

# EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA

## NAFARROAKO MENDI ETA ESKALADAKO FEDERAZIOA



EUSKARAZ

# SARRERA / INTRODUCCIÓN



Mendi-udalekuetarako 2026ko proposamena:

Belaguan eta Gorbeian eta horien inguruetan udalekuak egiteko proposamena jaso da; 7 egun eta 6 gau hartzen dituzten udaleku itxi hauek behar bezala egiteko behar den guztia kontuan hartuta.

Oinarrizko kanpamentutzat Belaguako eta Gorbeiako aterpeak proposatu dira; aterpe horietan egingo dute lo astean, eta mantenu osoan egongo dira bai parte-hartzaileak eta bai antolatzaileak.

Proposamen honen helburua da mendizaletasuna eta harekin lotutako beste balio batzuk sustatzea, hala nola elkartasuna eta ingurumenarekiko errespetua. Aisialdirako beste aukera bat zabalduko zaie horrela mendizale gazteei, abentura ugariz eta naturaz jositako proposamen erakargarri honen bidez.

Propuesta de Colonias de montaña 2026:

Propuesta para realizar unas colonias cerradas de 7 días y 6 noches, en Belagua y Gorbeia (alrededores), con todo lo necesario, para su correcto desarrollo.

Como campamentos base se propone el refugio de Belagua y el refugio de Gorbeia donde pernoctarán durante la semana y donde se dispondrá de pensión completa para los y las participantes y organización.

El objetivo de esta propuesta es promocionar el montañismo y sus valores de solidaridad y respeto hacia el medio ambiente. Donde se dará una alternativa de ocio a los y las jóvenes “mendizales” con una propuesta atractiva y llena de aventura y naturaleza.



# EGITARAUA / PROGRAMA

Programa hauek proposatu dira: 11-17 urte bitarteko 22 gazterentzat Belaguako aterpean.

11-17 urte bitarteko 22 gazterentzat, Gorbeia aterpean.

Proposamen-eredu bat zehaztu da ondoren, astean zehar egingo diren jarduerekin (7 egun eta 6 gau dira guztira).

## DATAK:

- uztailaren 12tik 18ra Gorbeian
- uztailaren 19tik 25era Belaguan
- Abuztuaren 2tik 8ra Belaguan

**PREZIOA:** 350 € asteko eta parte-hartzaileko

---

Se propone un programa para: 22 plazas Ref. Belagua para chicos/as de 11 a 17 años.

22 plazas Ref. Gorbeia para chicos/as de 11 a 17 años.

Se detalla una propuesta tipo con las actividades a realizar durante la semana, 7 días y 6 noches en total.

## FECHAS:

- 12 al 18 de julio Gorbeia
- 19 al 25 de julio. Belagua
- 2 al 8 agosto Belagua

**PRECIO** 350 € / semana y participante o



# BELAGUAKO EGITARAU

## ✓ 1. EGUNA / DIA 1 (igandea / domingo)

16.30h: BELAGUARA iritsi. Angel Oloron

17.00h: BELAGUAKO ATERPETXEAN motxila handia utzi, eta AURKEZPEN  
REFUGIO DE BELAGUA; Dejar mochilas grandes y presentación.

17.00-19.45: Taldea egiteko jarduerak / Creando grupo.

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 2. EGUNA / DIA 2 (astelehena / lunes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

09.00h: MENDI-IRTEERA  
SALIDA MONTAÑA

17.00h: Korapiloei eta segurtasunari buruzko tailerra / Taller de nudos y seguridad

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 3. EGUNA / DIA 3 (asteartea / martes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

09.00h: MENDI-IRTEERA,  
SALIDA MONTAÑA

17.00h: Arrasto eta oinatzai buruzko tailerra / Taller de rastros y huellas

20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 4. EGUNA / DIA 4 (asteazkena / miércoles)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

09.00h: Eskaladako praktikak, rappela eta sokak / Práctica de escalada, rappel y cuerdas

17.00h: Taldeko jolasak/ Juegos en grupo

20.00h: AFARIA / CENA.

21.00h: \* Izarrak ikusteko gaueko irteera, eguraldia lagun.

\* Dependiendo de meteorología salida nocturna a ver las estrellas.

## ✓ 5. EGUNA / DIA 5 (osteguna / jueves)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

10.00h: EHÜJARRE arroilara irteera, eta zirkularra Eraize muinoan/  
Salida a la garganta de EHÜJARRE circular collado de Eraize  
\*Aukeran Kartxelako zeharkaldia, Arrako ibairako jaitsiera  
\*Opción Travesía de Iakartxela, Descenso al río Arrako

17.00h: DENBORA LIBREA / TIEMPO LIBRE

20.00h: AFARIA ATERPEAN / CENA EN REFUGIO

## ✓ 6. EGUNA / DIA 6 (ostirala / viernes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

09.00h- 11.00h: Orientazio-tailerra / Taller de orientación

11.30h: Orientazioko mendi-irteera, Arrako sakanean amaituz / Salida de orientación en montaña con  
fin en el barranco de Arrako.

20.00h: AFARIA ATERPEAN / CENA EN REFUGIO

## ✓ 7. EGUNA / DIA 7 (larunbata / sábado)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO

09.00h- 11.00: Mendi-lasterketei buruzko hitzaldia, EMFko teknikarien eskutik / Charla sobre Carreras  
por Montaña impartido por técnicos de EMF

11.00h-14.00: Mendi-lasterketen hastapenak/ Iniciación fundamentos de las Carreras por Montaña

14.00h: BAZKARIA / COMIDA

17.00h: Mendi-udalekuen amaiera (parte hartu dutenen bila etorriko dira familiak)  
Fin de campamento (Familias recogida de participantes)

# GORBEIAKO EGITARAUA

## ✓ 1. EGUNA / DIA 1 (igandea / domingo)

16.30h: GORBEIA HELMUGA. Jatorrizko udalerritik Gorbeia iritsi, eta aterpetxera iristeko ibilbidea. 3-4 orduko bidea. Egun horretako piknikaz norbera arduratuko da. Arratsaldean, ikasgelan, solasaldia kirola egitean ingurunearekin errespetuz jokatzeko ohiturei, mendizaletasunaren barneko giza balioei eta egonaldiaren garapenari eta arauetara buruz. /OBJETIVO GORBEIA. Traslado desde la localidad de origen a Gorbeia, y excursión de acceso al refugio. Recorrido de 3-4 horas. El picnic de esta jornada por cuenta de cada uno. A la tarde, en el aula, charla coloquio sobre hábitos respetuosos con el medio en la práctica deportiva, valores humanos del montañismo y desarrollo y normas de la estancia. 17.00h: GORBEIAKO ATERPEAN motxila handiak utzi, eta aurkezpena / REFUGIO DE GORBEIA; Dejar mochilas grandes y presentación. 17.00-19.45: Taldea egiteko jarduerak / Creando grupo. 20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 2. EGUNA / DIA 2 (astelehena / lunes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
09.00h: MENDI-IRTEERA. Mairulegorretako haitzulora bisita. Aterpetxetik haitzulora bitarteko ibilia, bisita eta itzulera. Bazkaltzeko, piknika egingo da jardueran zehar. Arratsaldean, orientazioari buruzko saio teorikoa ikasgelan, eta praktikak Arraban, iparrorratzarekin eta maparekin. / SALIDA MONTAÑA Visita a la cueva de Mairulegorreta. Desde el refugio excursión hasta la cueva, visita a la misma y regreso. El almuerzo será picnic durante la actividad. Por la tarde teórica sobre orientación en el aula y prácticas en Arraba con brújula y mapa. 20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 3. EGUNA / DIA 3 (asteartea / martes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
09.00h: MENDI-IRTEERA. Goizean, ibilaldia Itxinan zehar. Bazkaria aterpetxean. Arratsaldean, ikasgelan, erdi-mailako mendietako segurtasunari buruzko saio teorikoa; ondoren, orientazioa, teoria eta praktikak. / SALIDA MONTAÑA Por la mañana, recorrido por Itxina. Comida en el refugio. Por la tarde en el aula, teórica sobre seguridad en media montaña; seguidamente, orientación, teórica y prácticas. 20.00h: AFARIA / CENA.

## ✓ 4. EGUNA / DIA 4 (asteazkena / miércoles)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
09.00h: Gorbeia igoera, egun osoan. Bazkaltzeko, piknika egingo da jardueran zehar. Ibilbidean, ikasitakoak praktikatu dira: orientazioa, norabideak, mapen irakurketa, paisaiaren interpretazioa. / Ascensión a Gorbeia, todo el día. El almuerzo será picnic durante la actividad. Durante el recorrido puesta en práctica de lo aprendido en orientación, rumbos, lectura del mapa, interpretación del paisaje. 20.00h: AFARIA / CENA.  
✓ 5. EGUNA / DIA 5 (osteguna / jueves)  
08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
9:00 Eskaladako praktikak, rappela / Prácticas de escalada, rapel. 17.00h: DENBORA LIBREA / TIEMPO LIBRE 20.00h: AFARIA ATERPEAN / CENA EN REFUGIO

## ✓ 6. EGUNA / DIA 6 (ostirala / viernes)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
09.00h- 11.00h: Orientazio tailerra / Taller de orientación  
11.30h: Orientazioko mendi-irteera / Salida de orientación en montaña. 20.00h: AFARIA ATERPEAN / CENA EN REFUGIO

## ✓ 7. EGUNA / DIA 7 (larunbata / sábado)

08.00h: GOSARIA / DESAYUNO  
09.00h- 11.00: Mendi-lasterketei eta abarri buruzko hitzaldia, EMFko teknikarien eskutik / Charla sobre Carreras por Montaña etc. impartido por técnicos de EMF. Aterpetxetik jaitsiera, bila datozenekin biltzeko gunera / Bajada desde el refugio a punto de recogida. Orduetara talde bakoitzarekin zehaztuko da. Piknika barnean sartzen da. / El horario se concreta con cada grupo. Incluye picnic. 14.00h: BAZKARIA / COMIDA 17.00h: Udalekuen amaiera (parte hartu dutenen bila etorriko dira familiak / Fin de campamento (Familias recogida de participantes)

## GARRANTZITSUA / IMPORTANTE:

- ✓ Udalekuetako arduradunek aldatetako egin ditzakete programan, ingurunearen baldintzen eta egoera klimatologikoaren arabera. / El personal responsable de las colonias, podrá efectuar variaciones en el programa, en función de las condiciones del medio y las condiciones climatológicas.
- ✓ Federatuta egon beharko dute parte-hartzaile guztiek, Pirinioak era barnean hartuta Belaguara doazen kasuan. / Todas y todos los participantes deberán estar federados **incluyendo Pirineos para los asistentes a Belagua.**
- ✓ Zenbat plaza dauden libre: 22 / Plazas disponibles: 22.
- ✓ BELAGUAKO MENDI-UDALEKUAK: 2009tik 2015ra bitartean jaiotako gaizteei zuzentzen zaizkie (bi urteak barne).
- ✓ COLONIAS DE MONTAÑA BELAGUA y GORBEIA : dirigidas a participantes nacidos entre los años 2009 y 2015 (Ambos incluidos)
- ✓ **Euskaraz dira udalekuak**

## BEHARREZKO MATERIALA / MATERIAL NECESARIO

- ✓ Motxila handia / Mochila grande.
- ✓ Motxila txikia eguneko ekintzetarako / Mochila pequeña para las actividades de día.
- ✓ Lo-zaku fina, izara-zakua ere eraman daiteke (gomendagarria) / Saco de dormir fino. Posibilidad de llevar saco-sábana(recomendable). En refugio de Gorbéia se facilita saco-sábana.
- ✓ Eguzkitako krema eta betaurrekoak / Crema solar y gafas de sol.
- ✓ Urontzia / Cantimplora

- ✓ Bastoiak (hautazkoa) / Bastones (Opcional)
- ✓ Dutarako eta higiene pertsonalerako tresnak (toalla, xaboia, hortzetako pasta...). / Útiles de ducha y acceso personal (toalla, jabón, pasta de dientes...).
- ✓ Pijama (hautazkoa) / Pijama (Opcional)
- ✓ Aterperako zapatila arinak / Zapatillas ligeras para el refugio
- ✓ Kopeta-argia / Frontal
- ✓ ARROPA / ROPA :

| MENDI / MONTE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Mendiko botak edo trekking-zapatilak. / Botas de monte o zapatillas de trekking.</li><li>✓ Aldatzeko arropa. / Ropa de recambio.</li><li>✓ Polarra edo, bestela, haizetik babesteko arropa (litekeena da goian hotz egitea). / Polar o “corta-vientos” (Es probable que arriba haga frío).</li><li>✓ Euritako zira (meteorologiaren arabera). / Chubasquero (Dependiendo de la meteorología).</li></ul> |

