

RECORRIDO-IBILBIDEA

De Labastida a Lanciego (Álava)

41 Km ascenso acumulado: 2.675 m.

Todo el recorrido marcado con cinta plástica de color amarillo con Z verde, en caso de despiste siempre subir a la cresta y seguir por ella, hacia el Este. Por detrás van escobas si hay algún problema 659 46 26 31 (AiToR)

Avituellamientos:

Km14 Herrera: natilla, platano, Txoripan, agua, vino

Km23 Laziturri: arroz con leche, sandwich jamon y queso, naranjas, pastas, agua y vino

Km27: Puerto Toro 2 botellines de agua, Kit-kat.

Km 34: Fuente en Nacedero Kripan, agua.

LLeva agua, pantalón largo, gorra y calma.

Parque de San Gines (650 m). Iniciamos el ascenso al Toloño por una dura y larga cuesta con encinas y matorral mediterráneo hasta coronar la primera cima del recorrido, el **Toloño (1.271 m) control**. Seguimos el camino entre prados y bosques de hayas hasta el **Puerto de Rivas de Tereso (950 m)**, primer punto de retirada en vehículo, abandonamos la vertiente sur para andar por la norte, por pista entre hayas y con vegetación atlántica, abandonando la pista a la derecha iniciamos el abrupto ascenso a **Atxabal (1.172m)**, y a **Cocinas (1192m)** bajamos y seguimos por cómoda pista hasta la **Fuente norte del Puerto de Herrera (1.100 m) km14 control, avituallamiento y punto de retirada en vehículo**, un suave ascenso por pista cómoda y una pequeña trepada y **Escamelo (1.292 m.)**, aquí disfrutar del paisaje, estamos iniciando el recorrido por la línea divisoria entre dos climas diferentes, al sur, la Rioja Alavesa con su vegetación y clima mediterráneo, y al norte la Montaña

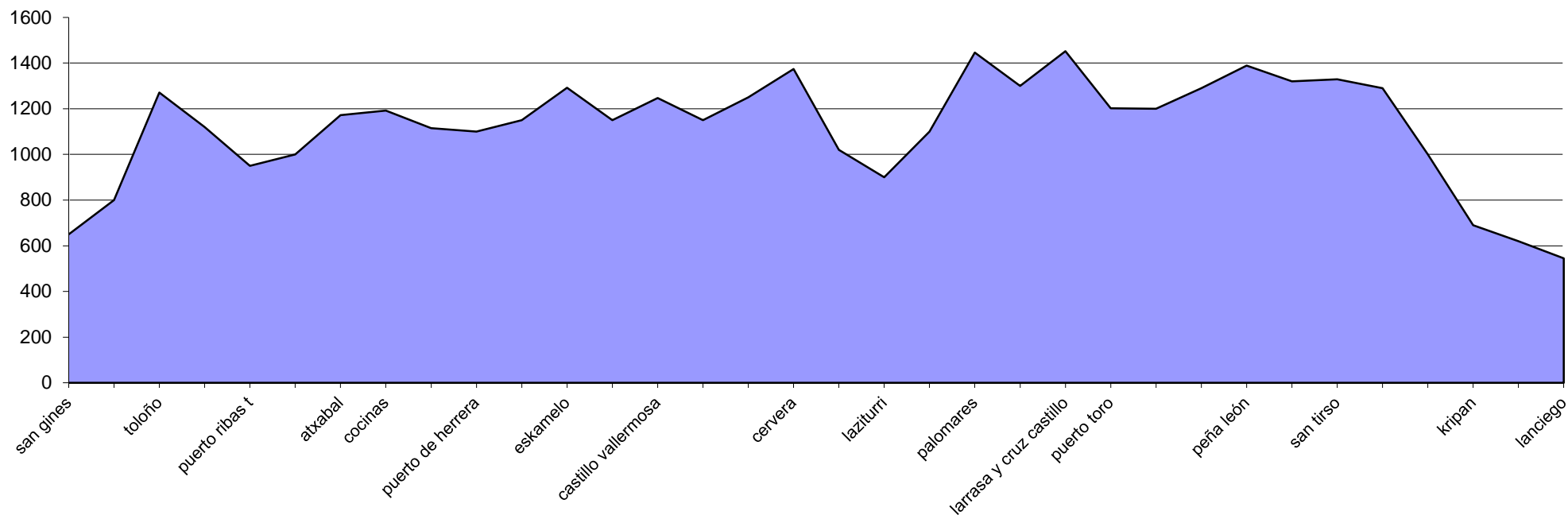
Alavesa, con su vegetación y clima atlántico, al sur viñedos y cereal, con bosques de encinas y quejigos, al norte bosques de hayas y robles; y a los pies vistosas flores entre la blanca caliza. A partir de aquí se acaban las cómodas pistas y comienzan los caminos para cabras, con mucho cuidado, olvidando el vértigo y usando las manos, recorreremos los **delicados y aéreos pasos** (III+) que conducen por el filo de la cresta a la cima del **Castillo de Vallerrosa (1.247 m)**, por senderos hacia el Este, esquivando las púas de los blancos espinos y entre matorral bajo dominado por el boj llegamos a la cima de **Cervera (1.374 m)**. Iniciamos un largo descenso por la ladera norte, primero "acariciados" por las amarillas aulagas en flor y luego por la ladera norte entre frescos bosques de haya hasta la **Fuente de Laziturri (990 m) Km23 control, avituallamiento** y punto de retirada; hay que ir andando 3km a Lagran donde esta el microbús que saldrá a las 17h Estamos en la mitad, este es el momento de valorar nuestras fuerzas, ya que lo que resta de la marcha es lo más duro del recorrido. **Después de llenar nuestras cantimploras de agua**, porque ya no quedan fuentes, iniciamos el largo ascenso, de manera suave por hayedos y en cuanto aparece el sol el sendero se empina, a partir de aquí hasta San Tirso apenas hay sombra, protegeros del sol, ascendiendo al Palomares el último tramo es delicado porque pueden caer piedras de los/as compañeros/as que van por delante, llegamos a la cima del **Palomares (1.446 m)** seguimos por la cresta de la sierra, llegando a un paso con dos alternativas: una es una chimenea de IV grado de solo 3 m. y la otra es esquivarla rodeando por la izquierda la roca, seguimos hasta un collado, bajando por la ladera sur y subiendo por un canal delicado, sobre todo si esta húmedo, en el que habrá que usar las manos y pensar en los/as compañeros/as que vienen por detrás (cuidado con mover piedras), en el collado volvemos a bajar por el norte y subir un sendero a media ladera herbosa hasta un collado a un lado está Larrasa (1452 m), es una cima a cuidar y para su buena conservación evitaremos subirla, al otro lado llegamos a

la cima de la **Peña del Castillo (1.432 m)**, descendemos por un empinado sendero entre hayas y boj hasta el **Puerto Toro (1.202 m) km27 control, y miniavituallamiento**, seguimos cresteando, adivinando el sendero por matorral cerrado y luego hayas hasta la cima de **Peña León (1.389 m)** caminando por la suave y aérea cresta calcárea, contemplando las dos vertientes llegamos a la cima de **San Tirso (1.329 m)** el **control** esta más abajo, en la **Ermita**, pasamos el Bonete e iniciamos un cómodo descenso por hayas en la vertiente norte y quejigos y encinas en la sur pasando por la **frente del nacedero km34** hasta el pueblo de **Kripan (690 m)** de aquí 5 Km. entre viñedos y cereal nos llevan hasta la meta, el polideportivo nuevo de **Lanciego (545 m)**, aquí se dan los diplomas, vino, ducha caliente y la comida de patatas a la riojana y vino en el **frontón viejo**.

41km. igoera metatua: 2.675m.

San Gines parkea (650m.). Toloñorako igoera aldapa luze eta gogor batetik hasten da arte eta mediterranean klimako sastraka artean ibilbideko lehen tontorra igo arte: Toloño (1271m.) **kontrola**, bidea jarraituko dugu Ribas de Teresoko mendatera iritsi arte (950m.) zelai eta pagadi artean, kotxez erretiratzeko lehenengo puntua. Hegoaldeko isurialdea utziko dugu iparraldekoan ibiltzen hasteko, gero ta igo Atxabal (1.172m), Cocinas (1192m), Herrerako mendatera iritsiko gara (1100m.) kontrola, Jana eta edana hornitzeko lekua da hau, baita kotxez erretiratzeko 2. tokia ere, pista batetik igoera lasai batek ibilbideko bigarren tontorrera hurbiltzen gaitu, Eskamelo (1292m.), hemen paisaiaz gozatzeko etena egin dezakegu, bi klima ezberdin bereizten dituen marra batetik egingo dugu ibilbidea, hegoaldean Arabar Errioxa bere mediterranean klimarekin eta iparraldean Arabako Mendialdea landareri eta klima Atlantikoarekin, hemendik aurrera pista erosoak bukatzen dira eta ahuntzentzako aproposagoak diren bideak hasten dira, kontu handiarekin, altuerarekin sentitzen diren zorabioak

perfil travesia Sierra Cantabria



ahaztuta eta eskuak erabiliz, Castillo de Vallermosara (1247m.) doazen kresta arriskutsuak (III+) zeharkatuko ditugu, arantza eta sastraka artean doan bidezidor batetik Cerberako gailurrera iritsiko gara (1374m.) , hegoaldeko aldapatik jaitsiera luzea egingo dugu ondoren, otaka horien artean hasieran eta pagadi hezeetan gero Laziturri (990m.) iturriraino iritsiko gara, **Kontrola**, jana eta edana hornitzeko lekua da hau eta baita erretiratzeko lekua ere, ibilbidearen erdian gaude hemen, geure indarrak neurtzeko eta baloratzeko lekua ere bada, geratzen zaigun ibilbidearen zatia gogorrena baita. Ur botilak bete ostean igotzen hasiko gara , pagadietan eguzkia agertzen denean bidezidorraren aldapa handitzen da, hemendik aurrera San Tirso bitartean eguzkipean joango gara ia denbora guztian, babestu eguzkiaren izpiez, Palomareserako igoeran, azkeneko metroan kontuz ibili gure urretik

doazen kideek harriak bota ditzaketelako, Palomares tontorrera iritsiko gara 1446m. , mendikatearen krestatik jarraituko dugu, lepo batera iritsiko gara ondoren, hegoaldeko aldapatik jaitsi eta kanal zail batetik igoko gara, eskuak erabili behar izango ditugu pentsatuz atzetik ere kideak izango ditugula (kontuz, beraz, mugitzen ditugun harriekin), iparraldeko aldapatik jaitsiko gara berriz Mendixkaren jaitsiera iparraldeko aldetik egingo dugu. Gero belartsua den mendi-mazela ertaineko bidexka batetik igoko gara mendixka bateraino: alde batean Larrasa 1452 m dago, zaindu beharreko tontorra da eta haren kontserbazio onerako ez dugu igoko; eta beste aldean, Peña del Castillo 1432 m gailurreraino igoko gara., bidezidor aldapatsu batetik jaitsiko gara pago artean eta bide osoan zehar ikusi ditugun ezpel artean Puerto Toro arte 1202m. **kontrola**, horniketa lekua dago,

hemen jana eta edana eta oinez Lagranera jaitsiz erretiratzeko lekua ere bada, han autobusa egongo da zain, krestatik jarraituko dugu, sastraka artean bidea bilatuz ondoren pago artean Peña Leon gailurrera iritsiko gara (1389m.), kareharri kresta erraza jarraituz mendikatearen bi aldeak ikusiz San Tirsoko gailurrera iritsiko gara (1329m.), baselizan, beheraxeago **kontrola**, bonetaren aldamenetik igaroz bidezidor erraz batetik jaitsiko gara , ipar maldan pagoak hegoaldekoan aldiz arteak eta ametzak izango ditugu lagun, Kripango “nacedero” iturritik pasatuz Kripan herrira iritsiko gara (690m.), hemendik mahasti gari eta garagarraz inguratuta pista batek 5 kilometrotan helmugara eramango gaitu, **Lantziegoko frontoia**, hemen diplomak banatuko dituzte, dutxa beroa, patatak errioxar erara eta ardo ona. **Ibilbidea lorez beteta dago.**