

Jarduerari buruzko argibideak

Gorbeiaiko parke naturala

2016ko apirilaren 16 eta 17an

DATU TEKNIKOAK

Jarduera mota	Oinez egiteko zeharkaldia, aste-buru osokoa
Helmuga	Gorbeiaiko Parke Naturala
Kokapena	Gorbeiaiko mendilerroa
Metatutako gorabeherak	1. eguna: +1340 m. / -890 m. 2. eguna: +267 m. / -1200 m
Luzera	1. eguna: 16 km./ 2. eguna: 10 km.
Jardueraren iraupenaren aurreikuspena (atsedenaldirik gabe)	1. eguna: 6 h. 45 min. 2. eguna: 4 h. (atsedenaldirik gabe)
Zailtasuna MIDE metodoaren arabera (1=erraza, 5=zaila)	Jarduera ZAILA Ingurumen-arriskuak: 3 Orientazio-zailtasuna: 3 Ibiltzeko zailtasuna: 3 Ahalegin fisikoa: 4



Ibilbidearen deskribapen laburra

1. Eguna (Ubidea-Ref. Angel Sopeña)

Ubidetik abiatuko gara, mendebalderantz joz, Oketa mendiaren gailurrerantz, pagadi itzelean zehar. Gailurretik Mairulegorretako haitzuloetara jaitsiko gara. Ondoren, Bizkaira itzuluko gara pagaditik Dulao ibairaino. Ibaiaren ubideari jarraituz Gorbeia mendiaren gailurrerantz doan bidea topatuko dugu. Handik Angel Sopeña aterpera jaitea baino ez zaigu geratuko. Bertan afaldu eta egingo dugu lo.



Ibilbide ederra bezain gogorra da, horregatik, komeni da motxila astunik ez eramatea. Eramazu bakar-bakarrik benetan beharrezko deritzozuna.

2. Eguna (Ref. Angel Sopeña- Ibarra)

Aterpetik abiatuko gara Kargalekuko pasalekurantz. Bertatik, Itxinako karst-a zeharkatuko dugu. Supelegorreko haitzuloa bisitatu eta gero, Atxulaurreko Begian zehar irtengo gara Itxinatik. Azkenik, landetatik zehar Sintxita errakara iritsiko gara, han Urigoitirantz biratuko dugu. Handik Ibarra egingo dugu eta bertan Bilbora itzultzeko autobusa hartuko dugu arratsaldeko ordu biak bueltan.

DATU PRAKTIKOAK

Izena emateko modua	Deitu 696 27 42 00 telefono-zenbakira. Angel Sopena aterpeak 24 laguentzako lekua baino ez du. Horrek parte hartzaileen kopurua mugatzen digu. Gailurra MTKo bazkideek lehentasuna izango dute.
Elkartzeko toki eta ordua	Goizeko 8:30ean Zumalakarregi etorbideko Bizkaibuseko autobus-geltokian , antzinako harritxoaren zelaiaren eta Panerako dorreen parean, Udaletxetik Begoñarako igoeran.
Ibilbidea non hasi eta non bukatu:	Ubideatik abiatuko gara eta lbarrran bukatuko.
Abiapuntura nola joan eta Bilbora nola itzuli	Autobus publikoan joango gara Ubidera (A3925-Bizkaibus) eta lbarrratik ere autobus publikoan itzuliko gara Bilbora.
Aterpeko prezioak	Lo egitea: 6 euro federatuetzat/ 15 ez-federatuetzat. Gosaria: 6 euro. Afaria: 5 euro; Gailurra MTK zati bat ordainduko baitu. Sukalde librea dago.

Ezagutza tekniko beharrezkoak

Parte hartzaileek mendian ibiltzen ohituta egon behar dute eta mapa baten laguntzaz orientatzen jakin behar dute, bidea seinaleztatuta egon zein ez.

Mendizaleek bidezidorretatik ibiltzen ohituta egon behar dute. Izan ere, gehienbat bidezidorretatik ibiliko gara. Malda handi samarreko aldapak gainditu beharko ditugu.

Zoritxarreko istripu baten aurrean, oinarrizko sendaketak egiten jakitea ere beharrezkoa da.

Prestakuntza fisiko beharrezkoa: Altua.

Jarduera nahiko zaila da, bere eskakizun eta iraupenera ohituta egon behar du parte hartzaileak. Lehen eguneko ibilbidea gogorra da; MIDE metodoaren arabera 4ko maila du, 5 gorengo maila izanik.

Material tekniko beharrezkoa

Parte hartzaileak urtearen garai honetarako eta jarduera honetarako egokiak diren mendirako arropak eta oinetakoak eraman behar ditu (baliteke elur tarteren bat gainditu behar izatea). Horiek balizko edozein eguraldiri aurre egiteko modukoak izan behar dute. Parte hartzaileak egun osorako janaria eta edaria eraman beharko ditu. Lehen eguneko ibilaldian zehar ez dago iturririk.

Parte-hartzaileentzako aholkuak

- 1- Jokatu tentuz eta zentzuz; mendizaleetasunak (trekkingak, skiak, eskaladak...) berez hainbat arrisku dakartza.
- 2- Jaso ezinbesteko argibideak antolatutako jarduerari buruz. Gailurra Mendi Taldeko kideek zalantzak argituko dizkizute.
- 3- Kontuan hartu jarduerak dituen zailtasunak eta arriskuak. Izena eman aurretik, hausnartu antolatutako jarduerarako prestatuta ote zauden fisikoki zein teknikoki.
- 4- Osasun-arazoren bat baduzu, jakinarazi Gailurra Mendiko Taldekideei eta adierazi arazorik izatekotan zein diren hartu beharreko neurriak (botikak, jokabidea, norekin jarri harremanetan...)
- 5- Prestatu jarduerarako behar den material teknikoa. Gailurra Mendi Taldeak zenbait material (erraketak, kranpoiak...) ditu alokagai.
- 6- Men egin Gailurra Mendi Taldeko kide-antolatzaileen orientabide eta aholkuei, jardueraren nondik norakoak ezagutzen dituzte-eta.
- 7- Jokatu elkartasunez eta laguntasunez Gailurrako Mendi Taldeak antolatutako jarduerako parte-hartzaileekiko, jardueraren helburua gozatzea da-eta.

Ezinbestean eraman beharreko materiala:

- 1- Euritik babesteko jaka (GoreTex edo antzerakoa)
- 2- Mendirako oinetakoak (ez kirol-oinetako arruntak, baliteke elur zatiren bat aurkitzea)
- 3- 3 beharrezkoak deritzegunak: betaurrekoak, txanoa eta eskularruak.
- 4- Frontala edo esku-argia (linterna)
- 5- Botila o kantinplora
- 6- Oinarrizko sendaketak egiteko botikina