

Udazkena Sakanan

Otoño en Sakana

Gure ibilbideak ezagutuz!

Descubriendo senderos

Urriak 31, Azaroak 15 eta 28
31 de Octubre, 15 y 28 de Noviembre

SHINRIN YOKU Baso bainua /
Baño de bosque
(Etxarri Aranatz)

Izen emateak:

goazenbidaiak@gmail.com / 650 023 698

Azaroak 7

7 de noviembre

Borden ibilbidea /
Recorrido de las bordas
(Arbizu)

Izen emateak:

info@mirua.com / 608 560 369

Azaroak 14

14 de Noviembre

Ibilbidea familian /
Senderismo en familia
(Irañetako hariztia)

Izen emateak:

edukanatura@gmail.com
616 145 686 / 644 555 328

Ibilbide gidatua
+ dastaketa

10€

Azaroak 1 eta 21
1 y 21 de noviembre

Saien balkoia /
Balcón de los buitres
(Irurtzun)

Izen emateak:

info@mirua.com / 608 560 369

Azaroak 8 Noviembre

Ipar Martxa hastapena /
Iniciación Marcha Nórdica
(Dantzaleku-Sarabe-Dantzaleku)

Izen emateak:

edukanatura@gmail.com
616 145 686 / 644 555 328

Azaroak 22

22 de Noviembre

Mapa interpretatu /
Interpretación de mapa
Aixita (Etxeberri)

Izen emateak:

edukanatura@gmail.com
616 145 686 / 644 555 328



Sakana

Antolatua eta finantziatua/Organizado y financiado por:

Nafarroako
Gobernua



Gobierno
de Navarra



Fecha: 1 y 21 noviembre 2020

EL Balcón de los Buitres / SAIEN BALKOIA

- **Encuentro con el guía:** Irurtzun, a las 9:45 horas en el cementerio de Irurtzun.

Sendero circular por las laderas del monte Dos Hermanas entre bosque de robledal autóctono, prados y un tramo del antiguo trazado del tren Plazaola que unía Pamplona con Donostia-San Sebastián. Ascenderemos hasta un mirador, donde observaremos con telescopio a los buitres leonados que habitan en los roquedos y tendremos la oportunidad de aprender más sobre ellos y la avifauna de este interesante enclave estratégico entre la montaña navarra y la cuenca de Pamplona,

- Distancia: 4,9 kms Desnivel: 325 mts. Dificultad: fácil.
- Duración: 3 horas (de 10:00 a 13:30 h.)

Fecha: 7 noviembre 2020

SENDERO DE LAS BORDAS / BORDEN IBILBIDEA “Adaptación corta del recorrido”

Encuentro con el guía: Arbizu, a las 9:45 horas en parada de Bus próxima al Polideportivo.

Observaciones: Desde el punto de encuentro nos desplazaremos con los vehículos por pista forestal (3 kms) hasta el punto de inicio del recorrido a pie.

Descripción: Recorrido circular que nos acerca a las bordas comunales de Arbizu (bordas de Sandindegi, Artabakar y Herriaren borda), construidas para proteger al ganado. Ascenso por bosques de robles y hayas, identificando diversas especies arbóreas y paisajes del monte Aralar (declarado Zona de Especial Conservación).

- Distancia: 7,5 kms Desnivel: 380 mts. Dificultad: fácil.
- Duración: 4,30 horas (de 10:00 a 14:30 h.)

Qué debes llevar: **Botas de trekking** (ligeras, con protección del tobillo y suela con dibujo marcado), ropa cómoda para caminar, forro polar o jersey, chaqueta impermeable o capa de lluvia, mochila, cantimplora con agua (mínimo 1 litro por persona).

A quién se dirige: Amantes del senderismo y la naturaleza

Nº participantes: 12 personas máximo (incluido el guía)

Incluye: Guía Acompañante de Montaña acreditación UIMLA, asesoramiento, manuales de campo para consulta (aves, mamíferos, flora, etc.), seguros RC y de accidentes para participantes, organización técnica, IVA 21 %. + degustación de producto local.

Precio persona: 10 €

INSCRIPCIONES: hasta las 14:00 horas del viernes anterior a la salida.

e-mail: info@mirua.com Tfno.: **608 560 369**

*Para reservar plaza es necesario facilitar nombres y apellidos, DNI, domicilio y teléfono de lxs participantes.

Senderos guiados + degustación de producto local “Dastatu Sakana/Saborea Sakana”

www.dastatu.sakana.eus

Protocolo para protegernos del Covid-19



Para reducir riesgos de contagio del COVID-19, implementamos unas directrices y recomendaciones extraídas del "Protocolo para Turismo Activo y Ecoturismo" publicado por el ICTE (Instituto Calidad Turística Española) validado por el Ministerio de Sanidad. Y asesorados con ANETA (Asociación Nacional Empresas Turismo Activo), AEGM (Asociación Española Guías de Montaña) y BIDEAK Asociación Empresas Actividades Turísticas de Navarra.

CONTRATACIÓN DE ACTIVIDADES

Reserva on-line y pago mediante transferencia bancaria o aplicación Bizum.



GRUPOS

Grupos reducidos, como ya hacemos habitualmente. Priorizaremos grupos formados en origen, con tu familia y/o amig@s.

MATERIAL PERSONAL

Recuerda que deberás traer tu propio equipo de protección: 2 mascarillas higiénicas o quirúrgicas, gel hidroalcohólico, gafas de sol, gorra con visera, bolsas de plástico. Comida y bebida individual. Si no, trataremos de proporcionártelo.



PUNTO DE ENCUENTRO

En lugar abierto, donde iniciemos la actividad o el recorrido a pie. Nos saludaremos sin contacto físico.



SÍNTOMAS

Por tu seguridad y por tod@s, si tienes fiebre o algún síntoma del Covid-19 o si has estado en contacto los últimos 14 días con alguna persona con Covid-19, abstente de participar en la actividad.

Ningún guía realizará la actividad en el mismo caso.

Servicio Consejo Sanitario Navarra: 948 290 290

Teléfono de Emergencias: 112



DURANTE LA ACTIVIDAD

Mantendremos la recomendación de distancia social y cuando no sea posible usaremos la mascarilla.

Limpieza de manos con gel hidroalcohólico.

NO intercambiar material ni compartir bebidas, alimentos, cremas solares o labiales.

Sigue las instrucciones del guía en todo momento.

LIMPIEZA DEL MATERIAL

MATERIAL TEXTIL: Lavar con agua a 65°C y *jabón, o bien, con Ox-virin o Sanytol Textil Desinfectante.

*Materiales que se laven con agua y jabón se deberán dejar en cuarentena 72 h.

MATERIAL DURO (bastones, suela de botas): Limpiar con toallitas o bayeta impregnada en dilución desinfectante.

Ejemplo dilución: 30 ml lejía común por litro de agua, dejar actuar al menos un minuto.

Déjate guiar y disfruta de la naturaleza con los cinco sentidos.

*¡En el entorno más seguro,
al aire libre en lugares tranquilos!*



NAVARRA Y PIRINEOS

31830 Lakuntza (Navarra)
Tel. 608 560 369 - info@mirua.com
www.miruabirds.blogspot.com
www.mirua.com

Registro Turismo Navarra: UETAC002