

NATURANITZEAN

gozatzera

Ekainak **26-27** de junio



Biziraupen tailerra

LO EGITERA MENDIRA

¡A DORMIR EN EL BOSQUE!

Taller de supervivencia

Gaua Urbasan pasa nahi duzu zuk egindako VIVAC batean? Zatoz eremu karstiko honetan dagoen 3Dko mundua ezagutu eta orientatzen ikastera.

¿Quieres pasar la noche en un VIVAC construido por tí? Descubre un mundo 3D en la zona cárstica de Urbasa mediante el mapa y la brújula.



Menditik 10 km-ko ibilbidea egiteko gaitasuna duten 16-18 urte bitarteko gazteei zuzenduta
Dirigido a jóvenes entre 16-18 años con condición física como para andar 10 km. en terreno desigual.



Hasiera: EK.26. 15:00h. Urbasako informazio gunean.
Comienzo: 26 JUN.15:00 h. Punto de información de Urbasa.



Iraupena: 22 h. Ekainaren 27ko 13:00ak arte.
Duración: 22 h. Hasta las 13:00 h. del 27 de junio.



Distantzia | Distancia: 10-15 km.

Desnibela | Desnivel: ±268 m.

Zailtasuna: Ertaina | Dificultad: Media

BEHARREZKOA | ES NECESARIO:

- Zola oneko mendiko botak (berriak ez direnak), mendiko galtza luzeak. Hiru geruza: barruko kamiseta, forro polarra eta zira, haizetik babesteko modukoa. Aldatzeko arropa: barruko kamiseta eta galtzerdiak.
- Gauerako: berokia, lozakua, esterilla eta frontala.
- Eguzki crema, ezpain-babeslea eta txanoa edo bisera.
- Ura, afaria eta hamaiketakoa. Katilua eta koilara (gosarirako, antolakuntzaren kontura).
- Mendiko makilak.
- Prezioa: 25€. Euskaraz izango da, baina ulertzen ez duenari itzuliko zaizkio azalpenak.
- Botas de monte con buena suela (que no sean nuevas), pantalones largos de monte. Tres capas: camiseta interior, forro polar y chubasquero cortavientos. Mudak: Camiseta y calcetines.
- Para la noche: abrigo, saco de dormir, esterilla y frontal.
- Crema de sol, protector labial y bisera o gorra.
- Agua, cena y almuerzo. Taza y cuchara (para el desayuno que será a cargo de la organización).
- Bastones de monte.
- Precio: 25€. La actividad será en euskera y si alguien no entiende se le explicará en castellano.

IZEN-EMATEA · INSCRIPCIÓN:



948 46 48 66 · kirolak@sakana-mank.eus
648 07 07 10 · anitzartean@sakana-mank.eus



Segurtasun neurriak bermatuko dira.
Se cumplirán las medidas de seguridad.

Derrigorrezkoa da izena ematea leku mugatuak daudelako (gutxienez 6 eta gehienez 12). Lekuak izen-emate ordenaren arabera beteko dira. Izen emateko azken eguna ekainaren 21ean izanen da.

Es obligatorio inscribirse, plazas limitadas, máximo 12. Las plazas se cubrirán por orden de inscripción. Plazo de inscripción: hasta el 21 de junio.

Antolatzailea:

Mank
s a k a n a



Sakana

Laguntzaileak:

Eduka
Natura

Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua