

**LEYENDA / IKURRAK**

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li> bosque: muy difícil andar / basoa: oso zaila ibiltzea</li> <li> difícil correr / zaila korrika egitea</li> <li> difícil ver / zaila ikustea</li> <li> fácil / erraza</li> <li> áreas semiarboladas: difícil de correr / zuhaitz isolatuak: zaila korrika egitea</li> <li> fácil / erraza</li> <li> áreas abiertas: difícil de correr / eremu irekiak: zaila korrika egitea</li> <li> fácil / erraza</li> <li> vegetación baja: difícil de correr / behe landaredia: zaila korrika egitea</li> <li> difícil de andar / zaila oinez</li> <li> bosque o gran árbol / zuhaitzia edo zuhaitz handia</li> <li> pequeño árbol / zuhaitz txikia</li> <li> curva de nivel (cada 10m) / sestra-kurba (10m-ka)</li> <li> curva de nivel maestra (cada 50m) / sestra-kurba (50m-ka)</li> <li> curva de nivel auxiliar (cada 5m) / sestra-kurba osagarria (5m-ka)</li> <li> cortado en tierra grande / lur ebaketa handia</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> hoya / sakonunea</li> <li> hoya pequeña / sakonune txikia</li> <li> cota pequeña / kota txikia</li> <li> surco o camino abandonado / lubaki edo utzitako bidea</li> <li> pequeño muro de tierra / lurrezko horma txikia</li> <li> monumento megalítico / monumentu megalitikoak</li> <li> rocas / harkaitzak</li> <li> cortados / ebaketak</li> <li> sima grande, pequeña / leize handi, txikia</li> <li> lapiaz: límite / lapiaza: muga</li> <li> difícil de correr / zaila korrika egitea</li> <li> difícil de andar / zaila oinez</li> <li> difícil de moverse o peligroso / zaila mugitzea edo arriskutsu</li> <li> cueva, túnel / koba, tunela</li> <li> lago / lakua</li> <li> balsa / putzua</li> <li> cursos de agua / erreka</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> cursos de agua estacionales / aldizkako erreka</li> <li> zonas pantanosas / gune zingiratsua</li> <li> manantial, hoya con agua / iturburu, sakonunea urarekin</li> <li> abrevadero, fuente / aska, iturria</li> <li> carretera, pista / errepidea, pista</li> <li> camino carretero, camino forestal / gurdi-bidea, basoko pista</li> <li> sendas / mendi-bidea</li> <li> línea eléctrica, desmantelada / linea elektrikoa, desegina</li> <li> muro de piedra en ruinas / harrizko horma eroria</li> <li> valla singular o grande / hesi berezi edo handia</li> <li> edificaciones / eraikinak</li> <li> edificaciones, chabola, antigua / eraikinak, etxola, zaharra</li> <li> propiedad privada / jabego pribatua</li> <li> ruinas / hondarrak</li> <li> antena grande / antena handia</li> <li> palomera alta, hito / usategi altua, mugarri</li> </ul> |
|---|--|---|



1:15.000

0 500m 1 km

## ORIENTATZEA, AURKITZEA, EZAGUTZEA

“ARALAR EZAGUTZEN” Aralar ezagutzeko proposamena da, mendian funtsezko teknika bat garatuz: **orientazioa**. Hasierako (berdea), ertaina (urdina) eta aurreratuko (gorria) mailako 3 zirkuituen bidez zure orientazio-teknikak eta trebetasuna garatu eta paisaia honen berezitasuna ezagutu ahal izango dituzu. **Zirkuituak ez daude seinaleztatuta edo margotuta**, baina bai zuzeko piketa edo baliza zenbakituekin identifikatuta, eta horien ordenari jarraitu beharko diozu osatu arte.

### EZAGARRI OROKORRAK:

- **Trazadura:** ageriko eta ibilitako bidexkak, bideak, pistak edo ibiltzeko oztoporik gabeko larre zabalak. **ADI:** trazadura ez doa pasa ezinezko lapiaz edo eremu karstikotik, ezta amildegi edo leize gunetik ere. Horrelako ingurune batean bazaude, itzuli aurreko puntura eta birplanteatu zure norabidea.
- **Balizak-Piketak:** pasaguneetan jarrita, leku ikusgarri baina diskretuan, puntu zehatzetik 10 metro inguruko erradioan. Beste zirkuitu batekin bat etor daitezke, eta, beraz, zerbaki bat baino gehiago dute.
- **Hesiak eta alanbre-hesiak:** horretarako prestatutako pasabideetatik zeharkatu beharko dira.

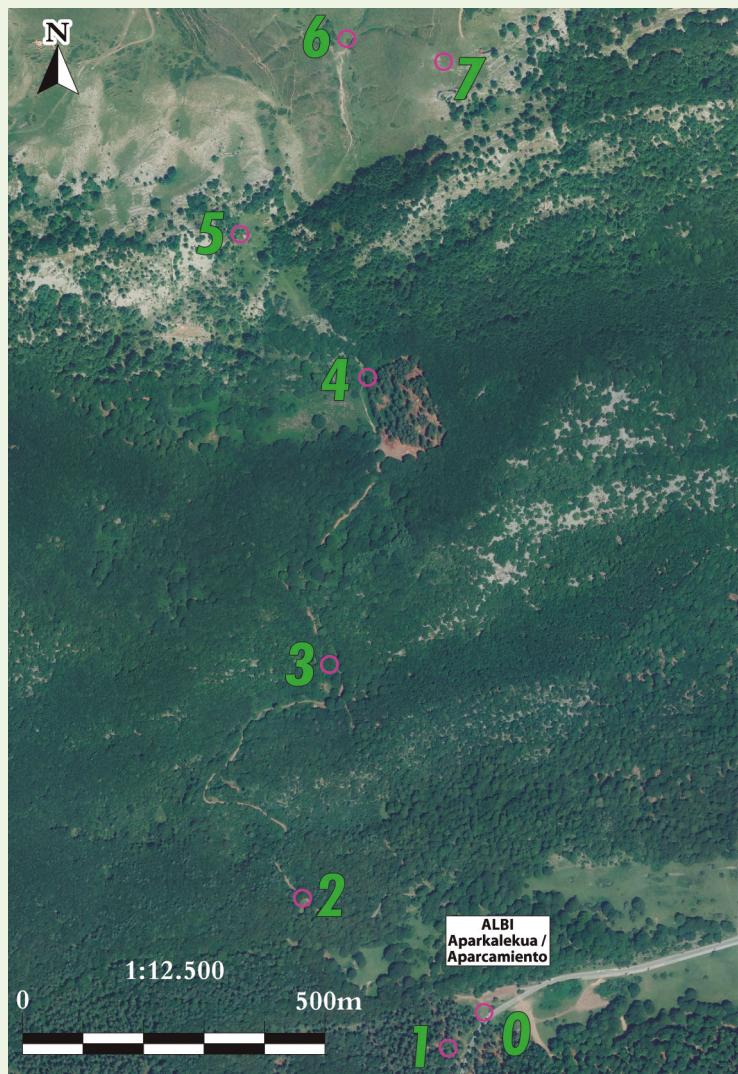


- **Balizatutako edo markatutako bidexkak:** zirkuituen zati edo puntu batzuk bat datoz, uanean-uanean, pinturaz balizatutako bidezidorekin, homologatuak (GR-12) edo homologatu gabeak (askotariko pintura-markak).
- **Luzera eta desnibela:** gutxi gorabeherakoak dira, orientazio-ibilbide batean erabiltzen diren orientazio-tekniken arabera aldatzen direlako.

### Gomendioak eta oharrak:

- Mendiko oinetako eta arropa egokiak.
- Ura (iturri bakarra, Kataparrekoa, Albitik gertu dago).
- Iparorratza eta txilibitua. Zirkuituen mapa inprimatua (QRrekin deskargatutakoa) hasierako 1-erako soilik.
- Sakelako telefonoa (konpainia nagusiek estaldura dute, egiaztatzea komeni da) eta batera nahikoa.
- Lagunekin ibili. Ez da erlojupeko proba: gozatu deskubritzen dituzun lekuez, Aralarako paisaia eta historia.
- Zirkuituetan ganadua bazkatzen (atakak itxi eta txakurrak lotuta eraman) eta basoko edo ehizako jarduerak aurki ditzakezu (errespetuz jokatu eta arreta seinaleetan).
- Ibili isilik eta fauna basatia ikusi ahal izango duzu, enbarazurik egin gabe eta bere ongizatea bermatuz.

**Zirkuituen track-ak:** sare sozialetan zirkuituen track-ak aurki ditzakezu. Bat ere ez da ofiziala. Ez argitaratu zure track-ak, gutxiak mapa eta iparrorratza erabiliz zirkuituak egiteko esperientzia bizi ahal izan dezaten.



## ORIENTARSE, DESCUBRIR, CONOCER

“ARALAR EZAGUTZEN” es una propuesta de conocer Aralar desarrollando una técnica fundamental en la montaña: **la orientación**. A través de 3 circuitos, de nivel inicial (verde), medio (azul) y avanzado (rojo), podrás desarrollar tus técnicas y habilidad orientativas, y descubrir la singularidad de este paisaje. Los circuitos no están señalizados o pintados, pero sí identificados mediante piquetas de madera o balizas numeradas cuyo orden deberán seguir hasta completarlos.

- **Senderos balizados o marcados:** algunos tramos o puntos de los circuitos coinciden puntualmente con senderos balizados con pintura, homologados (GR-12) o no (marcas de pintura diversa).
- **Longitud y desnivel:** son aproximados porque, en un recorrido de orientación varían en función de las técnicas de orientación que se empleen.

### Recomendaciones y observaciones:

- Calzado y ropa de montaña apropiados.
- Agua (solo hay una fuente, la de Katapar, cerca de Albi).
- Brújula y silbato. Mapa impreso de los circuitos (el descargado con QR sólo para el 1-Inicial).
- Teléfono móvil (las principales compañías tienen cobertura, conviene comprobarla) y batería suficiente.
- Anda en compañía. No es una prueba contrarreloj: disfruta de los lugares, el paisaje y la historia de Aralar.
- En los circuitos puedes encontrar ganado pastando (cerrar los portillos y llevar los perros atados) y actividades forestales o de caza (actúa con respeto y atención a la señalización).
- Camina en silencio y podrás observar fauna silvestre, sin molestarla y garantizando su bienestar.

**Tracks de los circuitos:** es posible que encuentres tracks de los circuitos en las redes sociales. Ninguno es oficial. No publiques tus tracks para que tod@s puedan vivir la experiencia de recorrerlos manejando mapa y brújula.

### CARACTERÍSTICAS GENERALES:

- **Trazado:** senderos evidentes y transitados, caminos, pistas o pastizales abiertos sin obstáculos de progresión. **Atención:** ningún trazado discurre por lapiaz o zona kárstica no transitable, abarrancada o simas. Si te encuentras en un entorno así, regresa al punto anterior y replantea tu rumbo.
- **Balizas-Piquetas:** colocadas en los puntos de paso, en lugar visible pero discreto, en un radio de unos 10 metros del punto exacto. Pueden coincidir con otro circuito, por lo que tienen más de una numeración.



- **Vallados y alambradas:** se deberán cruzar por los pasos habilitados para ello.

## 1 ZIRKUITUA-HASTAPENAKOA CIRCUI TO-INICIACIÓN Distantzia (joan-etorria) 6 km Desnibela + 280m Distancia (ida-vuelta) Desnivel

### ALBI - BUSTINTZAKO BORDA - GAZTELUETA - ALBI

Joan-etorriko zirkuitua, **trazadura nabariarekin bide eta bidexkatan barna, tarte harritsuakin** eta bidegurutzetaz bidezidorekin, non **norabide nagusiarri eutsi** behar zaion (joaterakoan, Iparaldera), eta **desnibelak modu intuitiboan neurtu**. Bustintzatik larre zabalean orientatu, Gazteluetako igoserarekin eta jaitsierarekin. Ibilbidean pago motzak, txerrientzako txabola bat, lapiaz gunek, artzainen bordak eta mendiko larreak aurkituko ditugu.

*Circuito de ida y vuelta, con trazado evidente por camino y sendero con tramos rocotos, y algunos cruces de camino, donde es necesario mantener el rumbo principal (a la ida, al norte), y medir los desniveles de forma intuitiva. Desde Bustintza, orientación en terreno abierto, con el ascenso y descenso de Gaztelueta. En el recorrido se descubrirán hayas tramochas, una chabola para cerdos, zonas de lapiaz, bordas de pastores y praderas de montaña.*

- |   |   |
|---|---|
| 0. Albi: aparkalekua, errepide ondoan.      | 0. Albi: aparcamiento junto a la carretera.         |
| 1. Albiko trikuharria.                      | 1. Dolmen de Albi.                                  |
| 2. Bidegurutzea.                            | 2. Cruce de caminos.                                |
| 3. Andrepagunea: txerrientzako txabola.     | 3. Andrepagunea: txabola para cerdos.               |
| 4. Mugardi: bide ondoko larra eta gurutzea. | 4. Mugardi: terreno abierto y cruz junto al camino. |
| 5. Bustintzako borda: artzainen etxola.     | 5. Borda de Bustintza: cabaña de pastores.          |
| 6. Gersaga: larrea.                         | 6. Gersaga: zona de pastizal abierto.               |
| 7. Gaztelueta: tontor arrokatsu txikia.     | 7. Gaztelueta: pequeña cima rocosa.                 |



**Obioneta** (3.zirkuitua / Circuito 3)

## 2 ZIRKUITUA-ERTAINA CIRCUI TO-MEDIO Distantzia (zirkularra) 7 km Desnibela +380m Distancia (circular) Desnivel

### GUARDETXE - MOSKORDI - ALBI - BEINGO LEZEA - GUARDETXE

Ibilbide zirkularra, **ageriko bidexka eta basoan barna**, non garrantzitsua den **bidegurutzatzea eta basoko nabigazio-tarteak egitea**, baita **kartografia interpretatzea** ere, trazadura ikusteko. Aralarako trikuharri eta leize ezagunenetako batzuk aurkituko ditugu. **ADI:** gune karstikoa (lapiaz) 6., 7. eta 8. puntuen artean; ez da gomendatzen zuzen zeharkatzea, baizik eta dauden bideetatik joan-etorriko zatiak eginez.

*Circuito circular, por senda evidente y bosque, donde es importante la orientación en cruces de sendero y tramos de navegación por bosque, así como interpretar la cartografía para intuir el trazado. Se descubrirán algunos de los dólmenes y simas más conocidos de Aralar. ATENCIÓN: zona kárstica (lapiaz) entre los puntos 6, 7 y 8; no se aconseja atravesarla en línea recta, sino por los caminos existentes, haciendo tramos de ida-vuelta.*

- |  |   |
|--|---|
| 0. Guardetxe: aparkalekua eta informazio panela.     | 0. Guardetxe: aparcamiento y panel informativo.       |
| 1. Alanbre-hesia, baso-itxituran igarotzea.          | 1. Paso de alambrada en cierre forestal.              |
| 2. Moskordi (1095 m-ko kota): tontorra pagadian      | 2. Moskordi (cota 1095 m.): cima en hayedo            |
| 3. Baso-itxiturako alanbre-hesian igarotzea.         | 3. Paso en alambrada de cierre forestal.              |
| 4. Albiko trikuharria                                | 4. Dolmen de Albi                                     |
| 5. Kapatar: iturria eta abereentzako aska.           | 5. Kapatar: fuente y abrevadero para el ganado.       |
| 6. Otadi trikuharria.                                | 6. Dolmen de Otadi.                                   |
| 7. Beingo lezea: harrizko hormaz babestutako leizea. | 7. Beingo lezea: sima protegida con un muro de piedra |
| 8. Soiltxikiko trikuharria.                          | 8. Dolmen de Soiltxiki.                               |
| 9. Aubia II trikuharria.                             | 9. Dolmen de Aubia-II.                                |

## 3 ZIRKUITUA-AURRERATUA CIRCUI TO-AVANZADO Distantzia (zirkularra) 15,6 km Desnibela +740m Distancia (circular) Desnivel

### GUARDETXE - PAGOMARI - DESAOMENDI - ILLOBI - GUARDETXE

Zirkuitu zirkularra, **baso eta larre zabaletan barna**, garrantzitsua da **orientazioa bide zehatzik gabeko eremuetan egitea eta distantziak kalkulatzeko**. Bidegurutzetaz eta trazadura-aldaketa ugari, bai eta bide estutik zeharkatu edo inguratu egin behar diren lapiazeko eremuak ere. **ADI:** 2. puntuko leizea ez dago babestuta. Inguruaren zenbaitutako piketat gain, beste piketa bat dago leizearen ondoan, pasatzeko debekua adierazten duena.

*Circuito circular, por zonas de bosque y pastizales abiertos, donde es importante practicar la orientación en espacios abiertos sin senda precisa y calcular distancias. Numerosos cruces de caminos, cambios de trazado y zonas de lapiaz que se atraviesan por sendero estrecho o es necesario bordearlas. ATENCIÓN: la sima del punto 2 no está protegida. Además de la piqueta numerada, hay otra junto a la sima que indica la prohibición de pasar.*

- |  |  |
|--|--|
| 0. Guardetxe: aparkalekua eta informazio panela.     | 0. Guardetxe: aparcamiento y panel informativo.        |
| 1. Aubia II trikuharria.                             | 1. Dólmen de Aubia II.                                 |
| 2. Leizea: lapiazko zona oso pitzatua.               | 2. Sima: zona de lapiaz muy fisurado.                  |
| 3. Kolosabarnea: bidegurutzetza eta pista.           | 3. Kolosabarnea: cruce de handiko y pista.             |
| 4. Desaoako bordetako bidea: bide lausoa lapiazetik. | 4. Camino a Bordas de Desao: senda borrosa por lapiaz. |
| 5. Desaoemendi (1.306 m): tontor belartsua.          | 5. Desaoemendi (1.306 m): cima herbosa.                |
| 6. Obionetako trikuharriak.                          | 6. Dólmenes de Obioneta.                               |
| 7. Garraziatiko bizkarra (1.235 m): muino txikia     | 7. Garraztia Bizkarra (1.235 m): pequeña loma          |
| 8. Illobiko bordak: artzainen etxolak.               | 8. Illobiko bordak: cabañas pastoriles.                |
| 9. Urdangoene (1.190 m): lepoa                       | 9. Urdangoene (1.190 m): collado                       |
| 10. Bustintzako borda: artzainen etxola.             | 10. Borda de Bustintza: cabaña de pastores             |
| 11. Andrepagoena: txerrientzako txabola.             | 11. Andrepagoena: txabola para cerdos.                 |
| 12. Otadi trikuharria.                               | 12. Dolmen de Otadi.                                   |
| 13. Lurgorri (1.087 m): tontor txikia basoan.        | 13. Lurgorri (1.087 m): cima en zona boscosa.          |

# ARALARKO ORIENTAZIO GUNEA “ARALAR EZAGUTZEN”

CENTRO DE ORIENTACIÓN DE ARALAR

Subvenciona Gobierno de Navarra Nafarroako Gobernuak diruz laguntzen du

Gobierno de Navarra Nafarroako Gobernuak

Sakana PLAZAOLA

RED EXPLORA NAVARRA NAFARRAKO EZAGUTSAREA

## ARALAR, PAISAIA BEREZIA

Aralar Mendia, Kontserbazio Berezi-ko Eremua (KBE) izendatua, Nafarroa eta Gipuzkoa artean hedatzen da, Kantauri (iparraldean) eta Mediterraneoaren (hegoaldean) arteko banalerroan.

Jariatze-urek kareharrizko mendigunea paisaia karstikoa modelatu dute lapiaz, dolinez, leizez eta kobazuloz. Ur-korronte batzuk mendi barnetik igaro eta gainazalean sortzen dira, Ertzilla ibaiaren iturburuan bezala, desagertu ondoren Larraun izenarekin berragertzen dena.

Mendilerro gehiena larrez, sastrakaz eta basoz estalita dago, pagadi handiekin, egurrerako eta egur-ekoizpenerako erabili ohi direnak. Larreetan behiak, ardi latxak, behorrak eta pottokak, bertako zaldi-arraza, bazkatzen dira. Artzaintza historiaurretik ezaguna da, trikuharrien ugaritasunak erakusten duen bezala, interes handiko multzo megalitiko bat izanik. Mito eta leienden lurraldea, Goñiko Teodosio zaldunarena bezalako: parrizidioa egin ondoren, haitzulo batean babestu zen, non herensuge bat agertu zitzaion eta, hiltzeko, San Migel goiainguerak lagundu zion. Haren omenez eraki zen San Migel de Excelsiskoaren santutegi erromanikoa, Sakanako haranaren eta inguruaren begiratoi ikusgarria.



**Illobi** (3.zirkuitua / Circuito 3)

## ARALAR, UN PAISAJE SINGULAR

La Sierra de Aralar, declarada Zona de Especial Conservación (ZEC), se extiende entre Navarra y Gipuzkoa, en la divisoria hidrográfica entre el Cantábrico (al norte) y el Mediterráneo (al sur).

Las aguas de escorrentía han modelado el macizo calizo con un paisaje kárstico de lapiazes, dolinas, simas y cuevas. Algunos arroyos discurren por el interior de la sierra y surgen en nacedores como el del río Ertzilla, que desaparece y reaparece con el nombre de Larraun.

La mayor parte de la sierra está cubierta por matorral, praderas y bosque, con extensos hayedos, tradicionalmente aprovechados para leña y producción maderera. En las praderas pastan vacas, ovejas latxas, yeguas y pottokas, una raza equina autóctona. El pastoreo se remonta a la prehistoria, como lo atestigua la abundancia de dólmenes, siendo una zona megalítica de gran interés. Tierra de mitos y leyendas como la del caballero Teodosio de Goñi: tras comer parricidio, se refugió en una cueva donde le apareció un dragón y, para matarlo, le ayudó el arcángel San Miguel. En su honor se erigió el santuario románico de San Miguel de Excelsis, impresionante mirador al valle de Sakana y su entorno.