzeko, jar zaitez gurekin harremanetan: mendieskolakirola@bmf-fvm.org



3 ORIENTAZIO PROBA "ROGAINE URKIOLA-ESKUAGATX"

Urriak 28an Bizkaiko COBIDEA Orientazio Taldeak antolatuta Urkiola-Eskuagatx eremuan Rogaine modalitateko orientazio proba egin zen IbeRogaine Liga barruan.

170 parte-hartzaile izan ziren 7 orduko proban, eta beste 108 3 orduko herri-proban. Irabazleak hauek izan ziren: Aaron Garmendia eta Eneko Garaio (gizonezkoen kategorian), Aratz Beobide eta Sofie Safkova (mistoan) eta Cristina Rico eta Rakel Vicente (emakumezkoen kategorian).

4 II NORDIC WALKING BIZKAIA KOSTA.



El 22 de octubre en Gorliz se celebró una competición de Marcha Nórdica que englobaba la clasificación de varias pruebas: Il Copa Vasco Navarra, Il Campeonato de Euskadi, Il Campeonato de Bizkaia y Il Nordic Walking Bizkaia Kosta. Fuera de la competición, también se celebró una prueba Open, y una exhibición infantil. En total compitieron alrededor de 100 personas. En el reparto de premios se aprovechó para rendir un sencillo homenaje al equipo femenino de la selección de Euskadi por su 2º puesto en el Campeonato de Selecciones Autonómicas celebrado recientemente en Sevilla.

1 FINALISTAREN EGUNA. ORDIZIA



Urriaren 15ean, Ordiziako Mendizaleak elkarteak antolatuta, Gipuzkoako Eskolarteko Finalistaren Eguna ospatu zen. Ordiziara bertaratu ziren neska-mutil, guraso eta arduradunei esker, jarduerak arrakasta handia izan zuen. 22 ikastetxetako 287 gaztetxo bildu ziren (153 neska eta 134 mutil), eta 230 gurasok lagunduta, Ordizia inguruko mendietan barna ibili ziren. Guztira, 517 mendizalek burutu zuten ibilbidea, eta amaitu ondoren, partaideek festa giroan diplomak eta opariak jaso zituzten.

Mila esker Ordiziako Herriari eta batez ere guztia bikain antolatu zuen Ordiziako Mendizaleak Elkarteari.

2 MARCHA DE DEPORTISTAS CON VETERANÍA

La Marcha de Deportistas con Veteranía de 2023 se celebró una vez más en Mutriku, perfectamente organizada por el Club Buru-mendi. En un ambiente festivo y con una meteorología agradable, los 64 participantes, 28 mujeres y 36 hombres, de 10 clubes diferentes, disfrutaron de un recorrido a través de los bellos parajes en los alrededores de Mutriku.



3 PROYECTO DE TOPONIMIA: AIZKORRI-ARATZ

Tal y como se hizo el año pasado en el PN de Aralar, gracias a la financiación de Rural Kutxa, y la colaboración del Departamento de Interior del Gobierno Vasco, Diputación Foral de Gipuzkoa, Ayuntamientos y Senderismo GMF, se ha procedido a la colocación de unas placas en los postes indicativos del Parque Natural de Aizkorri-Aratz. En dichas placas aparece el topónimo correcto del lugar, una sigla que corresponde a su geolocalización y el 112 de emergencias. Las primeras placas se colocaron el 23 de septiembre en una jornada de Auzolan.

GMF
GIPUZKOA
FGM



4 GIPUZKOAKO GOI MENDI ESKOLAKO IKASTAROAK

Datozen hilabeteetarako GGMEtik antolatuta ditugun ikastaroak ondorengo hauek dira:

2023	
Alpinismoa (hastapena)	Abendua ·
Alpinismo (iniciación)	diciembre 16, 17
2024	
Mendiko eskia (hastapena eta trebakuntza)	Urtarrila · enero
Esquí de montaña (iniciación y perfeccionamiento)	20, 21
Izotz eskalada (especializazioa)	Urtarrila · enero
Escalada en hielo (especialización)	27, 28
Elur mota guztiak jaisteko teknikak (hastapena eta trebakuntza)	Otsaila · febrero
Técnicas de descenso en todo tipo de niveles (iniciación y perfeccionamiento)	3, 4

FNDME NAFARROA MEKNF



Emakume aitzindariak lehen mendi martxa handietan. Mujeres pioneras en las primeras grandes marchas montaÑeras · FOTO: ARCHIVO/ BILDUMA C.D. FORTUNA

1 GR-1

En Navarra ya tenemos recuperado el GR 1, que se inaugurará a primeros de 2024. Son 134 km por la Zona Media de Navarra, repartidos en 8 etapas en las que se puede disfrutar de lugares con historia. Pueblos como Cáseda, Gallipienzo, Uxue, Olite, Larraga, Allo, Los Arcos, Desojo o Kodes.

2 REFUGIO ANGEL OLORÓN



Belagua de noche FOTO: NAIARA GANUZA

Nuevas rutas Senderos FNDME: <https://senderos.nafarmendi.org/buscador/>

- Piri trek Sur Corta.
- Piri trek Sur Larga.
- Piri trekking Norte.

Rutas BTT nuevas: <https://www.esquilarrabelagua.com/rutas/>

- 15 rutas para BTT señalizadas.
- Alquiler de BTT eléctricas.
- Guiado de las rutas.
- Mapa editado en papel.

Buenas noticias por un preacuerdo con FEDME según el cual nos comprometemos a trabajar conjuntamente para en 2025 estar todas las federaciones territoriales dentro de la Asociación de Correspondencia, incluso FEDME con sus habilitaciones, de tal manera que volveríamos a participar de la Reciprocidad Europea y se haría descuento a extranjeros.

Parking: Prohibida la pernocta en Mata de Haya y todo el puerto. Recordamos que ya está vigente la ordenanza municipal y ahora sí estará prohibida la pernocta en todo el puerto y Mata de Haya.

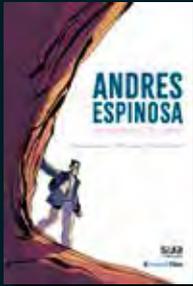
3 GAILURRETAN IZAN GAITUN / NOS QUEREMOS EN LAS CIMAS

(mendizale, alpinista eta eskalatzaile aitzindariak, 1924-2024) argazki erakusketa/ exposición de fotografías

LEKUA/LUGAR: Planetario de Pamplona

DATAK/FECHAS: 2024ko urtarrilaren 10etik otsailaren 8ra/ del 10 de enero al 8 de febrero del 2024

FECHAS/DATAK	LUGAR/LEKUA
19 de febrero - 9 de marzo	Leioa (Kultur Etxea)
11 de marzo - 1 de abril	Palacio Jane Ugao-Miravalles
4 de abril - 10 de mayo	Okendo Kultur Etxea Avda. Navarra, 20013 Donostia
13 - 31 de mayo	Elgetako Udala Mendizaleen plaza, 1 20690 Elgeta (Gipuzkoa)
3 - 18 de junio	Maule
21 de junio a 14 de julio	Palacio Euskalduna de Bilbao
2 - 27 de septiembre	Federación alavesa, Cercas Bajas, 5 01001 Vitoria-Gasteiz
1 - 18 de octubre	Kultur Gunea Tafalla
21 - 23 de octubre	Donapaleu
4 - 16 de noviembre	Uztaritze o Azkaine
18 - 30 de noviembre	Atharratze
2 - 13 de diciembre	Oñati



1 ANDRÉS ESPINOSA: BAKARRIK ETA LIBRE / ANDRÉS ESPINOSA: SOLO Y LIBRE

Gizon bat garaiaurreratu. Urrats harrigarriak eman zituen aitzindari bat. Heroi ezpalik gabeko erraldoia. Horrelakoa izan zen Andrés Espinosa. 1931. urtean, Alpeetara joatea ere berealdiko erronka zenean, Kangchenjungara abiatu zen bera, Himalaia handira. Aurrez, Mont Blanc eta Cervino igo zituen, baita Kilimanjaro ere, hirurak bakar-bakarrik, aurrez beste inork ez bezala.

Fue un hombre adelantado a sus tiempos. Un avezado y extraordinario pionero en el mundo del montañismo. Un gigante sin madera de héroe. Así fue Andrés Espinosa. En 1931, cuando trasladarse a los Alpes ya suponía todo un reto, partió hacia el Kangchenjunga, el gran Himalaya. Para entonces, portaba en su mochila vital tres primeras ascensiones en solitario: el Mont Blanc, el Cervino y el Kilimanjaro.

EGILEAK: Ramón Olasagasti, César Llaguno eta Felipe H. Navarro ·
HIZKUNTZA: euskara-gaztelera · ARGITALETXEA: Sua Edizioak · URTEA: 2022 ·
ORRIALDEAK: 80 · SALNEURRIA: 14 €



2 VALLES SECRETOS DE GIPUZKOA

Alejados de las grandes vías de comunicación y de las principales rutas turísticas, los valles recogidos en este libro constituyen un selecto grupo de espacios naturales, normalmente solitarios, siempre bellos. Hablamos de valles que nos sorprenderán con sus selváticos paisajes, sus cumbres panorámicas y un patrimonio cultural que custodian con celo. Atxulondo, Lizardierreka, Kilimon, Etxolaberri, Usarrabi, Degurixa... nuevos nombres para nuestros planes montañeros.

AUTORES: Joana García y Txemi de los Dolores · IDIOMA: castellano ·
EDITORIAL: Sua Edizioak · AÑO: 2022 · PÁGINAS: 168 · PRECIO: 20 €



3 DICCIONARIO PRÁCTICO PARA ESCALAR

La escalada es una actividad deportiva y social. Quienes la practicamos nos expresamos combinando una lengua común con una jerga propia, resultando un habla comprensible para nuestra comunidad, pero incomprensible para quienes están fuera de este ámbito. Es por esto que Ediciones Cordillera Cantábrica ha publicado un diccionario que recoge los términos más usados de esta querida lengua: un pequeño corpus léxico que contribuye a su entendimiento, preservación y buen uso para que, entre todos, sigamos cuidándola y enriqueciéndola, y conserve su, tan merecido, lugar propio.

AUTOR: Tino Nuñez · IDIOMA: castellano · EDITORIAL: Ediciones
Cordillera Cantábrica · AÑO: 2021 · PÁGINAS: 122 · PRECIO: 14 €

4 LOS ALPINISTAS DE STALIN

Esta es la historia nunca antes contada de los hermanos Abalákov, dos alpinistas que trabajaban para la gloria del régimen soviético y que, a pesar de eso, acabaron siendo víctimas de las purgas stalinistas.

Vitali y Yevgueni eran dos huérfanos siberianos que disfrutaban de la escalada antes de hacerse alpinistas expertos. Realizaron muchas expediciones entre el Cáucaso y Asia Central; en los años 30 fueron los primeros en ascender a los impresionantes picos de Stalin, Lenin y el Khan Tengri.

A través de sus vidas conoceremos mejor la historia de la URSS y la épica conquista de las cimas, desde los comienzos del montañismo hasta la masificación de hoy en día.

AUTOR: Cédric Gras · IDIOMA: castellano · EDITORIAL:
Crítica · AÑO: 2022 · PÁGINAS: 240 · PRECIO: 18 €

PYRENAICAREN LIBURU GOMENDATUA

TOCANDO EL VACÍO

Andeetako urruneko mendi bat, bi lagun, eskalada bat, istripu bat, erabaki zail bat eta bizirik irauteko borroka baten hasiera. Hitz hauekin laburtu genezake Joe Simpsonek eta Simon Yatesek Siula Grande mendian bizi izan zuten bizipen gogor bezain hunkigarria, Simpsonek liburu honetan maisuki islatzen duena. Merezi du mendiko literaturan klasiko bat bihurtu den liburu hau irakurtzeak.

Una montaña lejana de los Andes, dos amigos, una escalada, un accidente, una difícil decisión y el inicio de una lucha por la supervivencia. Con estas palabras podríamos resumir la vivencia tan dura como emotiva que vivieron Joe Simpson y Simon Yates en la montaña de Siula Grande y que Simpson refleja con maestría en este libro. Merece la pena leer este libro que se ha convertido en un clásico en la literatura de montaña.

AUTOR: Joe Simpson · IDIOMA: Castellano · EDITORIAL: Ediciones Desnivel · AÑO: 2012 · PÁGINAS: 192 · PRECIO: 22 €





DIRECCIÓN: Adrián San Román · AÑO: 2020 · PAÍS: España · DURACIÓN: 28 min

1 THE MELTING POINT

Cuando mi padre era niño pasaba el invierno aislado por la nieve. Si quería salir de casa debía utilizar una pala porque la nieve tapaba la puerta. Yo no lo he visto jamás.

Cuando yo era niño llovía durante días sin parar. El *txirimiri* lo cubría todo, no sólo en invierno, sino también en verano. Mi hijo no lo ha conocido.

En este documental se reflexiona sobre la belleza de las montañas, sobre su presente y su futuro, sobre los cambios acaecidos en tan sólo unas décadas. La temperatura asciende y se alcanza el punto de fusión que hace desaparecer los glaciares pirenaicos. Mis nietos no los conocerán.

2 RED BULL HUMAN EXPRESS

La leyenda de Filípides perdura, aunque se dude de su existencia. La leyenda de Forrest Gump está en la memoria de cualquier corredor. Son dos seres legendarios a cuyas proezas muy pocos humanos se acercan. Karl Meltzer es uno de ellos.

Con motivo del 150 aniversario del Pony Express, el primer servicio postal que se puso en marcha en EE.UU. y que se realizaba a caballo, Meltzer se lanzó a cubrir los 3300 kilómetros del recorrido.

Corrió durante 40 días, empleó 7 pares de zapatillas y 143 latas de Red Bull. Acumuló 28000 metros positivos y 30000 negativos. Estos son algunos de los números de esta gesta legendaria.



DIRECCIÓN: Red Bull · AÑO: 2016 · PAÍS: Estados Unidos · DURACIÓN: 52 min



3 CHINA BEACH. RIDING THE WAVE

Nina Williams muestra de la mano de North Face una ola de roca por la que se mueve a sus anchas, en lo que constituye la primera ascensión femenina de China Beach 5.14 B/8C.

Esta mujer combina de un modo especial la fortaleza atlética del boulder con la fortaleza mental del solo libre, logrando ser una de las pocas mujeres que supera el V13.

Con un estilo fluido y atlético logra un objetivo con el que soñó desde niña.

DIRECCIÓN: Jordi Llauredó i Vilà · AÑO: 2023 · PAÍS: Estados Unidos · DURACIÓN: 20 min



THE ADVENTURE OF THE YEAR.

ISLANDIA

Ternuak Islandiara eramango zaitu, sua eta izotzaren lurra deskubritu dezazun, uretan nabigatuz eta glaziarretan zehar bidaiatuz. Abenturan parte hartu nahi?



Lortu Islandian zehar 7 egunez
belaontzian izan dezakezun
abenturarako pasaporte.

TERNUA 

T3 LIGHT HIKER ECO DE LORPEN

POLIVALENCIA, TRANSPIRABILIDAD Y RESISTENCIA

En estos calcetines los amantes de la montaña encontraremos una herramienta para utilizar cada día. Aunque, si lo que te gusta es ir corriendo a todas partes o las grandes alturas del Himalaya, seguramente hay opciones mejores y más específicas.

Hona lur orotako galtzerdi teknikoak, urte osoan Pirinioetarako, udan Alpeetarako eta edozein outdoor jardueratarako. Bere konposizioari esker, merino eta poliester artezko portzentaje berdinekin, konpromiso termiko ona dute, baita hezetasuna kudeatzeko orduan ere. Gramaje ezberdinekin osatuta, askoz ere lodiagoa zolan, oso erosoak eta higadurarekiko erresistenteak dira.

La evolución del calzado de montaña debe ir ligado a la evolución de los calcetines. La mayor capacidad térmica de las botas de ahora y la ligereza en general de todo el equipamiento hacen que necesitemos mayor transpirabilidad y comodidad, pues las jornadas ahora son más largas o, al menos, más rápidas.

Trekking arineko botekin edo udako Pirinioetarako zapatilekin konbinatuta, erosotasuna ematen dute, eta egun batzuetan erabiltzeko aukera eman ere. Bota erdi zurruna jantzita, oina lehor mantentzen dute, baita Alpeetako udako hurbilbide beroetan ere. Eta oinetako zurrunekin, udan glaziari eskaladei aurre egiteko gaitasun termiko nahikoa dute.

En la última expedición que he llevado a cabo en Pakistán han sido los calcetines que más he utilizado: en las largas aproximaciones, con los pies de gato, y hasta más de seis mil metros en terreno no glacial.

Azken batean, oso galtzerdi balioanitzak eta iraunkorrak dira, gure armairuan ezinbestekoak. Galtzerdi teknikoan bilakaeran jarraitu beharreko bidea zein den erakusten digute, bota eta zapatila berrietara eta mendiko jarduerak ulertzeko gaur egungo erara egokituta.



ORIOR BARÓ / BIO

El alpinista catalán Oriol Baró (Valle de Boí 1979), es guía de alta montaña UIAGM, técnico depor-tivo superior en alta montaña y TD1 en esquí alpino, además de profesor de técnicos deportivos en montaña y escalada. Su perfil prolífico e intenso, así como su estilo directo y su innegociable ética montañera, le han dado un gran prestigio dentro de la comunidad alpinista nacional.

2007 Primera ascensión de la Cara Oeste del Siula Chico 6265m. ED+ 900m Perú.

2010 Dos premios FEDME el mismo año. **2015** Travesía de las Torres del Paine, Patagonia. **2016** Primera ascensión del Z2 6250m, India. **2017** Primera ascensión en estilo alpino al Espolón Este del Huantsan 6360m, Perú. **2019** Nueve primeras ascensiones en la zona de Cuzco, Perú. **2022** Vía Mishlaiev 1800m ED al Usbha 4710m, Premio FEDME. **2023**. Junto a Marc Toralles, Bru Busom y Guillem Sancho, repetición de la vía catalana del Saraghrar (7200m) del año 82 en estilo alpino. Pakistán.

Accede al T3 LIGHT HIKER ECO DE LORPEN:

Sartu T3 LIGHT HIKER ECO LORPEN-era:

<https://bit.ly/lorpen-t3lme>





**Alcanza
tus objetivos
con seguridad**

*Protegemos
tu vida personal
y profesional*

SEGUROS DE:

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

ALKORA
GRUPO VERSPIEREN

TE INFORMAMOS SIN COMPROMISO

946 613 497

www.alkora.es

particulares@alkora.es

ALKORA EBS CORREDURÍA DE SEGUROS Y REASEGUROS S.A.U.
Inscripción Registro Dirección General de Seguros y Fondos de pensiones Nº J-285 y RJ-0089.
Seguro de Responsabilidad Civil Profesional y Capacidad Financiera Conforme a la Legislación en vigor. CIF: A-01051747.

MAESTRALE



THE ORANGE LEGEND.

MAESTRALE, la legendaria bota de esquí de travesía, ahora simplificada y reducida en peso y volumen, está cambiando las reglas del juego, otra vez.



 **SCARPA®**

CLIMBSKIN

SPAIN



#WhyClimbskin

climbskin.com

By: Alan Rubio

mendi tour

Mendi Tour zinema zikloa zure herrian

Acerca el Mendi a tu
localidad, súmate al
circuito Mendi Tour

Lo mejor del
Mendi Filmeko onena

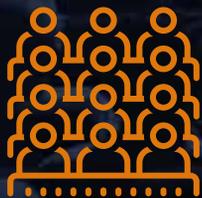
Mendi Tour zirkuitura batu zaitez,
Mendi Filmeko pelikula onenak
eramango ditugu zure herrira.

Llevaremos las mejores películas del
Mendi Film a tu localidad con el ciclo
de cine Mendi Tour.

Mendi Tour 2023

**13.500 ikusle 50 aretotan. Mendiaz
eta kulturaz gozatzeko topagunea.**

13.500 espectadores en 50 salas.
Un punto de encuentro para el
disfrute montaño y cultural.



Mendi Tour 2023

- Mendiko pelikula berrienak eta **ONENAK**
- Bertsio **ORIGINALAK**, Mendi Film azpitoluekin
- **13 URTE** dituen zirkuitua, berme sendoa
- **13.500 IKUSLETIK GORA** kultur ikuskizunez gozaten
- **LO MEJOR** del cine de montaña, las últimas novedades
- Versiones **ORIGINALES**, con subtítulos elaborados por el Mendi Film
- La firme garantía de **13 AÑOS** de recorrido itinerante
- Un espectáculo cultural que disfrutan más de 13.500 espectadores

ARABA
AGURAIN
KANPEZU
LAUDIO
VITORIA-GASTEIZ

BIZKAIA
BASAURI
BILBO-ATHLETIC CLUB
FUNDAZIOA
BILBO-BASURTO
BILBO-CLUB DEPORTIVO
BILBO-SANTUTXU

IGORRE
LEIOA
MALLABIA
MARKINA-XEMEIN
OTXANDIO
SOPELA
ZALDIBAR

GIPUZKOA
ARRASATE
ATAUN
AZPEITIA
DONOSTIA-SAN SEBASTIAN

EIBAR
ELGOIBAR
ERRETERIA
ESKORITATZA
GETARIA
HONDARRIBIA
OÑATI
PUNTAIK PUNTA-OÑATI
TOLOSA
URNIETA
ZARAUTZ
ZUMAIA

NAFARROA
BERRIOBEITI
PAMPLONA-IRUÑA
ZANGOZA

ARAGÓN
MONZÓN

CANTABRIA
CAMARGO
LIÉBANA-POTES
SANTANDER
TORREAVEGA

CASTILLA Y LEÓN
BURGOS
VALLADOLID
LEÓN
SALAMANCA
PALENCIA

CATALUÑA
VIELHA E MIJARAN

GALICIA
VIGO

GRAN CANARIA
SANTA BRÍGIDA

LA RIOJA
NALDA

MADRID
MADRID

VALENCIA
CANET D'EN
BERENGUER

Jar zaitez gurekin harremanetan: Contacta con nosotros: tour@mendifilmfestival.com

www.mendifilmfestival.com





EUSKAL HERRIA

