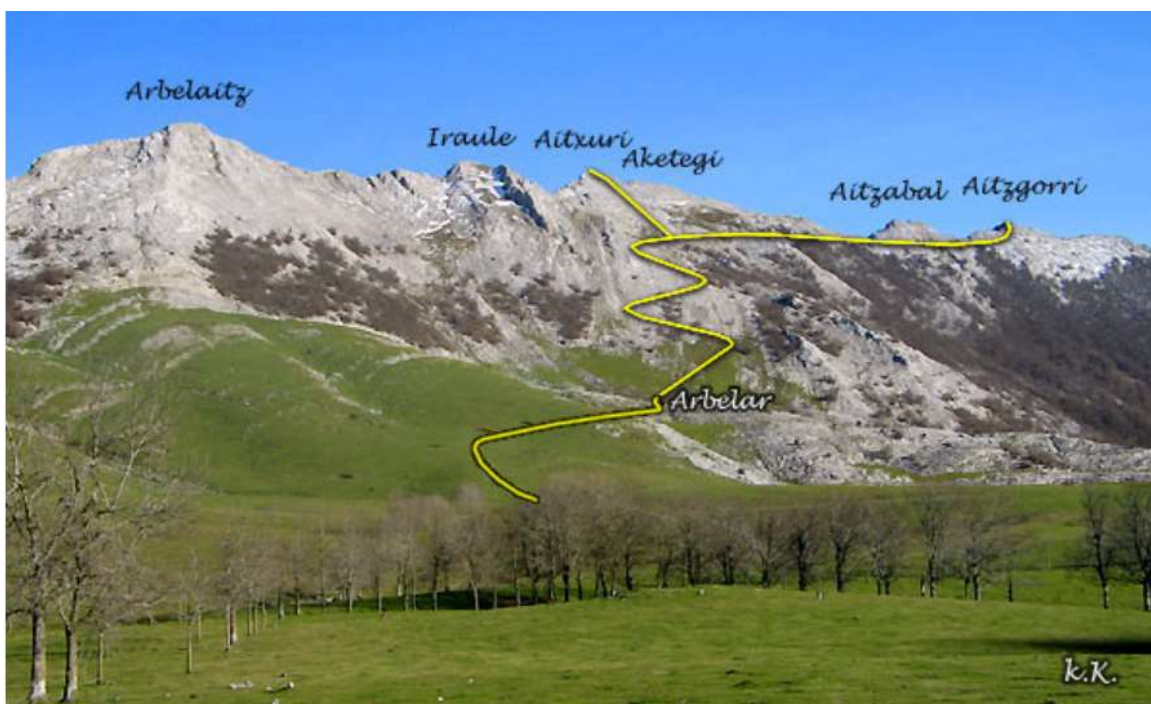


PROGRAMA AIZkORRI (Aitzgorri) 1.523m

Kultura:

Askok Gipuzkoako mendirik altuena diote, baina berez Aketegi da 1.551 metroekin, biak egiten ahaleginduko gara. Behin Nafarroko mendirik garaiena igota, hurrengo erronka polita litzateke. Gainera oso mendi ospetsua bihurtu da Zegama-Aizkorri munduko trail famatuaren ondorioz.



Mendi honetara igotzeko Arantzazuko Santutegitik irten ala behintzat helduko gara ibilbidearen arabera. Lauroko ikastolatik goazenez Euskal kulturari buruz zerbait adieraztea beharrezkoa ikusten dut.

Arantzazuko santutegia edo basilika Oñatin (Gipuzkoa) kokatuta dagoen monasterio frantziskotarra da. Bertan Arantzazuko Ama Birjina gurtzen da, 1468 urtean Errodrigo Baltategi artzainari elorri batean (arantzetan) Ama Birjinaren irudi bat aurkitu baitzuen.



Ukaezina da Arantzazuk Euskal Herri osoko bizitza erlijioso eta kulturean izan duen eragina. Gerra zibilaren ondoren, santutegia hobetu eta edertzeko asmoz, fraideek basilika berri baten beharra ikusten zuten, eta, horretarako, arkitektura-lehiaketa bat prestatu zuten. 1952rako, Arantzazu artelan baten gisa berritzeko talde hautatua zuten: Carlos Pascual de Lara (horma-irudiak, hura hil ondoren Lucio Muñozek amaituak) eta Nestor Basterretxea (kriptan); haiei elkartu zitzaizkien Eduardo Txillida (atariko lanak), Xabier Álvarez de Eulate (beirateak) eta Xabier Egaña (Andre Mariaren Gelatxoko margolanak), baita Jorge Oteiza ere.



Absideko horma-
irudia edo
erretaula, Lucio
Muñoz



Arantzazuko Apostoluen Frisoa, Jorge
Oteiza



Sarrerako ateak, Eduardo Txillida



Kriptako margoak, Nestor
Basterretxea



Beirateak, Xabier Alvarez de
Eulate



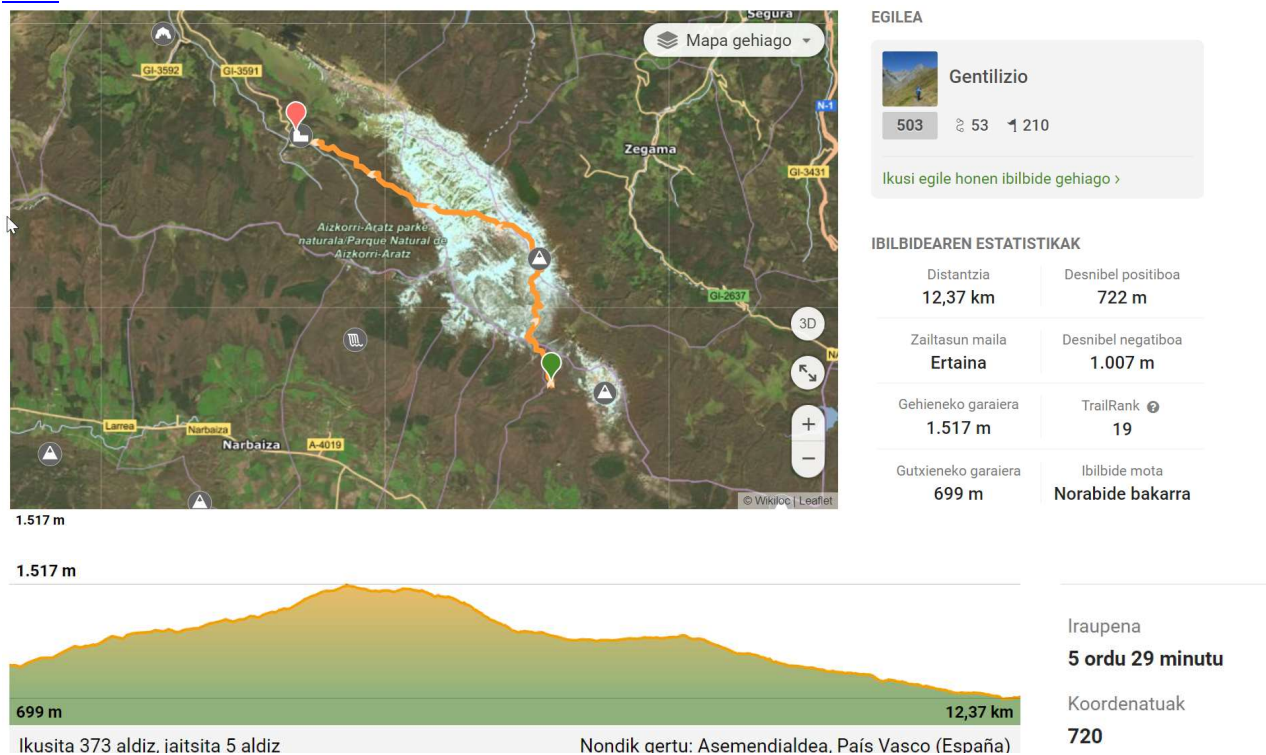
Euskararen historian ere, Arantzazuko santutegiak badu garrantzia: [1968an](#), [Arantzazuko Batzarrean](#) deiturikoan, [euskara batuaren sorrera abiatu zen](#), euskara guztien eredu idatzi bateratua izango zena.

Igoera:

Aurkezten dugun programa egunean garatzen da. Hau ibilbide aukera bat da, pilloa daude. Josuk politena aukeratuko du. Eta autobusean goazen arabera ere aukeratuko da.

Autobusena bagoaz:

[Wikiloc | ARAIA \(ZALDUONDO\) - Aizkorri- Arantzazu Ibilbidea Asemendialdea, País Vasco \(España\)- GPS track](#)

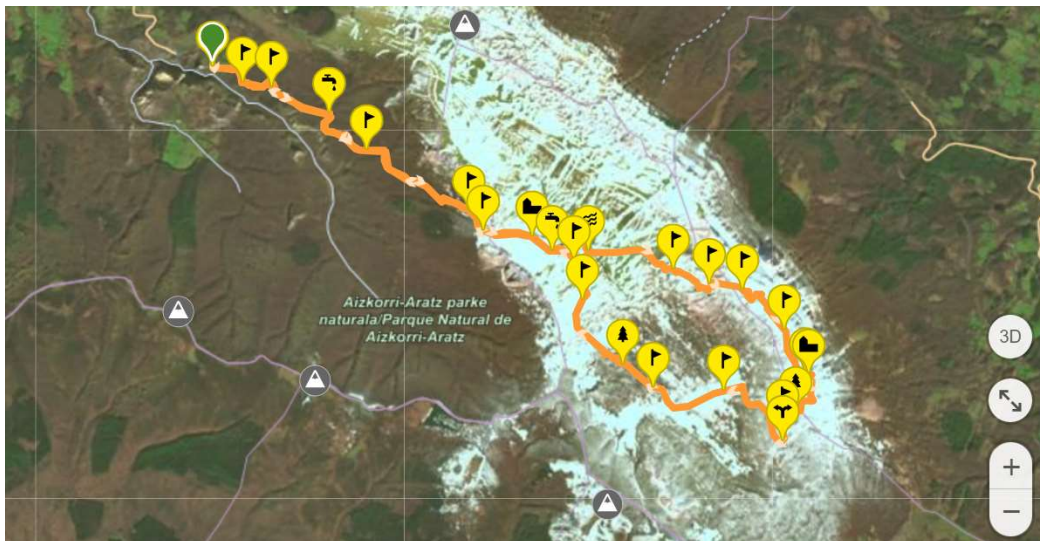


Txangoa erraza da. 6-7 ordu ingurukoa. 13km inguru. Zalduendo 700 metro ingurutik ateratzen da, eta, beraz, desnibel positiboa 800 metroko ingurukoa da. Beraz fisikoki erakutsi zenutena mantendu behar da. Azken zatia, gailurrak harrizkoa dira, ez da lurra Karsticoa, baina teknikoa da baita. Horregatik bai ala bai eguraldi ona eta lehorrarekin egin behar da.



Beste aukera zikurlarra egiten ez badugu eta autobusean EZ bagoaz:

[Wikiloc | AIZKORRI desde Santuario de Arantzazu Ibilbidea Arantzazu, País Vasco \(España\)- GPS track](#)



Txangoa erraza da. 6-7 ordu ingurukoa. 18km inguru. Santutegitik 800 metro ingurutik ateratzen da, eta, beraz, desnibel positiboa 800 metrotik behera da, baina guztira 1.000 metro inguru egingo ditugu(igoera eta beherakoak akumulatuz). Beraz fisikoki erakutsi zenutena mantendu behar da. Azken zatia, gailurrak harritzkoa dira, ez da lurra Karstikoa, baina teknikoa da baita. Horregatik bai ala bai eguraldi ona eta lehorrarekin egin behar da.

IBILBIDEAREN ESTATISTIKAK

Distantzia	Desnibel positiboa
18,47 km	992 m
Zailtasun maila	Desnibel negatiboa
Ertaina	992 m
Gehieneko garaiera	TrailRank
1.593 m	68 ★ 4,5
Gutxieneko garaiera	Ibilbide mota
818 m	Zirkularrak



Igoeraz gozatzea bermatzeko, eta osasunean eragin txikiagoa izateko, goiz ibiltzea da asmoa (9:00/30 tan ibiltzen egon, beranduenez). Horrela argi naturala gehien aprobetxatuko dugu eta denbora izango dugu arazoak sortzen badira (ikasi dugu jada prebentzioaren garrantzia). Urbiako landetan (bide erdian iturria dago, baita taberna), beraz ez gara oso kargatuta igo behar, ura eraman behar da (min 1,5 litro pertsonako) eta nahi duenak jaitsieran bokatak edo plater konbinatuak eska ditzake Urbiako tabernan.

Ostean berriz Arantzazura jaitisiko ginateke eta Santutegia bisitatu (bolondres baina pena merezi du).



Egutegia

Urriak 20an, eguraldi ona denean eta partidarik ez direnean egiteko asmoa dugu. Bilbotik Arantzazuko Santutegira 60 minutu dira autoz. Horregatik 9.00tan oinez egoteko, Bilbotik 8:00tan irten beharko giñateke. Autobusean Zalzuendora bagoaz antzera. 8:00tan busa irten beharko da.

Beharrezkoa dan ekipamentu pertsonalaren zerrenda

Kontutan izan tontorrak haitz eremua dala igoera.

- Bota trekking (berriak ez eraman. Oinean egin aurretik)
- Trekking edo trail running zapatilak, baina zola zurruneak. Kontuz bihurkadekin.
- Aukeran, baina oso gomendagarria jaitsierarako: 2 bastoi teleskopiko, elur GABEKO errosetarekin.
- Motxilak: Gurasoak 15 litrokoa Umeak: 10 litroko motxila ura eramateko edota bere anoraka, kamiseta... eman umeei ere bere ardura.
- Linterna: frontala edo normala, pila berriekin eta ordezeko pilekin.
- Kantinplora: **1,5 litro** beharko dira bakoitzeko.
- Aukerakoa: manta termikoa (larrialdietan)
- Elektrolitoak (gatz berreskuratzailerak) piluletan edo hautsetan: powerbar, isostar mota.
- Fruitu lehorrak eta fruta lehor naturalak.
- Bokatak: Salamia, urdaiazpikoa, saltxitxoia, eta abar.
- Gozokiak (arnasa hartzen eta altitudearen hondarra saihesten laguntzen dute)
- Tamaina ertain/txikiko zip poltsatxoak eta zabor poltsa txikiak.

Arropa teknikoa-Soina:

- Jaka mintz hidrofugoa edo goretexa, egokia dana eguraldi-aldaketa badago eta euria egiten badu.
- Lumandun jaka (beroa+) edo primaloft (hobeto jasaten du hezetasuna), Hobe konprimitzeko sarearekin/poltsatxoarekin. Nik plastiko poltsa baten barruan eroaten dut (kantiplorak falloa badu eta bapaetan zaparrada batek buzti ez dezan. Luma buztiek ez dute ezertarako balio. Udazkena den arren, baliteke fresco egitea.
- Jaka transpiragarria eta lehorketa azkarra (power stretch nahaste mota eta forro polar edo antzekoa) edo (softshel eta power stretch)
- Kamiseta transpiragarria, manga luzea eta laburra, gutxienez 1 bakoitzeko.

Arropa teknikoa-Hankak:

- Praka termiko arina, transpiragarria eta josturarik gabea.
- Praka laburrak (nahiago dugunontzat)

Eskuak: Forru polar edo artilezko edo poliesterezko eskularru finak (1. geruza)

Oinak:

- Galtzerdi altu beroak, transpiragarriak eta doituak, marruskadurak saihesteko.

Buruak: Txanoa, bufa edo bisera

Begiak: 4 kategoriako betaurrekoak, ahal bada: altuerako eguzkitik babesteko.

Botikina:





- Aurpegiko eguzki 50 babesak
- Ezpainen eguzki 50 babesak
- Compeed edo antzekoa.
- Mini betadine gel/krema
- Gasa esterilak
- Puntos de aproximación eta guraizeak
- Cristalmina
- Loctite/ cinta americana
- Esparatrapua; 2,5zm zabal;
- Ohiko sendagaiak (hartzen badira)
- Paracetamol motako analgesikoak. Ajearentzat.
- Ibuprofeno motako antiinflamatorioa (biharamunarentzat.)
- Diarreikoaren aurkakoa eta suerorala
- Primperan 😊

Dokumentazioa:

- NAN indarrean.
- Federazio-txartela indarrean edo kirol-poliza.
- Esku dirua
- Kreditu txartela

Beste batzuk:

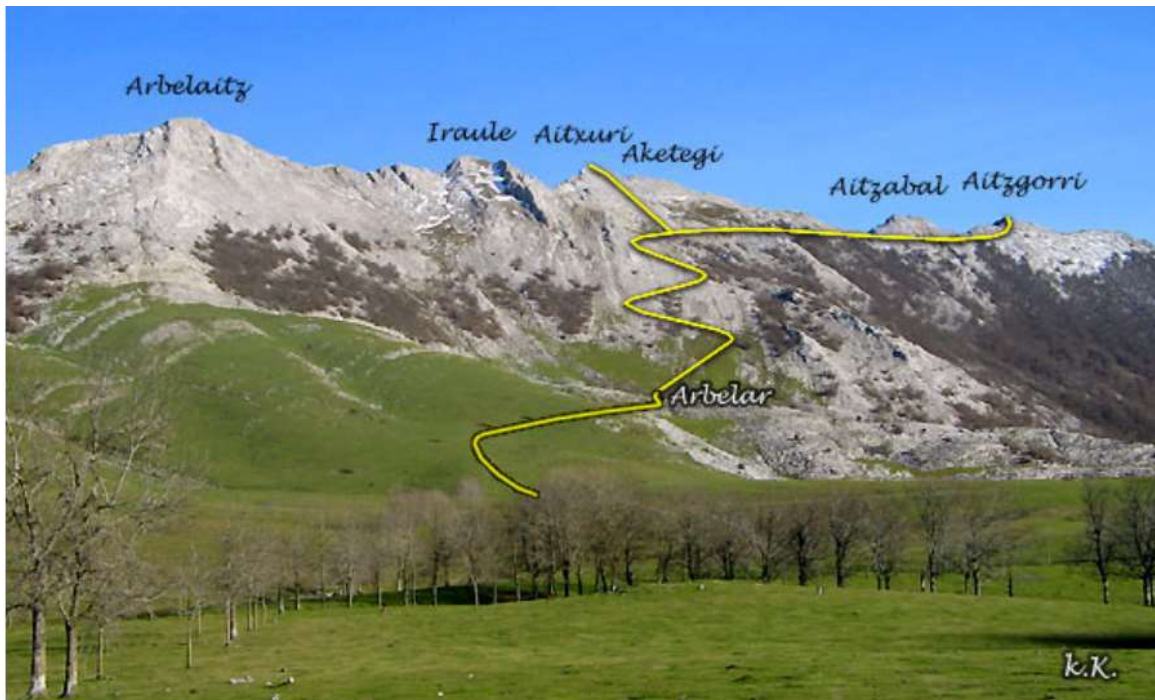
- Iraupen luzeko kanpoko bateria Power bank, mugikorrak GPSarena egin diezazun (badaezpada)
- WALKIAK (dituenak)
- Mugikorra
- Kargatutako bateriarekin eta edukiera nahikoa duen txartelarekin argazki makina
- Kaleko arropa eta oinetakoak zikintzen edo bustitzen bagara bueltan etxera eroso bueltatzeko.

Ondo pasatzera gatoz. UMORE ONA, eta denok laguntzeko prest!!

PROGRAMA AIZkORRI (Aitzgorri) 1.523m

Cultura:

Muchos dicen que es la montaña más alta de Gipuzkoa, pero realmente es el Aketegi con 1.551 metros, intentaremos hacer ambas cimas. Habiendo escalado la montaña más alta de Navarra, el próximo desafío sería bonito. También se ha convertido en una montaña muy famosa debido al mundialmente famoso Trail Zegama-Aizkorri.



Para subir a esta montaña salimos o llegamos del/al Santuario de Arantzazu. Dependerá de la ruta que escojamos si vamos en bus o no.

Ya que somos de Lauro ikastola, creo necesario dar algún apunte relevante algo sobre la cultura vasca de esta zona.

El santuario o basílica de Arantzazu es un monasterio franciscano situado en Oñati (Gipuzkoa). Allí se venera a la Virgen de Arantzazu, pues en 1468 el pastor Rodrigo Baltzategi encontró una imagen de la Virgen en un espino (espinos).



Es innegable que Arantzazu ha tenido un impacto en la vida religiosa y cultural de todo el País Vasco. Tras la guerra civil, con el objetivo de mejorar y embellecer el santuario, los monjes vieron la necesidad de una nueva basílica, y para ello prepararon un concurso de arquitectura. En 1952, se había seleccionado un grupo para renovar Arantzazu como obra de arte: Carlos Pascual de Lara (murales, finalizados por Lucio Muñoz tras su muerte) y Néstor Basterretxea (en la cripta); A ellos se sumaron Eduardo Txillida (obras de portales), Xabier Álvarez de Eulate (vidrieras) y Xabier Egaña (pinturas de André María Gelatxo), además de Jorge Oteiza.



Absideko horma-
irudia edo
erretaula, Lucio
Muñoz



Arantzazuko Apostoluen Frisoa, Jorge
Oteiza



Sarrerako ateak, Eduardo Txillida



Kriptako margoak, Nestor
Basterretxea



Beirateak, Xabier Alvarez de
Eulate



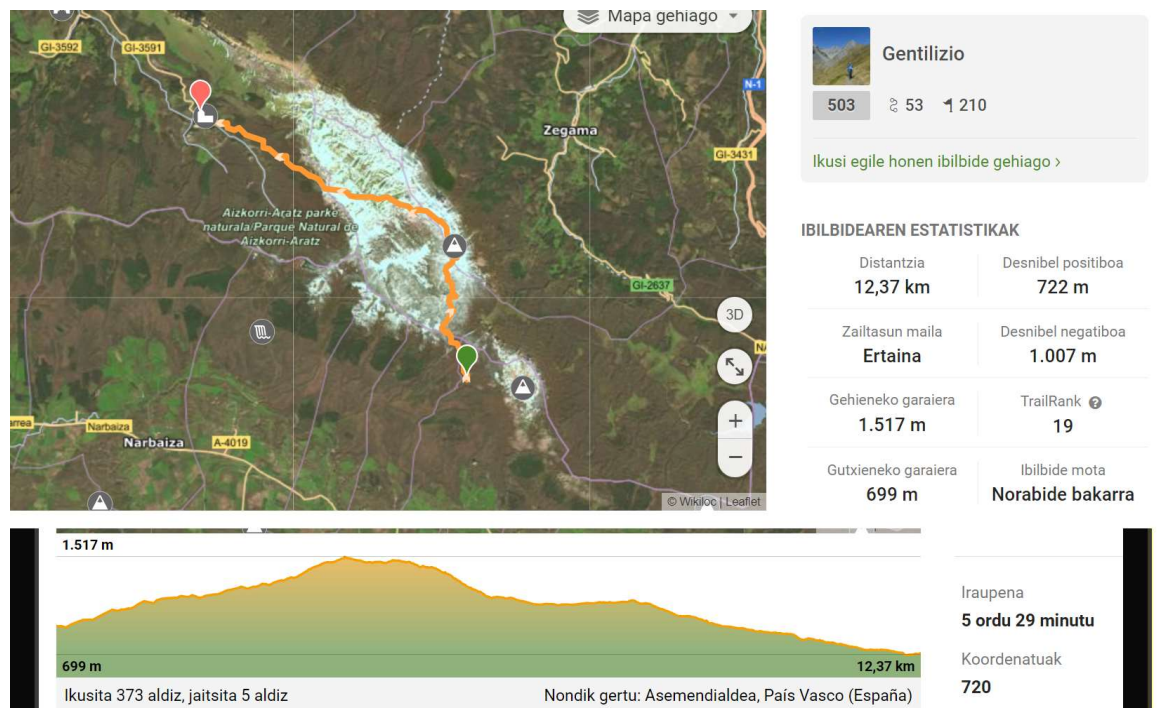
En la historia del euskera también es importante el santuario de Arantzazu: en 1968, en la llamada Asamblea de Arantzazu, se inició la creación del euskera unido **Euskara Batua** (el que aprenden nuestros hijos en la ikastola y que, gracias a él, nos podemos entender con los otros herrialdes), que sería el modelo escrito unificado para todos los vascos.

Subida:

El programa que presentamos se desarrolla en el día. Esta es una opción de ruta, hay muchas. Josu elegirá la más bonita.

Esta opción es si vamos en bus.

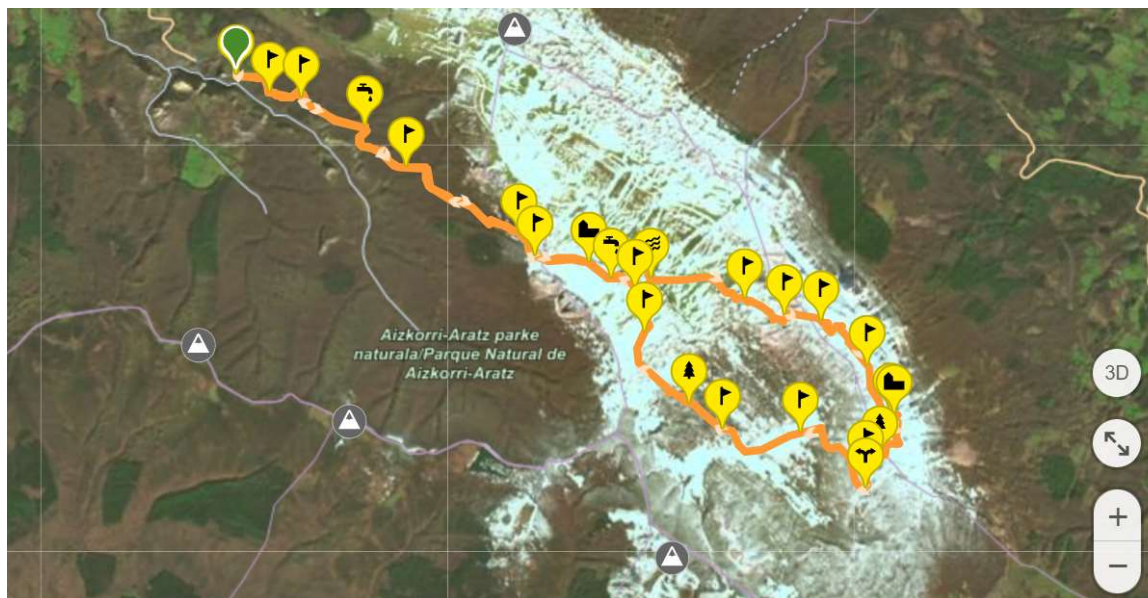
[Wikiloc | ARAIA \(ZALDUONDO\) - Aizkorri- Arantzazu Ibilbidea Asemendialdea, País Vasco \(España\)- GPS track](#)



La excursión es fácil. Aproximadamente 6 horas (3 menos que la Mesa de los 3 reyes). Unos 13 kilómetros. Se sale de Zaldueño a unos 700 metros, por lo que el desnivel positivo es aproximado a 800 metros, pero haremos unos 1.000 metros en total (acumulando las subidas y bajadas). Así que lo que mostrasteis físicamente debe mantenerse. La última parte, las cimas son rocosas, el terreno no es kárstico, pero sí técnico. Por eso conviene hacerlo con tiempo bueno y seco.

Esta opción es si vamos en coches.

[Wikiloc | AIZKORRI desde Santuario de Arantzazu Ibilbidea Arantzazu, País Vasco \(España\)- GPS track](#)



La excursión es fácil. Aproximadamente 6-7 horas (2 menos que la Mesa de los 3 reyes). Unos 18 kilómetros. Se sale del santuario a unos 800 metros, por lo que el desnivel positivo es inferior a 800 metros, pero haremos unos 1.000 metros en total (acumulando las subidas y bajadas). Así que lo que mostrasteis físicamente debe mantenerse. La última parte, las cimas son rocosas, el terreno no es kárstico, pero sí técnico. Por eso conviene hacerlo con tiempo bueno y seco.

IBILBIDEAREN ESTATISTIKAK

Distantzia	Desnibel positiboa
18,47 km	992 m
Zailtasun maila	Desnibel negatiboa
Ertaina	992 m
Gehieneko garaiera	TrailRank
1.593 m	68 ★ 4,5
Gutxieneko garaiera	Ibilbide mota
818 m	Zirkularrak



Después de parar a comer y descansar en Urbia, bajaríamos a Arantzazu y visitaríamos el Santuario (de forma voluntaria, pero merece la pena). También se puede comprar queso, pasteles, etc.



Calendario

El 20 de octubre esperando que el día que haga bueno tiempo y no haya partido : hay 60 minutos en coche desde Bilbao hasta el Santuario de Arantzazu. Por tanto, para estar a pie a las 9:00 horas, tendríamos que salir de Bilbao a las 8:00 horas. Idem en Bus a Zaldundo

Listado checklist de equipo personal y técnico para el programa:

Terreno mixto, pero en las cimas principalmente roca.

- Botas trekking (no llevar nuevas. Hacerlas al pie antes)
- Zapatilla de trail running pero de suela rígida. Atención a las torceduras.
- ~~piolet~~
- Opcional pero muy recomendable para la bajada: 2 bastón telescópico con roseta de NO nieve
- ~~Arnés ligero con anillo ventral y perneras regulables~~
- ~~Casco*~~
- Mochila para trekking de 20LL. Gurasos. Umeak mochila 10 litros para su agua, chubasquero,...). Creo hay que darles responsabilidad y asumir que lleven mochila. Les da autonomía por si pasan cosas.
- Frontal con pilas nuevas y pilas de recambio (mejor de litio duran más).
- Termo, cantimplora o camelback de neopreno de 1.5L. Estimo ,15L agua persona.
- Opcional: Manta térmica (caso de emergencia)
- ☐ Comida ataque día: En Urbia (a medio camino) hay bar y está todo muy rico pero igual el día que vayamos esta cerrado o a tope de gente y tardan en atendernos a tantos. Por eso hay que llevar algo.
- Electrolitos (sales recuperadoras) en pastillas o polvos: tipo powerbar, isostar
- Comida rápida y energética: barritas de cereales, de proteínas y chocolate. Frutos secos y frutas secas naturales. Salami, jamón, salchichón...
- Caramelos (ayudan a respirar y evitar el reseco de la altitud)
- Bolsitas zip tamaño medio/pequeño y minibolsitas basura

Ropa técnica-Torso:

- Chaqueta membrana hidrófuga o goretex, adecuada por si hay cambio y llueve.
- Chaqueta plumas (+caliente) ó primaloft (tolera mejor la humedad), ~~a poder ser con capucha y que entre el casco~~. Con malla/bolsita de compresión mejor. Yo las plumas las meto dentro de bolsa de plástico para evitar se moje con (fallo de cantimplora, llueve y la mochila está mal cerrada,...) la pluma mojada no vale para nada.
- Chaqueta transpirable y secado rápido (tipo mezcla power stretch y forro polar o similar) o (softshel y power stretch)
- Camiseta transpirable manga larga y/o corta
- Piernas:
- ~~Pantalón goretex o chubasquero, y otro de alpinismo hidrófugo/shofsell similar, secado rápido.~~
- Malla térmica ligera, transpirable y sin costuras tipo pirata.
- Pantalón corto



Manos: 2 pares a elegir de entre

- ~~Guantes de alpinismo: de goretex o membrana hidrófuga~~
- Guantes finos de forro polar ó de lana ó poliester (1ra capa).

Pies:

- Medias altas cálidas, transpirables y ajustadas para evitar rozaduras. Mínimo 2 pares.
- Zapatillas de trail.

Cabeza:

- Gorro, buff, visera.
- ~~Pasamontañas/máscara facial: opcional (muy útil con ventisca)~~

Ojos:

- Gafas con lentes de categoría 4 a poder ser: protección del sol en la altura.
- ~~Gafas con lente progresiva amarillenta: mejora la visibilidad con niebla/ventisca. No porque si esta así no subimos~~

Botiquín:

- Protección solar facial 50
- Protector labial 50
- Compeed o similar.
- Mini betadine gel/crema
- Gasas estériles
- Puntos de aproximación y tijeras
- Loctite y Cinta Americana
- Esparadrapo 2,5cm ancho, muy bueno para prevenir
- Medicamentos habituales (si se toman)
- Analgésicos tipo paracetamol; Antiinflamatorio tipo Ibuprofeno
- Anti-diarreico y sueroral
- Primperan 😊

Documentación:

- ~~PASAPORTE COVID.~~
- DNI en vigor.
- Tarjeta federativa en vigor o póliza deportiva el que tenga
- ~~Seguro de viaje.~~
- Dinero en efectivo.
- Tarjeta de crédito en vigor.

Otros:

- Batería externa de larga
- WALKIES (el que tenga)
- Móvil y cargador de móvil
- Cámara fotos con batería cargada y tarjeta de capacidad suficiente
- Ropa y zapatos de calle por si te manchas o mojas, para volver cómodos a casa. (dejar en bus o coche)

Actitud: Vamos a pasárnoslo bien, así que buen Humor y predisposición de ayudar!!