

SENDERISMO: PEÑAS DE ETXABARRI- MONASTERIO DE IRANZU

Mancomunidad Deportiva Navarra sur

La Mancomunidad Deportiva Navarra Sur constituida por los Ayuntamientos de Ablitas, Buñuel, Cabanillas, Cortes, Fitero, Fustiñana, Murchante y Ribaforada, organiza la cuarta y última salida senderista de la temporada 2023/2024, para todo tipo de personas que deseen hacer deporte en la Naturaleza.

OBJETIVOS:

- Fomentar la práctica del deporte en el medio natural de nuestro entorno.
- Adquirir y desarrollar hábitos de salud.
- Utilizar la actividad física como medio de convivencia.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN: Sólo bus: 10€ Bus + comida: 30 €

AUTOBUSES: Desde el servicio de deportes de cada localidad se avisará de la hora exacta de salida.

CARACTERÍSTICAS DE LA MARCHA

Longitud: 12 Km

Dificultad: Media- alta

Salida autobús: 8.00 h aprox.

Duración: 3 h aprox.

Salida: 10:00 h

Autobuses regreso: 17.00 h

Desnivel: 300 m

MATERIAL NECESARIO: Ropa y calzado cómodo y adecuado, almuerzo y agua, gorra y protección solar. Recomendable bastón.



ABLITAS · BUÑUEL · CABANILLAS ·
CORTES · FITERO · FUSTIÑANA · MURCHANTE · RIBAFORADA

SENDERISMO DOMINGO 26 DE MAYO PEÑAS DE ETXABARRI- MONASTERIO DE IRANZU

Salida de autobuses: 8:00 h aprox.

Comienzo: 10:00 h

Salida autobuses de regreso: 17:00 h

Dificultad: Media- alta

Longitud: 12 Km.

Desnivel positivo: 500 m

Duración: 3 horas aprox.

Plazo de inscripción: Hasta el martes 21 de mayo

Lugar de inscripción: Servicios deportivos de la localidad

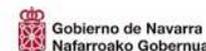
Precio: Solo bus: 10 € Comida +bus: 30 €



ORGANIZA:



COLABORA:



Reglamento (UE) 2016/679 (RGPD): El Responsable del tratamiento de los datos de contacto es la Mancomunidad Deportiva Navarra Sur que los utiliza para el envío de comunicaciones y contacto con los interesados que mantienen una relación con la entidad. La base legítima del tratamiento es el Art. 6.1.e del RGPD. No están previstas cesiones de datos. El titular puede acceder, rectificar y suprimir los datos, así como ejercer otros derechos y contactar con el Delegado de Protección de Datos, como se explica en la información adicional y detallada sobre protección de datos disponible en la Web www.mdnavarrasur.com

RECORRIDO



PRIMEROS

Ensaladas: César, Mixta, Templada (Gulas y Gambas) Queso de Cabra
Espaguetis, Boloñesa, Carbonara, 4 Quesos
Risoto de Setas
Ensaladilla Rusa

SEGUNDOS

Carrillera de Cerdo
Merluza al Horno
Pollo al Horno
Entrecot
Costilla de Cerdo al Horno

POSTRES

Tarta de Queso
Arroz con Leche
Natillas
Contesa
Yogurt Fruta

INCLUYE, AGUA, VINO, GASEOSA Y PAN

Excursión muy bonita a la sierra de las Peñas de Etxábarri alcanzando las 2 cimas principales de esta cordal (Azantza de primera categoría y el Larraitza de segunda).

Las vistas desde las cimas son muy buenas, dominando toda la cuenca de Estella/Lizarra, la sierra de Lokiz, el valle de Ameskoa, las cimas más altas de Urbasa y Andía (Dulantz, Malkaxko, Trinidad de Iturgoien, etc...).

Durante el recorrido descubriremos la transición de vegetación, desde la parte baja más seca en la que dominan las carrascas y encinas, hasta las partes más altas dominadas por las hayas. También fantásticos árboles de grandes dimensiones, entre los que destacarán los robles y los quejigos.

También se pasa por varias fuentes y hay mucha sombra en todo el recorrido. La excursión culmina con el paso a través del cañón de Irantzu, donde el río realiza bonitos saltos de agua y las paredes de roca nos dejarán en algunos momentos sin respiración.

A las 14:30 tenemos reservada mesa en el **Camping Aritzaleku**, en el embalse de Alloz, donde celebraremos el fin de la temporada.

Después de comer, tendremos tiempo libre para dar una vuelta por la zona, antes de que los autobuses, sobre las 17:00h, nos lleven de camino a nuestras localidades.

A TENER EN CUENTA

La ruta comienza por un sendero algo cerrado y los primeros 3 kilómetros son de subida, aunque las vistas merecen la pena el esfuerzo.