



## GRUPO DE MONTAÑA

# SALIDA A SIERRA DE ARANTZA Y GR 121

Días: 31 DE MAYO A 2 DE JUNIO de 2019

### Actividad fija y única

#### **ITINERARIO:**

Sábado: Recorrido circular a la Sierra de Arantza

Domingo: Gr 121: Tramo de Zarautz a Zumaia.

#### **DESNIVEL Y DIFICULTADES:**

Sábado: Partiendo del pueblo de Arantza se recorre el circo de montañas que lo rodean. Desnivel 1.200 metros, longitud 20 km, 8 horas de caminata. Fácil.

Domingo: Dejamos los coches en la estación de Euskotren de Zarautz y tomamos el tren hasta Zumaia, donde comenzamos a andar por el GR121 en dirección Este, hasta llegar a nuestros coches. Recorrido, unos 11,5 Km, tiempo 2:30 horas, desnivel unos 300 m. máximo. Fácil.

**Plazas:** 20 (Disponibles únicamente para socios de Peñalara)

**Fecha límite de inscripción:** 28 de mayo.

**Transporte:** Coches particulares compartidos y llenos. Desde Zarautz a Zumaia Euskotren,

**Alojamiento:** Albergue Arantzako Aterpea. Arantza (Navarra).

**Precio:** 65 euros. Incluye: dos noches en habitaciones compartidas, sábanas, toallas, cena del sábado y desayunos del sábado y domingo. Comida del domingo en una sidrería de la zona (no incluida en el precio: precio aprox por persona unos 25 euros). Por favor, indicar los interesados al hacer la reserva.







**Organizan:** Luis Miguel Villamediana, e-mail: [lmvillamediana@hotmail.com](mailto:lmvillamediana@hotmail.com). Teléfono: 647023798.




**MATERIAL OBLIGATORIO:** Equipo de senderismo incluyendo ropa de agua.

## MATERIAL RECOMENDADO: Bastones.





### TRACKS:

- <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/20100804-circular-arantza-mendaur-ekaitz-arantza-1076005>
- <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/zarautz-santa-barbara-garate-zumaia-gr-121-20235665>

Circular Arantza-Mendaur-Ekaitz-Arantza			
horario	7h 30'	  3	severidad del medio natural
desnivel de subida	1200 m	  2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1200 m	  3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	20,0 Km	  4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2019.			

Zarautz - Santa Bárbara - Garate - Zumaia. GR 121			
horario	3h 30'	  2	severidad del medio natural
desnivel de subida	300 m	  1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	300 m	  2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	11,5 Km	  3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2019.			

## Explicación de la valoración MIDE

	<b>Medio. Severidad del medio natural</b>	1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo	
	<b>Itinerario. Orientación en el itinerario</b>	1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear	
	<b>Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento</b>	1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos o saltos para mantener el equilibrio 5 Requiere el uso de las manos para la progresión	
	<b>Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario</b>	1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva	Calculado según criterios M.I.D.E. para un excursionista medio poco cargado

**TIPO DE ACTIVIDAD:** Fija y única

Todos los participantes formarán un grupo único coordinado por el Organizador de la actividad, y se comprometen a seguir sus instrucciones. Ante el incumplimiento de algún participante, el Organizador podrá excluirle del grupo y del apoyo de éste, y posteriormente dar conocimiento del hecho a la Sociedad. Ningún participante iniciará la actividad hasta que el Organizador lo indique. Todos ellos seguirán sus instrucciones y no realizarán recorridos no previstos sin el permiso de éste. Cualquier participante que observe alguna situación anómala o de riesgo, deberá comunicarla al Organizador. Igualmente pondrá en su conocimiento el mal estado de salud o problema físico de algún miembro del grupo..

**SEGURO DE ACCIDENTES:** Es obligatorio que todos los participantes tengan un seguro que cubra los riesgos de esta actividad. En caso de que alguno no dispusiera de él, deberá contratar en la Secretaría el seguro diario de accidentes que ofrece la Sociedad, abonando la cantidad fijada.

**DECLARACIÓN RESPONSABLE:** Todos los participantes deberán haber cumplimentado y firmado la DECLARACIÓN RESPONSABLE DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDADES. Si no la hubieran cumplimentado al hacer la inscripción, para poder tomar parte en la actividad, **antes de la salida**, entregarán al Organizador una copia de su declaración anual o cumplimentarán una específica para esta actividad.

Los menores deberán ir acompañados de padres o tutores que se responsabilicen de ellos durante toda la actividad.

**APLAZAMIENTOS, SUSPENSIONES Y DEVOLUCIONES:**

En caso de no participación en la actividad, siempre que se haya comunicado esta circunstancia con antelación, se devolverá el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

Si se produjera una suspensión de la actividad, esta tendrá su efecto siempre que no se haya hecho uso de alguno de los servicios ofrecidos en la convocatoria. En este caso se devolverá a los inscritos el importe abonado, descontando los gastos que se hubieran originado y el 3% de gastos de gestión.

En caso de aplazamiento, se mantendrán los pagos e inscripciones de los que así lo manifiesten para la futura celebración. A los inscritos que no quisieran mantener la inscripción se les devolverá el importe de la inscripción descontando el 3% de gastos de gestión.

Todas las devoluciones se realizarán entre los 15 y 30 días posteriores a la fecha prevista de celebración.