

Udazken gastronomikoa Ostoño gastronómico

Irailaren 30etik Abenduaren 17ra
Del 30 de septiembre al 17 de diciembre

Gastronomia edonon!!!

¡¡La gastronomía siempre presente!!!

GOROBEL MENDILERROTIKO MENDI-IBILBIDE GIDATUA RUTA DE MONTAÑA GUIADA POR SIERRA GOROBEL-SÁLBADA

Azaroak **26** noviembre

08:30-15:30 | 10 € | 2095.5081.90.9113769958 (Kutxabank). Mendiak eta Herriak

Erreserba egitekoan ezinbestekoa da jarduera aipatu izen-abizenak eta NAN zenbakia.
Al reservar es imprescindible mencionar la actividad a la que se apunta, nombre, apellidos y DNI.

HIZKUNTZA : GASTELANIA. Parte hartzaileek euskaraz hitz egin ahal izango diote gidariari.
| IDIOMA: CASTELLANO. Los participantes de desearlo podrán dirigirse al guía en euskera. Parte hartzaileek euskaraz hitz egin ahal izango diote gidariari.

Elkargunea | Punto de encuentro: **Laskanpas gaineko aparkalekua**
Aparcamiento del alto de Las Campas | **Urduñako Turismo Bulegoa** Oficina de Turismo de Orduña (Foru Plaza, 9 (Alhondegia) | 48460 Orduña)

IBILBIDE ZIRKULARRA / RUTA CIRCULAR : Urduña/Orduña – Fraideburu (853 m) Txarlazo (927 m) –Urduña/Orduña

Ibilbide honetan zehar, Julen Reketa mendizale profesionalak Urduñatik hasita, Fraideburura lehen eta gero Txarlazoraino gidatuko gaitu. Horren ostean jeitsierari ekingo diogu, San Bitores aterpetxean geldialdia eginez hamarretako txiki batez gozatzeko Urduñarantz, bueltan, abiatu aurretik.

Udazken gastronomikoa Otoño gastronómico

Irailaren 30etik Abenduaren 17ra
Del 30 de septiembre al 17 de diciembre

Gastronomia edonon!!!

¡¡La gastronomía siempre presente!!!

- Ibilbide zirkularra.
- Distantzia: 10 km.
- Gehienezko altuera: 919 m
- Desnibel positiboa: 672.
- Iraupena: 4:30 ordu (09:30-14:00)
- Zailtasuna: ertaina.
- Materiala:
 - Mendiko botak edo zapatillak.
 - Motxila txikia 20l-30l.
 - Mendiko jantziak,praka, kamiseta termika,polar.
 - Anorak.
 - Txano, eskularru arinak,bisera, betaurrekoak, eguzkitarako krema.
 - Euritakoa.
 - Ur botila.
 - Janaria, ogitartekoa, barritak, fruitu lehorrak, txokolate, fruta dena aukeran.
 - Botikin txikia, esparadrapo, konpeed, tiritak.
- Oharra: ezinbestekoa da gutxiengo sasoi fisikoa.

ALTO DE LAS CAMPAS (521 m) - LENDOÑOGOITI - BEDARBIDE (1.041 m) - PONATA - ITURRIGORRI/TOLOGORRI (1.068 m) MENERDIGA - UNGINO (1.105 m) PORTILLO DE LA TATXA - SENDA NEGRA - LENDOÑOGOITI - ALTO DE LAS CAMPAS (521 m)

A través de esta ruta el montañero profesional JULEN REKETA nos guiará desde Orduña hasta Fraileburu primero y después hasta Txarlazo. Una vez en la cumbre comenzaremos el descenso, haciendo una parada en el albergue de San Bitores donde disfrutaremos de un pequeño hamarretako antes de regresar a Orduña.

- Ruta circular.
- Distancia: 10 km.
- Desnivel positivo: 672.
- Altura máxima: 919 m

Udazken gastronomikoa Otoño gastronómico

Irailaren 30etik Abenduaren 17ra
Del 30 de septiembre al 17 de diciembre

Gastronomia edonon!!!

¡¡La gastronomía siempre presente!!!

-Duración: 4:30 h (09:30-14:3000)

-Dificultad: media.

- Material:

Botas de trekking o zapatilla de montaña.

Mochila pequeña, aprox 20-30l.

Ropa de montaña; camiseta térmica, polar, pantalón de montaña.

Chubasquero.

Chaqueta caliente, tipo plumífero ligero o similar.

Gorro, guantes ligeros, visera, crema solar.

Paraguas (lluvia).

Cantimplora.

Comida: Bocadillo, barritas, chocolate, frutos secos etc.

Pequeño botiquín Tiritas, compeed, esparadrapo etc.

Nota: es necesaria una mínima condición física.

