

SOCIEDAD EXCURSIONISTA "MANUEL IRADIER"



Núm. 162 Zbk.
INVIERNO 2003ko NEGUA



XI Concurso Fotográfico “HIRU HAUNDIAK”

XI. Argazki Lehiaketa

Exposición de Fotografías premiadas

-del 22 de Diciembre, al 11 de Enero-

En la sala de exposiciones
LUIS DE AJURIA (c/ General Alava nº 7)
De la Obra Social de CAJA VITAL KUTXA

Organizado y Patrocinado por:





MANUEL IRADIER

TXANGOLARI ELKARTEA

Pintorería, 15 - Teléfono 945 28 65 32
01001-VITORIA-GASTEIZ
www.manueliradier.com

Núm. 162 Zbk. INVIERNO 2003ko NEGUA

Argitaratu/Edita

Manuel Iradier Txangolari Elkarte
Sociedad Excursionista Manuel Iradier
Pintorería 15 – Telf. y Fax 945 28 65 32
01001 VITORIA-GASTEIZ

Lehendakari/Presidente

Fernando Casi

Lehendakariordea/Vicepresidente

Isidro Snz. de Urturi

Idazkari/Secretario

Santi Hierro

Diruzain/Tesorero

Javi Lopez

Sailetak arduradunak/Responsables de las Secciones

Nicanor Baz (Mendiko materiala), Jesús M. Gil Iturritxa (Mendia), Kepa Grajales (lokalak), Aitor Iriarte (korrikalariak), Luis M. Iriarte (Mikologia), Ana Mari Lacalle (taberna ta lokalak), Iñigo Manuel (Algara Dantza Taldea).

Aldizkariko koordinatzaile/Coordinador Revista

Jose María Cossio Cristóbal

Publizitate Kontratazioa/Contratación Publicidad

Jose María Cossio Cristóbal -Telf. 652 706 449

Inprimatu/Imprime

Evagraf, S. Coop.
Alibarra, 64 – Telf. 945 24 55 50
01080 VITORIA-GASTEIZ
e-mail:evagraf@evagraf.com

Ale honetan kolaboratzaileak/Colaboran en este número

Iñaki Gaztelu, Ricardo Hernani, Alfonso de las Heras, Adolfo Reguilón, Luis M. Iriarte, Juanjo Blas

D.L. VI – 150/59

Kideentzat aldizkari hau dohainik da/Esta revista se reparte gratuitamente a los asociados

Azaleko argazkia/Foto portada:
"Monte Perdido"

Gure eskerrak

Nuestro agradecimiento a:

- SUSAETA Seguros
- IZQUIERDO Fontanería y Saneamiento
- Construcciones IGLESIAS-ELIZAK
- Autobuses ALEGRIA
- L&P Fotógrafos
- Fundación CAJA VITAL KUTXA
- ELECTRA VITORIA S.C.I.
- Calzados LANDALUCE
- Comercial DIMAR
- SAU Trofeos y Regalos
- Pyrenaica

Aurkibidea

Sumario

Cruces de Montaña en Araba (... y III).....	2
Micología.....	13
Un círculo casi vicioso.....	20
Así, sí.....	24
La Sierra de Lokiz.....	27

Cruces de Montaña en ARABA (... y III)

Autor y fotos: Ricardo Hernani

PEÑA DEL SANTO (1.042 metros)

Desde Antoñana, en la carretera de Vitoria a Estella, una desviación a mano derecha busca serpenteante entre los bosques el olvidado pueblo de San Román de Campezo. Tras superar Bujanda, aparece por fin **San Román**, a 836 metros sobre el nivel del mar. El aire frío y cortante recuerda el carácter duro de una comarca en la que aún nieva en exceso. El hombre ha ido abandonando progresivamente estas tierras por las que, bajo la atenta mirada de las dos peñas hermanas del Santo y la Muela, discurre el *Camino de la Meseta*. Un cartel a la entrada de la aldea anuncia este sendero de gran recorrido que nace en Girona y muere en La Coruña. Apenas unos metros después, a la altura del humilladero del Santo Cristo, parte a mano derecha la **Calle del Cristo** que conduce hasta la **Iglesia de la Inmaculada** en la parte alta del pueblo (0h). Todos los caseríos que rodean el templo conservan en sus fachadas una cruz de madera que guían los pasos del vía crucis de Semana Santa. El camino a la Peña del Santo resulta evidente. En dirección Norte, se divisa la cruz que la preside así como la oquedad en la roca que acoge la curiosa ermita de San Román. Al Este por su parte se levanta la impresionante mole de la Muela y por último, entre ambas montañas el suave **Portillo de la Casilla**. Tras la iglesia se debe tomar, antes del primer caserío (nº6), una pista que pronto supera unas bañeras a modo de abrevaderos y una alambrada. El camino gana altura (NE) muy lentamente para acceder al citado collado (19') desde el que nace un sendero hacia la base del paredón de la Peña del Santo. Faldeándolo (W) se supera en primer lugar una canal que permite acceder al cordal y que se ha de ignorar para poder de esta forma

visitar la **ermita de San Román** (1010 m. / 30'). Un sin fin de senderos procedentes del pueblo convergen aquí. Cada 24 de octubre son utilizados por los peregrinos para retornar a sus casas. Dentro de la cueva, cerrada al público por una verja metálica sobre la que se puede leer San Román, hay un altar con unos bancos de madera. Tras la imagen del Cristo se aprecia al fondo de la cavidad la talla del Santo, martirizado en el año 303, que mantiene un libro en la mano izquierda y en la derecha lleva la palma símbolo del martirio. Tras disfrutar del paisaje y desandar el sendero bajo la peña (E) se alcanza el paso que permite subir al cordal (34'). Por la pedriza (E), entre bojs y pequeñas hayas, una senda imperceptible conduce al montañero hasta la **cruz de la cumbre** (47').

Vistas:

Al Sur, el pueblo de San Román cayendo a pico, y al fondo la Sierra de Toloño donde destaca la soberbia cima de Peña Alta. En un último plano se divisan las cumbres de la Sierra de la Demanda que anuncian la cercana presencia de la Rioja. Hacia el Este se aprecia el pueblo de Santa Cruz de Campezo y los montes Yoar y Costalera. En esa misma dirección la cercana peña de la Muela a cuyas paredes se acercan diariamente varias parejas de buitres. Infinidad de cotas de nuestra geografía completan una panorámica circular hacia el Norte y el Este.

San Román:

Madoz, en su "Diccionario Geográfico", escribe que la ermita de San Román fue profanada y destruida en la Guerra de Independencia. Luego el



PEÑA DEL SANTO

FICHA TECNICA:

NOMBRE:	PEÑA DEL SANTO
OTROS NOMBRES:	Peña de San Román.
ALTURA:	1.042 metros.
SIERRA:	En ocasiones se considera dentro de los Montes de Izkiz.
HERRIALDE:	ARABA
ACCESOS:	San Román de Campezo.
HOMOLOGACION FVM-EMF:	NO
DIFICULTAD:	Conviene ser prudentes una vez en el cordal debido al impresionante cortado que cae sobre el pueblo.
CARTOGRAFIA:	Servicio Geográfico Nacional y Mapa de Cordales Javier Malo N°B28.
FESTIVIDAD:	Cada año por San Román, el día 24 de octubre.

OBSERVACIONES: Desde el Portillo de LaCasilla, merece la pena visitar la cercana cota rocosa de la Muela (1.057 metros) en apenas veinte minutos de ascensión.

obispo mandó repararla y con ello volvió el culto a esta abertura en la roca. Hoy en día, muchos años después, los vecinos del pueblo homónimo sienten a la montaña santa como algo suyo. Así dispusieron una cruz metálica blanca de dos metros y medio de altura que permitiese divisarla desde la lejanía. Cada 24 de octubre, festividad del Santo, se sube desde el pueblo hasta la ermita donde se oficia misa. Después de esto, y desde la cruz, el cura bendice los campos con el agua y el incienso que se ha acarreado. De la ermita dicen orgullosos que tiene una sola teja y que nunca hay goteras

SAN CRISTOBAL (1.057 metros)

La plaza de Apellaniz (735 m./0h) está dedicada al prestigioso etnólogo alavés Gerardo López de Guereño, padre del que fuera destacado montañero y escritor, Gerardo López de Guereño. Sobre este bello pueblo de la Montaña, pero sin posibilidad de descubrir su cima, se esconde la cruz que corona la cumbre del monte San Cristóbal. Tras admirar el curioso reloj solar, junto a la entrada a la iglesia, el itinerario da comienzo subiendo por la calle del Barrio El Espara hasta llegar a un caserío en el que destacan numerosas colmenas dispuestas para la cría de abejas. La calle se convierte ahora en una pista (SW) que pronto desemboca en



un camino hormigonado el cual conduce hasta una nueva pista que rodea el pueblo. Es desde este preciso punto (4') desde el que parte de frente entre los castaños la senda hacia el portillo de Larrea (SW). El sendero, que se encuentra a menudo embarrado, supera una puerta metálica naranja y a través de un sorprendente castañal en el que algunos ejemplares presentan troncos de hasta ocho metros de diámetro, alcanza un arroyo que abastece a Apellaniz (14'). Unos metros más arriba, rodeada por el hayedo, se encuentra una pequeña presa con un bonito salto de aguas, con el sobrenombre de **Carrantan**, desde el que se percibe ya la cercanía del paso de **Larrea**. Así, en dirección W y siguiendo el muro rocoso de la sierra, ha de recorrerse por terreno desnudo la distancia que resta hasta el mismo (950 m./30'). Sin aventurarse por las grandes campas salpicadas de roca que aparecen frente al montañero, se debe tomar una senda que se abre al W en dirección al cordal. La **Senda del Cartero** como la conocen en Apellaniz rodea una redondeada cota a la derecha y alcanza un collado (37'). Siguiendo esa misma dirección se llegaría tras un largo paseo a la cima del San Justí. San Cristóbal se encuentra no obstante en sentido contrario. Cambiando por lo tanto bruscamente de dirección el itinerario recorre entre el enebro toda la línea de cresta por su borde (NE) hasta el vértice

geodésico que corona la **cumbre** (52'). A su lado, resistiendo el paso del tiempo, se levanta una **cruz** metálica negra de unos dos metros y medio de altura y un buzón de la Excursionista Manuel Iradier que data de noviembre de 1961.

Vistas:

Aparte de los pueblos de las cercanías en dirección Norte, desde esta aislada y despejada cima de los montes de Izkiz se domina desde la Sierra de Toloño hasta Gorbeialdea y desde las peñas de Aizkorri hasta los Montes Obarenes.

Apuntes históricos:

En la cima del monte San Cristóbal, y con esta advocación, se alzaba una ermita cuya ruina se produjo en el siglo XVIII. Posteriormente y durante las guerras carlistas, éstos construyeron un fuerte que tampoco lograría llegar hasta nuestros días. No obstante, desde tiempos inmemoriales y en homenaje al santo protector de los caminos que velaba sobre la vieja ruta de Apellaniz a Arluzea, se levantó una cruz que agradeciera su bautismo a la montaña. Primero fue una cruz de madera que las inclemencias del tiempo se empeñaban en derribar y finalmente la que preside la cima en la actualidad. En una pequeña placa, dañada por el paso de los

años, se puede leer: "San Cristóbal. Club Danok Bat. Sección de Montaña. Vitoria. 3 de Diciembre de 1967". Cuentan en el pueblo que cada 3 de Mayo se subía con el cura a bendecir esta cruz así como las otras tres existentes en las cercanías.

FICHA TECNICA:

NOMBRE:	SAN CRISTOBAL
ALTURA:	1.057 metros.
SIERRA:	Izkiz.
HERRIALDE:	ARABA
ACCESOS:	Apellaniz, Arraja-Maeztu.
HOMOLOGACION FVM-EMF:	SI
DIFICULTAD:	Conviene no despistarse una vez alcanzado el portillo de Atxartea. Son llanuras muy amplias surcadas por infinidad de senderos y en donde la niebla puede jugar una mala pasada.

CARTOGRAFIA: Servicio Geográfico Nacional y Mapa de Cordales Javier Malo N°B28.

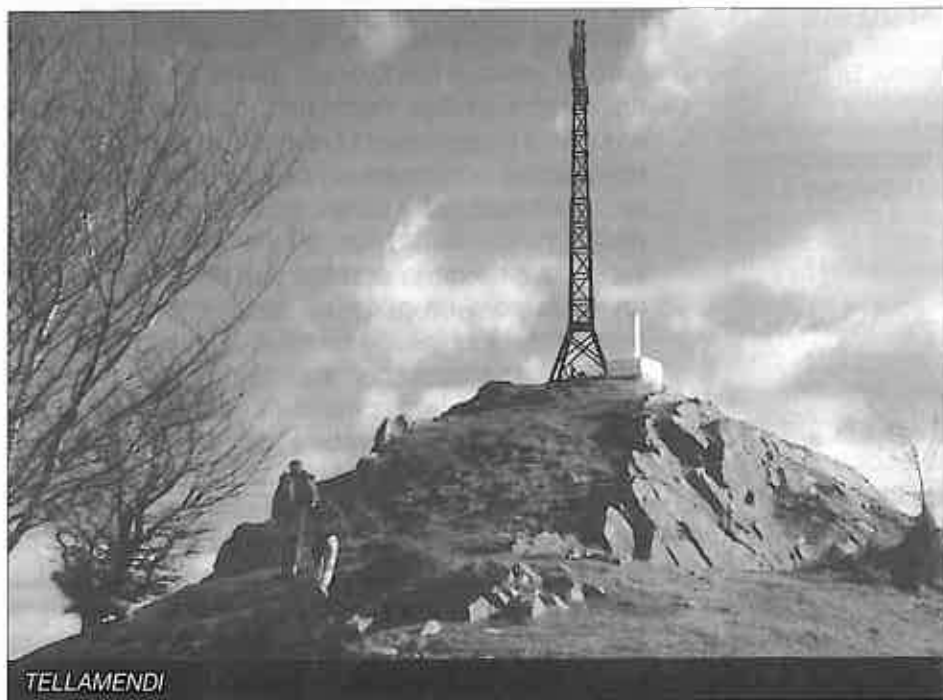
FESTIVIDAD: El 3 de Mayo antiguamente.

OBSERVACIONES: Desde la cima de San Cristóbal, San Justo se convierte al Este en una tentación. En su Cueva de las Señoritas buscaron refugio hace muchos años dos mujeres enfermas por la peste a las que habían expulsado de Apellaniz. Durante largo tiempo lograrían sobrevivir con lo alimentos que les dejaban en los alrededores.

TELLAMENDI (835 metros)

Ibarra se halla situado en el centro geográfico del Valle de Aramaio donde los territorios históricos de Bizkaia, Araba y Gipuzkoa se abrazan a la altura de Betsaide bajo la atenta mirada de dos colosos: el Anboto y el Udalatx. A tres kilómetros del anterior núcleo, el más poblado de los barrios que componen el valle, concurren bajo las peñas de Izpizte los caseríos que componen **Gantzaga** (495 metros s.n.m.). La iglesia, que tiene anexas la abadexea y el camposanto, forma con los caseríos **Beetikoa y Uxarte** una pequeña plaza donde aparcar el coche. Se ha de comenzar a caminar siguiendo el trazado de la carretera que termina junto al caserío **Linatza** (2'). Una pista hormigonada asciende entonces de frente con fuerte pendiente en dirección a los últimos *baserris* de las proximidades, entre ellos el caserío de agroturismo Muru. No obstante y a la derecha del caserío Linatza surge una pista de gravilla que conduce con rapidez hasta una bifurcación (4'). Por la opción de la derecha se accede a una vivienda; por lo que eligiendo la otra alternativa se da inicio a la verdadera ascensión que, superando una fuente (8'), discurre en su mayor parte por el pinar. Al llegar a un **hayedo** (30'), se pueden ver las señales que delimitan el actual Parque Natural de Urkiola. Tan sólo faltan ya los últimos repechos para alcanzar el cordal (730 metros / 35'). Una señal dispuesta por la Diputación indica el camino hacia Arrazola

(1h15') y Errotabarri (1h). En sentido contrario, hacia el Este, destaca la apacible figura del Tellamendi con los pastizales que trepan hasta su cima. La pista discurre junto a una curiosa **estela** de piedra (40') para llegar a morir a la altura de una **borda** en el límite del pinar (42'). El camino es fácil. De frente (E), recorre los verdes prados que en sus últimos metros se escarpan para acceder a la **cumbre** (1h). Un vértice geodésico hace compañía a la inmensa y vieja **cruz** que la preside. En su base el buzón reza por una cara: 'Belamendi 827 metros / 43ª 4" N 1º 8" E / 1976 Urtarrillaren 24 an'; en la otra cara se lee: 'Orixol Mendizale Elkarteak Berriztutakoa / Ekai-nak 10' n'.



TELLAMENDI

Vistas:

Al Norte destacan el modesto Memaia y el imponente Udalatx así como, en un plano anterior, los hitos que presiden el Betsaide. Al Este se domina Arrasate-Mondragón y el monte Murugain, mientras al Sur se abre en su plenitud el Valle de Aramaio, con el núcleo de Ibarra, cabecera del Valle, ocupando un lugar privilegiado en el mismo. Para finalizar, hacia el Oeste, se dispone de una espléndida panorámica del Anboto y de las peñas de Arangio.

Historia de una cruz:

Sobre la antigua estructura metálica, de unos siete metros de altura, que forma el monumento se mantienen dos placas con las siguientes leyendas: 'Agur / Belamendiko Gurutz Deuna / Aretxabaletan egin eta / Aramayotarrak jasorikua / Zabaldu egizu ibar onetan / gizarte pakea ta zoriona / JEL / 1935 gko irailaren 15'n / 871 n. goitasuna'. En la chapa inferior se puede leer: 'Lurgorrik jaso nindun / lerkaiak irauli / berriz zutik nauzute / ezker herriari / mendi tontor honetan / guzion zaindari / gurutze honen bir-jasotze eguna / 1977 martxoan 5'an'.

Tal como rezan las placas, la cruz del Belamendi fue erigida por el grupo montañero Lurgorri de Aramaio el 15 de septiembre de 1.935. El 1 de Enero de 1.977 fue derribada con explosivos por la Guardia Civil al estar coronada por una ikurriña unida a un paquete sospechoso del que pensaron que podía tratarse de una bomba. La cruz fue reconstruida de inmediato por el pueblo tomando parte en ello todos los partidos políticos así como personas de todo credo y condición. Se inauguró de nuevo el 5 de Marzo del mismo año en un acto en el que los sacerdotes del valle de Aramaio concelebraron una misa. Ofició de presidente Don Benito Nafarrete que había actuado de monaguillo en la primera erección.

UMION (1.434 metros)

La entrada a **Cubilla de la Sierra** (1022 metros) por la sinuosa y parcheada carretera que da acceso a este núcleo conduce directamente al pilón donde acostumbra a abastecerse con parsimonia el ganado del lugar. A ambos lados del mismo nacen dos calles que ganan altura con suave pendiente. Tomando la que parte a la izquierda se encuentra, en la zona alta del pueblo, una nueva **fuentes abrevadero**. Los naturales de Cubilla resumen la ascensión al Pico dominante de la comarca con un "Hasta el pilón y luego derecho para arriba". Así y una vez en marcha, se ha de escoger la pista que a la izquierda acerca a través de un fuerte barrizal hasta el mencionado **pilón**. El camino continúa entre verdes pastizales, ganando altura en amplios zig-zags que le permitan sortear las primeras y duras estribaciones de la montaña. Pronto la cruz se hace visible al NW debiendo encaminar los pasos hacia el hayedo que puebla la vertiente suroccidental de la cumbre. La pista muere finalmente junto a un **pilón** de aguas cristalinas (30'), momento en el cual, se abre a la derecha (N) una senda que permite acometer mediante duros y cortos serpenteos la empinada pendiente. Tras superar un rústico **abrevadero** compuesto por dos viejas bañeras (45') se dan los últimos y cansinos pasos para acceder al amplio **circo** coronado por la cruz del Umión (52'). Un solitario **peñasco** se convierte ahora en el punto de referencia (NW). Una vez se ha rodeado, el sendero se dibuja nítido hacia la base del cordal rocoso (1h15'). A la izquierda se ha de seguir pegados a la base del roquedo hasta

FICHA TECNICA:**NOMBRE:**

TELLAMENDI

OTROS NOMBRES:

Belamendi, Bellamonte y Tellamonte en diferentes documentos. En los documentos más antiguos que se han podido examinar, fechados en 1567, aparece como Belamendi. En el siglo siguiente se le denomina Bellamonte en varios escritos y por último hace cuarenta años su apelativo más común resultaba ser el de Tellamonte. El más apropiado parece ser el de Belamendi o monte de las cornejas.

ALTURA:

835 metros

HERRIALDE:

ARABA

ACCESOS:

Gantzaga (Aramaio) y Arrazola.

HOMOLOGACION FVM-EMF: SI**DIFICULTAD:**

Ninguna en especial para este bello paseo sobre el paisaje de Aramaiona.

CARTOGRAFIA:

Servicio Geográfico Nacional y Mapa de Cordales Javier Malo NºB21.

FESTIVIDAD:

Ninguna.



descubrir el paso que le resulte a cada uno más cómodo. Un sencillo **canal** de unos cinco metros da paso entonces a la lomada final. A la derecha (ESE), con parsimonia, se alcanza la **Cruz del Umión**. El paisaje bien merece el esfuerzo.

Vistas:

Panorámica circular que comienza al Norte con la Sierra de Arzena en un primer plano e innumerables sierras tras ésta, entre las que destacan Gorbeialdea y las Peñas del Duranguesado. Bajo nuestro pies y en esa misma dirección, el embalse de Sobrón del río Ebro, Orbañanos, Santa María de Garoña, Plágaro,... Al Este destaca la planicie castellana mientras al Sur se alzan los Montes Obarenes y de La Verdina con la nevada cumbre del San Lorenzo al fondo en tierras riojanas. Al Oeste por último la vista se detiene en Frías y los Montes de Valdemoro. Cuentan los pastores que en los días claros es posible divisar nueve provincias y enumeran las siguientes: Bizkaia y Araba(Gorbeia), Gipuzkoa (Aizkorri), Navarra (San Donato-Beriain), Zaragoza y Soria (Moncayo), Rioja (San Lorenzo), Burgos (San Millán), finalmente

Cantabria y Palencia con el Pico Tres Mares en Alto Campoo.

Historia de una cruz:

La cima del Umión se encuentra presidida por una gran cruz metálica, visible a largas distancias, que alcanza los diez metros de altura. En el centro, sobre una base cilíndrica de cemento en la que están representados los cuatro puntos cardinales, se puede leer: "Homenaje al monte Humión. Monte Humión, que guardas con celo la tierra y el valle de Tobalina y a cuyas sombras, sus gentes en su quehacer se cobijan, tu perenne centinela que en el alfoz de Castilla ha sido testigo mudo de fatigosos trabajos, por crear progreso y riqueza. Por tu silencio, por tu planta de caballero, altivo por los servicios prestados de constante vigilancia y por haber dado tu nombre a este grupo montañero, recibe el homenaje de esta cruz que permita te divisen desde lejos y se acerque más a Dios el que corone tu cima. Grupo de Montaña Humión (29.1.83)". La idea de elevar esta cruz partió de un grupo de trabajadores de la cercana central nuclear de Garoña aficionados a la montaña. Así y con anterioridad a

la fecha señalada decidieron coronar la montaña más alta del Valle de Tobalina con un hito montañoso. Tras decantarse por una gran cruz se encargaron de construirla por sí solos en los talleres de la propia central. La cruz, la primera que preside la cima, se inauguró el 29 de enero de 1983. Desde entonces, cada segundo o tercer domingo de junio, el Grupo de Montaña Umión, como se autodenominan aquella docena de entusiastas iniciales, convoca a los pobladores del Valle a una fiesta de hermandad en torno al monte Umión. Desde Orbañanos, Santa Marina de Garoña, y cada vez más, desde Cubilla de la Sierra, numerosos vecinos acometen las laderas de la montaña hasta alcanzar la cruz. Junto a ella se celebra una misa presidida por un sacerdote generalmente cedido por el cercano monasterio de Santa Gadea del Cid. El paraje de Fuentehiedramo, en las cercanías de Cubilla, acoge la posterior comida de hermandad.

FICHA TECNICA:

NOMBRE:	UMION
OTROS NOMBRES:	Humi6n
ALTURA:	1.434 metros
SIERRA:	Montes Obarenes
HERRIALDE:	ARABA (La montaña se encuentra enteramente en Burgos)
ACCESOS:	Cubilla de la Sierra, Santa Marina de Garoña y Orbañanos, todos ellos en Burgos.
HOMOLOGACION FVM-EMF:	SI
DIFICULTAD:	Ninguna destacable que no sean las inc6modas garrapatas. Conviene por lo tanto examinarse, de vuelta en casa, dadas las peligrosas molestias que estos bichitos pueden ocasionar.
CARTOGRAFIA:	Servicio Geogr6fico Nacional y Mapa de Cordales Javier Malo N6B9.
FESTIVIDAD:	Aualmente el segundo o tercer domingo del mes de Junio.
OBSERVACIONES:	Desde el Umión es frecuente proseguir en travesía de menos de una hora hasta la cima del Flor coronada por un vértice geodésico.

VILLASECA, ALTO DE (700 metros)

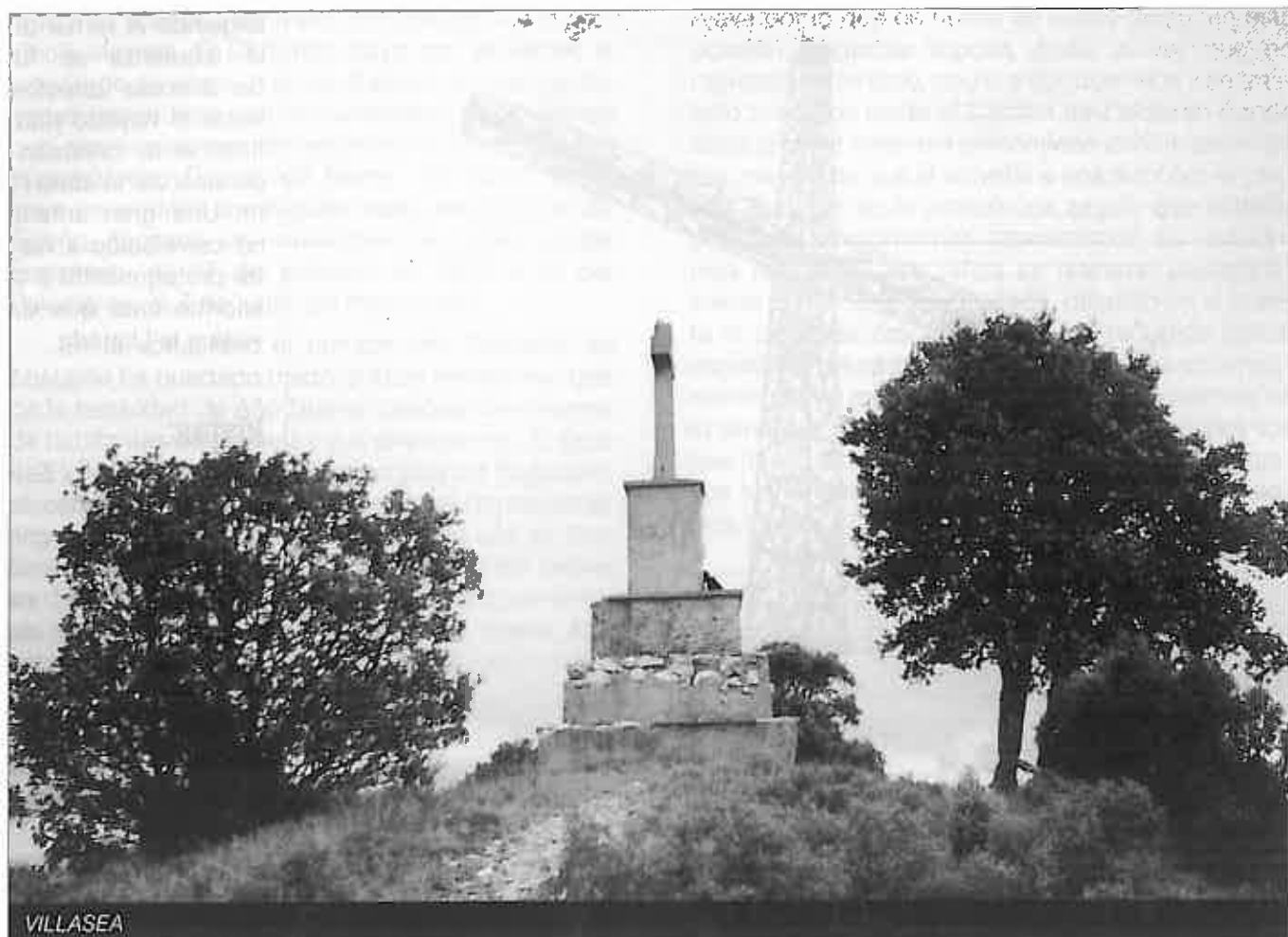
Aproximadamente seis kilómetros antes de llegar a Urizaharra-Peñacerrada, procedentes de Vitoria por el puerto del mismo nombre, parte a mano derecha una estrecha desviación que conduce a la apartada aldea de **San Martín Zar**. La carretera continúa de frente en dirección a Taravero y Villanueva. San Martín, constituye sin embargo el acceso más utilizado por los escasos coleccionistas de cimas que se acercan hasta estos solitarios parajes. Desde la iglesia (0h), a cuyo lado destaca una antigua bolera, es posible divisar los modestos Altos de Villaseca hacia el NW, así como el trazado del itinerario que desde el pueblo se dirige hacia la cruz situada en la cota central. Bajando por la calle, se superan dos caseríos (nº2A y nº5), tras los cuales ha de tomarse a mano derecha una pista, primero de hormigón y después de tierra (2'), que llaneando junto a una pequeña hilera de manzanos gana altura con suavidad hasta cortar el cordal procedente de la cumbre. Desde este collado (9') parten varios caminos que enseguida convergen en un único sendero sobre el cordal y que conducen hasta la cruz de la cima. Salvo el monumento religioso no hay ningún otro hito que señale la cumbre.

Vistas:

Sobre la cima de Villaseca se percibe una extraña sensación de soledad y abandono. Probablemente el mismo que desde años atrás va carcomiendo con lentitud las actuales tierras y pueblos del Condado de Treviño. Así hacia el Norte y el Este se abren extensos y cobrizos campos de labranza sin apenas rastros de presencia humana. También hacia el Norte, se recorta sobre el horizonte la silueta del gigante de la zona, el Cerro con sus más de 900 metros de altura y en cuyas estribaciones se mantiene desangelada la ermita de San Andrés. Hacia el Sur se contemplan los tranquilos pueblos de San Martín Zar y Taravero con la carretera que los une. Mientras, hacia poniente, las lejanas chimeneas de la papelera de Miranda de Ebro nos recuerdan con sus humos la otra realidad.

Historia de una cruz:

Sobre las rojizas tierras del Alto de Villaseca se alza una cruz de cemento de unos cinco metros de altura cuya base forma varios escalones. Una placa permite leer en su frontal: 'Año Santo / Misión / 17-9-50 / Arana / Moraza / Dordoniz / Moscador / Taravero / Villanueva / S. Martín Zar'. Una estatua



idéntica en características físicas y motivos político-religiosos a la que preside el monte Olaritzu sobre Vitoria.

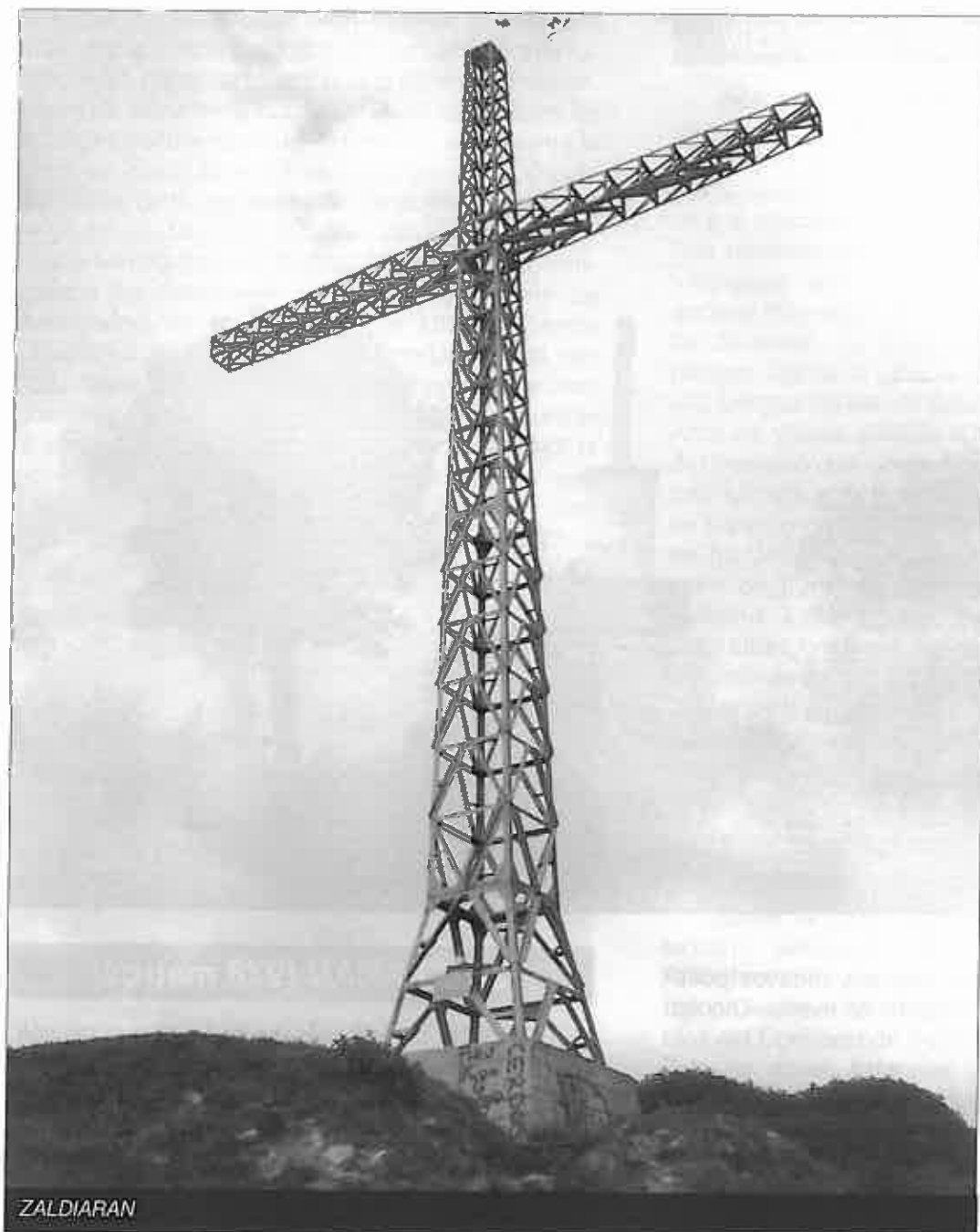
FICHA TECNICA:

NOMBRE:	ALTO DE VILLASECA.
ALTURA:	700 metros
HERRIALDE:	ARABA (Condado de Treviño).
ACCESOS:	San Martín Zar y Taravero.
HOMOLOGACION FVM-EMF:	NO
DIFICULTAD:	Excursión muy breve, interesante para combinar con circuito turístico por la comarca.
CARTOGRAFIA:	Servicio Geográfico Nacional.
FESTIVIDAD:	Ninguna.

OBSERVACIONES: Se trata sin duda alguna de la excursión más fácil de todo el territorio.

ZALDIARAN (978 metros)

La mayor parte de los montañeros que tan sólo se acercan al monte Zaldiaran para hacer cumbre en el mismo, comienzan su excursión en el puerto de La Piedra. Recorren de esta forma una pista asfaltada muy fácil de seguir que conduce tras media hora de marcha al monumento que corona la cima. Es una opción que no se debe descartar de antemano, en especial por aquellos aficionados que, tras desplazarse desde provincias limítrofes, se encuentren a su llegada con un día de climatología adversa. Pero si por contra, el tiempo acompaña y hay ganas de conocer la verdadera dimensión de una montaña que la carretera al puerto ha ayudado a domesticar, existe una alternativa que es la que emplean cada festividad de año nuevo los centenares de personas que celebran el evento recorriendo el camino a la cumbre desde **Vitoria-Gasteiz**. Desde la capital y por terreno urbano se debe andar el camino que acerca a la aldea de **Berroztegieta** desde donde comienza la verdadera ascensión (0h). Junto al chalet más cer-



cano al bosque se ha de tomar un ancho camino que pronto conduce hasta una bifurcación. Por el camino de la derecha se da seguidamente alcance a la carretera en la que se converge con el sendero de gran recorrido GR-25, el cual hay que seguir para cruzar así un pinar hasta una pista. Ganando altura por ella se toma enseguida, por un bosque de robles, un sendero a la izquierda con lo que se abandona el GR-25. Se sube así decididos hasta el cresterío por el que se alcanza la cota de **Ugartximendi**. Siguiendo el cordal se accede a un pequeño collado donde se dan cita varios caminos.

Eligiendo el ramal de la izquierda se ha de avanzar directos hacia el hayedo para finalmente crestean-do alcanzar la **cima** (1 h). Una gran antena ha contribuido a res-tar protagonismo a la enorme cruz que da vista a la Llanada.

Vistas:

Desde el Zal-diaran se domina la Llanada alavesa con Vitoria-Gasteiz en un primer plano así como los montes de la divisoria, entre los que destacan las ele-vadas cotas de Gor-beia, Anboto, Aizkorri y Aratz, recortándose en el horizonte.

Un monte emblemático:

La primera cruz que existió en la cima del Zaldiaran fue una cruz de madera dis-puesta, entre otros, por los conocidos montañeros alaveses Juan de Salazar y Gerardo López de Guereñu. La cruz se transportó en un carro de bueyes hasta Berroztegieta desde donde se subió a hombros hasta la cumbre. Posteriormente en el año 1950, y construida con los materiales de la antena de Radio Vitoria situada en la calle Olaguibel de la capital, se construyó una nueva cruz obra también de Juan de Salazar y a la que contribuyó la Caja de Ahorros de Vitoria al celebrarse por aquellas fechas su centenario. La fecha de la inauguración fue el 12 de Noviembre de 1950. Un año antes, por la festividad del Pilar, tenía lugar la primera salida montañera de la Sociedad Excursionista Manuel Iradier que a posteriori aglutinaría a los aficionados con más

solera no sólo de Vitoria sino del conjunto de la provincia alavesa. El Club hizo suya con el tiempo la pasión de su socio Juan de Salazar de coronar las cimas con cruces y así se sucedieron coincidiendo con algunos de sus aniversarios los izados de las denominadas *Cruces de hierro*. El paso de los años ha evitado que lleguen hasta nosotros la del Toloño, fechada en noviembre de 1956, la del Escamelo, el 13 de octubre de 1959 o la del Palomares, el 7 de junio del mismo año.

En la actualidad el nombre del Zaldiaran no obstante ha quedado unido al ritual montaño que cada festividad de Año Nuevo celebran centenares de habitantes de Gasteiz y sus alrededores. Al igual que los bilbaínos suben a las campas del Pagasarri, los vizcaínos a la cruz del Gorbeia, los donostiarras eligen el Adarra y los navarros se dan cita en San Cristóbal o en Beriain, los alaveses, unidos desde su cima a todos los anteriores, renuevan sus energía para el nuevo ciclo viendo cada nuevo año amanecer sobre la mismísima Llanada.

La Mora del Zaldiaran:

Los Montes de Vitoria se encuentran jalonados por varios puertos de comunicación, uno de los cuales, a través de la cumbre del Zaldiaran, unía la Llanada alavesa con el Condado de Treviño. Durante la Alta Edad Media, a diferencia de la Baja Edad Media, en la que se flanqueaban valles y ríos con torres y casas-fuertes, el paso por estas elevaciones estaba presidido por el castillo de Zaldiaran del que no queda ningún resto en la actualidad. Cuenta una leyenda que en el Castillo del Zaldiaran vivía un señor llamado Don Pedro que estaba casado y que era famoso por su valentía en la batalla. Cuando los moros invadieron la península y llegaron hasta las puertas del castillo, Don Pedro se puso al frente de sus tropas pero fue herido en un costado y al verle sus soldados caer del caballo, pensaron que había muerto emprendiendo por ello la retirada. Don Pedro no murió y fue curado durante su convalecencia, preso en una cárcel árabe, por una bella mora de la que posteriormente se enamoró y con la que tuvo dos hijos, olvidándose de su esposa cristiana. Pero tras los años de guerra vino la paz y Don Pedro comenzó a sentir nostalgia por su tierra. Así decidió regresar a Alava, no sin antes prometer a su esposa árabe que volvería a por ella y a por sus dos descendientes. Al reencontrarse en Vitoria con su antigua señora y sus excompañeros de armas fue objeto de una gran bienvenida y se le concedieron importantes cargos junto al Conde de

Alava por lo que de nuevo se olvidó de su, en esta ocasión, segunda esposa. Esta, al ver que no regresaba a su lado, cogió a sus dos hijos y se trasladó con ellos hasta el Castillo de Zaldiaran donde le aguardaba cada día peinándose con un peine de oro, segura de que él volvería a aparecer por el castillo. Una vez se le acercó una zagala que andaba por aquellos contornos apacentando su ganado; mas la mora y sus niños se retiraron aceleradamente al interior de su morada, dejando en la puerta el peine de oro, que luego fue recogido por la zagala. La mora le persiguió diciéndole continuamente: dame mi peinedere hasta que la pastora se lo devolvió. Desde entonces han sido muchos los que han intentado ver a la mora por las inmediaciones sin tenerse noticias de nadie que lo haya conseguido.

FICHA TECNICA:

NOMBRE:	ZALDIARAN
OTROS NOMBRES:	A principios de siglo empezó a llamarse <i>La silla de montar</i> , y en verdad que la representa. Esta denominación no llegó a prosperar, siendo más afortunada que el <i>Monte del Pico (Mendizorrotz)</i> y el <i>Monte de la tortilla (Mendizabal)</i> , cambios de la misma época y que está costando mucho desarraigar.
ALTURA:	978 metros
SIERRA:	Montes de Vitoria
HERRIALDE:	ARABA
ACCESOS:	Desde Berroztegieta, partiendo del mismo pueblo o desde Vitoria y más fácilmente desde el Puerto de la Piedra.
HOMOLOGACION FVM-EMF:	SI
DIFICULTAD:	Paseo familiar apto para todos los públicos y que los más comodones recorrerán desde el puerto.
CARTOGRAFIA:	Servicio Geográfico Nacional.
FESTIVIDAD:	Año Nuevo desde al menos 1.947.

BIOGRAFIA

- "Itinerarios ecológicos de Alava" de Autores varios, Gobierno Vasco (1988).
- "25 Excursiones por Alava" de Luis Pedro Peña Santiago, Ediciones Txertoa (1987).
- "Por la Rioja alavesa a pie" de Luis Pedro Peña Santiago, Ediciones Txertoa (1992).
- "El libro de Laguardia" de Miguel Ballesteros, Diputación Foral de Alava (1982).
- "Salvatierra, guía para una visita". Folleto de la Diputación Foral de Alava (1985).
- "Apuntes históricos de Salvatierra" de Fortunato Grandes, Imprenta Provincial de Vitoria (1905).
- "Monasterios Altomedievales del Occidente de Alava" de Saturnino Ruiz de Loizaga, Diputación Foral de Alava (1982).
- "Cruceros en Alava" de Esteban Martínez, Diputación Foral de Alava (1989).
- "Alava, solar de arte y de fe" de Julián Cantera, Caja de Ahorros de Vitoria (1962).
- "Andra Mari en Alava" de Gerardo López de Guereñu, Diputación Foral de Alava (1982).
- "El Valle de Zuya" de J. Olabarria, Caja de Ahorros de Vitoria (1973).
- "Ermitas y Santuarios Marianos de la Diócesis de Vitoria" de Alfonso M^a Abella, Caja Provincial de Alava (1987).
- "El Valle de Leniz" de José Letona Arrieta y Juan Leibar.
- "Montes de Araba" de José A. Gil García, Sua Edizioak (1994)
- "Caminos de Alava: Espejo" de José A. Gil García, Diputación Foral de Alava (1993).
- "Historia del Santuario de N^a S^a de Angosto y del Valle de Gobeia de la M.N. y M.L. Provincia de Alava" de Eleuterio de la Inmaculada. San Sebastián (1943).
- "100 cumbres y rincones de la montaña vasca" de Luis Pedro Peña Santiago, Ediciones Elkar (1990).
- "Santuario de Ntra Sra de Oro" de Julián Olabarria. Edita Cofradía de Ntra Sra de Oro (1968).
- "Santa María de Oro" de José Iturrate. Edita Junta Rectora del Santuario (1997).
- "Ayer y hoy del Valle de Aramaiona" de Jesús M^a Elejalde, Diputación Foral de Alava (1989).
- "Ermitas y Caminos del Valle de Aramaiona" de Jesús M^a Elejalde, Diputación Foral de Alava (1986).
- "Gorbea" de Luis Pedro Peña Santiago, Ediciones Elkar (1986).
- "Gorbea". Federación Vasca de Montaña (1984).
- Revistas Pyrenaica, Colección Mendiak, Boletines de la Sociedad Excursionista Manuel Iradier, Servicio Cartográfico del Ejército, Mapas de cordales de Javier Malo, etc.

Agradecimientos:

Este trabajo no hubiera sido posible sin la colaboración desinteresada de las siguientes personas y organizaciones:

Kepa Grajales y Luis M^a Iriarte de la Sociedad Excursionista Manuel Iradier; Jesús Elejalde, párroco de Aramaiona; Isabel Guridi de Eskoriatza; Rafaela Hernández y Fernando Llorente de Santa Marina de Garoña; José Antonio Fernández García de Miranda de Ebro; Eduardo Calleja, párroco de San Román de San Millán; Férmina, la cuidadora de la ermita de San Román de Campezo; Juan Carlos Navarro del Grupo Alpino Goikogane de Laudio; Juan Manuel Salazar del pueblo de Espejo; Fede Arruti de Bilbao; el Club Mirandés de Montaña y tantos otros que en mayor o menor medida respondieron a mis preguntas y mi curiosidad.

Nota: En el tiempo transcurrido desde la redacción del artículo hasta su publicación puede haberse alterado el estado de algunas de las cruces objeto de este estudio así como levantarse de nuevo algunas que cuando el autor recorrió la geografía alavesa no se encontraban en pie.

Micología

Autor: Luis M. Iriarte

Una faceta interesante de la cultura popular que conviene cultivar y estimular es el estudio de los Hongos: la "MICOLOGÍA". Y lo que más interesa al aficionado, es su aparato reproductor. El Carpóforo o Seta.

La recolección de setas es un placer. Llega a apasionar tanto como la caza o la pesca, con las cuales tiene puntos de contacto, pues tienen el incentivo de la búsqueda, de la sorpresa y de la satisfacción, al conseguir el trofeo. Es también un deporte que ayuda a mantener la salud o a recuperarla, ya que el lugar de recolección de las setas son los grandes bosques y las hermosas praderas... Pero ocurre que mucha gente tiene una idea peregrina sobre las setas: las temen como se teme a lo desconocido, suponen que detrás de ellas, aunque sean especies conocidas como comestibles, están las circunstancias fortuitas que, en un momento dado, las harán venenosas para matar a traición. Y es que todos los años se dan, absurdamente, demasiados accidentes, al confundir las especies venenosas con las comestibles. Lo lamentable es que los "conocedores de setas" suelen ser víctimas de estos accidentes, haciendo víctimas a los demás porque no son tales conocedores sino gentes guiadas por un número insuficiente de caracteres para distinguirlos. A estos "conocedores" les ocurre que han tenido la suerte de no tropezar con una seta venenosa donde habitualmente recolectan sus setas.

Muchas veces al salir al monte en busca de setas no sólo encontramos el beneficio de la salud y el descanso del espíritu sino que lo completamos con el hallazgo de buenos ejemplares y con el premio final de poder saborear un buen plato de setas como remate feliz de la excursión. Pero para ello es imprescindible tener unos mínimos conocimientos que nos permitan distinguir las setas que podemos

consumir sin peligro de las mortales y de las tóxicas no mortales. Si no conocemos las setas que encontramos, debemos respetarlas por si otra persona puede sacar partido de ellas (estudio, fotos, etc.). También podemos recoger algunos ejemplares (2 ó 3) de esa desconocida especie para que nos asesore un experto. Aconsejamos la mayor prudencia al recolectar setas, eligiendo únicamente las que tenemos plena seguridad de que son comestibles, que se encuentren en buen estado y no recolectar más de las que podemos consumir, porque con las setas es de tontos dárselas de valientes. Y no sólo debemos escoger bien las setas sino también al experto que nos asesora, porque hay falsos entendidos que dan como comestibles a setas que lo mismo son buenas que tóxicas y sólo una verdadera suerte les ha librado a sus asesorados de un error que pudiera haber resultado fatal.

El presente trabajo (que se publicará periódicamente en esta revista) se divide en dos grandes temas. Por un lado los capítulos dedicados a las generalidades sobre setas y por otro los temas que tratan de su clasificación y descripción. En las generalidades, junto a los capítulos clásicos de divulgación, hay otros en los que se procura estudiar los distintos caracteres macroscópicos, señalando las diferencias que puede haber en cada una de las partes que componen una seta, así como los llamados caracteres organolépticos que, aunque son todos los que se pueden percibir por los cinco sentidos, en micología se suelen referir preferentemente al color, al olor y al sabor. Algunos artículos son un poco más técnicos, como los que se refieren a las esporas o a las intoxicaciones producidas por el consumo de setas. Se expone también, entre otras cosas, algo sobre gastronomía de setas y un glosario que define a las palabras técnicas.

Desde luego que no se puede pretender aprender a clasificar una seta de la noche a la mañana comparándola con dibujos o fotografías o siguiendo una clave por muy bien hecha que esté; para eso hace falta años de práctica. Pero no hay duda de que a esta práctica se la ayuda de forma decisiva con dibujos, fotografías y claves de clasificación que se pueden ir comparando y desarrollando, ante los ejemplares recolectados, siempre que se pueda, reduciendo de esta manera el tiempo de aprendizaje. También se puede reducir el tiempo de aprendizaje saliendo muchas veces en busca de setas acompañado de un buen micólogo. Es posible que sea éste el procedimiento más rápido y práctico para empezar a conocer las setas, pero es muy interesante que se remache este conocimiento con los libros de una buena biblioteca micológica.

Si es cierto el dicho de que hubo un tiempo en que un mono podía trasladarse de los Pirineos a Gibraltar sin bajarse de los árboles, no hay duda de que ese magnífico arbolado se ha conservado por mucho tiempo en nuestro País, que no hace muchos siglos constituía un inmenso bosque cruzado solamente por estrechos valles.

Por su clima y vegetación puede decirse que es un lugar ideal para que en él se desarrollen todo tipo de setas. Y así ocurre. Pero, a medida que la afición cunde y aumenta el número de "setalaris", van desapareciendo las setas más exquisitas. Esto se debe a la tala masiva de robles, castaños, hayas, etc. y a la sustitución de estos árboles nobles por los comerciales pinos, de más rápido desarrollo. Así que, poco a poco, disminuyen los "Gorringos" (*Amanita caesarea*).



Amanita caesarea

Las "Urretxas" (*Russula cyanoxantha*).



Russula cyanoxantha

Los "Hongos negros" (*Boletus aereus*), etc.



Boletus aereus

Y aumenta el número de "Níscalos" (*Lactarius deliciosus*).



Lactarius deliciosus

Pero no hay que desanimarse. Aún quedan bosques maravillosos en Álava y Navarra. También los hay en algunos lugares de Guipúzcoa, aunque con menos profusión, y muy pocos en Vizcaya, por lo que de las provincias vascas es la que menos cantidad y variedad posee del Reino Fungi.

Sin embargo, la afición de los vizcaínos a la búsqueda y consumo de setas, no es menor que la de los alaveses, guipuzcoanos y navarros. Habrá muy pocos lugares en el mundo –quizá Suiza y Cataluña– donde haya tal porcentaje de seteros y de tanta calidad como en el País Vasco. Aquí abundan muchísimo los aficionados anónimos que clasifican las setas de forma perfecta; leen todo lo que encuentran relacionado con ellas; coleccionan libros, revistas, láminas y todo lo que pueda aumentar sus conocimientos sobre hongos.

No hay la menor duda de que en el País Vasco se han consumido las setas desde los tiempos más remotos. Me imagino que sería uno de los platos predilectos de "BASAJAUN" (Señor de los bosques). Más tarde habrán servido de ayuda en la alimentación de aquellos montaraces antepasados nuestros.

Creo, sin embargo, que no era mucha la variedad de setas consumidas, y me baso en que no hay, o por lo menos no puedo encontrar, el nombre en euskera de todas las setas que yo quisiera. Las que lo tienen, no obstante, se conocen por muchos y diferentes nombres según las regiones. Muchas setas se consideraban venenosas, o por lo menos sospechosas, y no se tomaba interés por ellas. Ahora se sabe que son comestibles, pero se han quedado huérfanas de nombre en euskera. No he podido encontrar el nombre vasco de setas de tanto consumo como "Lengua de vaca" (*Hydnum repandum*), "Platera" (*Clitocybe geotropa*) y "Pardilla" (*Clitocybe nebularis*). En los Boletos, sí exceptuamos *Boletus edulis* y *Boletus aereus*, solamente veo *Boletus luridus* con el nombre de "Beyonyoa" (Hongo de vaca), nombre que también se suele dar a *Boletus edulis*.



Clitocybe geotropa



Clitocybe nebularis

Boletus luridus era uno de los llamados "Errementi-onyo" (Hongo de herreros), que eran los Boletos de poros rojos y entonces estaban considerados todos como venenosos.



Hydnum repandum



Boletus luridus

Algunos nombres, como "Ide-beia", es posible que sólo sean la traducción literal del castellano (Lengua de buey).

Las setas, en general, se llaman en euskera: "Perretxikuak", "Susak", "Zizak", "Onduak", "Onyoak", "Ontoak", etc. Aranzadi (Catedrático en la Facultad de Farmacia de la Universidad de Granada y Dibujante científico que fue en el Museo de Historia Natural de Madrid) distingue como "Onduak", "Onyoak" y "Ontoak (hongos) a los Boletos, o sea a los que tienen tubos y poros en la parte inferior del sombrero; "Perretxikuak" (Perretxicos), a los que en la parte inferior tienen láminas situadas como las varillas de un paraguas, y "Susak o Zizak" a aquellas cuyas láminas son menudas, de poco espesor, y la carne, en comparación, es más gruesa.

EL MUNDO DE LOS HONGOS

GENERALIDADES

Se ha convenido en situar a los hongos en el Reino Vegetal, pero se duda aún si en realidad alguno de ellos pertenece a este Reino o al Reino Animal. Su vida sedentaria y su reproducción por esporas son propios de vegetales, pero su alimentación, el nacimiento de sus frutos (las setas) dentro de un "huevo" y la presencia de glucógeno (hidrato de carbono semejante al almidón) en sus tejidos, les hace emparentarse con los animales. Piensan algunos que quizá sería necesario crear un nuevo Reino que sea intermedio entre el Vegetal y el Animal para encasillar en él a los hongos, con lo que se le daría la razón al gran **Carlos Linneo**. Cuando este sabio publicó su inmensa obra "**SYS-TEMA NATURAE**" encontró tan difícil todo lo referente a los hongos, que propuso se formara con ellos un Reino aparte y se le diera el nombre de "REINO DEL CAOS".

Hace muchos siglos que el hombre está en relación y contacto con las setas. Por excavaciones realizadas en Suiza y Francia hay constancia de que nuestros antepasados, los hombres de la Edad de Piedra, consumían ciertos *Boletus* y *Fistulina hepatica* durante la civilización lacustre del período neolítico.



Parece ser que los Arios sentían veneración por *Amanita muscaria* a la que hace unos cuarenta siglos la consideraban como el "Soma", es decir, como a una seta divina que proporcionaba la inmortalidad.



Fue el famoso Soma de los Vedas (en la India), la bebida de Indra en la mitología Hindú. No se conoce desde cuando se remonta la adoración y práctica de los ritos religiosos de los Aztecas, Mazatecas y otros pueblos del actual Méjico, relacionados con ciertos alucinógenos como *Psilocybe mexicana*, pero se cree que data por lo menos de hace 30 siglos el conocimiento y uso del Teonanacatl o Carne de Dios, como aún siguen llamándolo. Muchos pueblos han calificado a los hongos como seres maléficos capaces de producir los mayores desastres y han sido protagonistas de "aquejarres" en el País Vasco. Pero la mayoría de

los pueblos los han utilizado también como un alimento más, consumiendo las setas que seleccionaban como comestibles y desechando las tóxicas. Sólo Dios sabe los disgustos y las vidas que habrá costado el hacer la selección.

Hay hongos que viven en el agua o en un medio muy húmedo, pero la mayoría son terrestres y se desarrollan sobre vegetales. Algunos producen enfermedades en las plantas pudiendo arruinar cosechas enteras de patatas o de trigo. Se podría decir que la gran emigración irlandesa a Estados Unidos se debió a un hongo que destruyó la casi totalidad de las patatas provocando el hambre en aquella isla. Los hongos atacan a la vid, matan grandes árboles y acometen a los peces, a las aves y a otros animales. Atacan también al hombre, tanto a su piel, en la que ocasionan dermatomycosis y tiñas, como a sus órganos internos, dando lugar a graves enfermedades. Pero todos estos daños, incluso las muertes por haber ingerido setas tóxicas, han compensado los hongos y setas con sus virtudes. Con los beneficios que los antibióticos reportan a la humanidad ya nos han pagado con creces los males que han ocasionado. Algunos hongos provocan con su presencia fermentaciones que dan lugar a la cerveza, a buenos vinos blancos, a sabrosos quesos, a la fabricación del pan, a la aromatización de embutidos, etc. La yesca usada por nuestros antepasados en tiempos no tan lejanos, *Fomes fomentarius* = *Ungulina fomentaria*, otra seta más, conocida en euskera por el nombre de "Ardagaia". La yesca impregnada de nitrato arde a la menor chispa.



Fomes fomentarius

Además de los hongos productores de antibióticos, que tan bien han demostrado sus virtudes, se han empleado otras setas en medicina popular que no han obtenido tanto éxito. Por ejemplo

Tricholoma georgii = *Calocybe gambosa*, La sabrosa "Seta de Orduña" como antidiabético y *Lactarius deliciosus*, una de las setas más consumidas, como diurético. No parece que los resultados fueron muy alentadores pero lo que es seguro es que el enfermo quedaría muy contento con su medicina.



Calocybe gambosa

El *Fomes fomentarius* antes citado y el polvo de esporas de *Lycoperdon perlatum* (Pedo de lobo), se usaban como hemostáticos (cortar hemorragias)



Lycoperdon perlatum

Y diversas especies de *Clavarias* se empleaban como purgantes. Al machacar *Boletus felleus* o *Russula delica* se obtenía un polvo que era recomendado para reducir la secreción excesiva del árbol respiratorio, las esporas de *Amanita inaurata* y de *Collybia radicata* se usaban para combatir las toses rebeldes y como desinfectantes de la garganta, mientras que *Lactarius piperatus* era empleado para luchar contra la blenorragia (sífilis).

*Lactarius piperatus*

El polvo de esporas que se encuentra sobre el sombrero de *Ganoderma applanatum* formado por las esporas del mismo ejemplar que suben a la cutícula del sombrero llevadas por una corriente de convección, se empleaba para combatir el cansancio.

*Suillus luteus*

Sin embargo algunos remedios populares tenían mucho sentido, como utilizar *Clitocybe candida* y *Clitocybe geotropa* para combatir la tuberculosis, porque modernamente se ha descubierto en estas especies un antibiótico, al que se le ha dado el nombre de Clitocybina, que tiene efectos muy positivos contra el bacilo de Koch. Además de los remedios de medicina popular a base de setas para combatir distintas enfermedades había otras no populares que estaban consignadas en libros de texto de la carrera de Farmacia. Una de las setas empleadas era conocida por "Agárico blanco, cuyo nombre vulgar parece indicar que se trata de una de las llamadas "Setas de campo", pero que en realidad se refiere a *Ungulina officinalis* y que suele vivir parásita en los troncos de los alerces de montaña.

*Ganoderma applanatum*

Polyporus sulfureus, *Polyporus umbellatus* y *Polyporus frondosus*, así como *Suillus luteus* reducidos a polvo, eran utilizados como desinfectantes y para combatir el dolor de cabeza, pero sólo cuando este se empezaba a sentir. No es extraño que fracasaran estas medicinas.

*Ungulina officinalis*

Se recomendaba para combatir los sudores nocturnos de los tuberculosos y también como purgante. El nombre específico "*officinalis*" reciben algunos seres vivos que son o han sido usados en la Oficina de Farmacia, como el molusco cefalópodo conocido por sepia o jibia cuyo nombre científico es *Sepia officinalis*, nombre que se debe a que su porosa concha interna ha sido utilizada como medicina y manipulada en la Oficina de Farmacia. Otro hongo que se ha usado y sigue usándose en medicina es la levadura de cerveza que se dispensa en las farmacias para combatir la furunculosis.

Además de aprovechar a los hongos para la fabricación y mejora de la cerveza, vinos blancos, quesos, pan, embutidos, medicinas etc., el hombre espera conseguir más beneficios de ellos, como el cultivo de algunas sabrosas especies comestibles que aún no se han podido domesticar, el aprovechamiento de las aguas residuales de la industria o de las ciudades y la destrucción de ciertas materias plásticas que hasta ahora han sido difíciles de eliminar.



Algunas relaciones de los hongos.

Un círculo casi vicioso

Autor: Alfonso de las Heras - Fotos: Alfonso de las Heras y Adolfo Reguilón - Croquis: Adolfo Reguilón

-¡Oye Adolfo! ¿Has visto el nombre de este monte de la Sierra del Brezo?

-¡Caramba! Esto si que es curioso, tiene mi nombre.

Poco más o menos es como empezó todo lo que os voy a contar en las próximas páginas. Bueno el "Caramba" no fue exactamente un "Caramba" Pero en síntesis se puede decir que fue el comienzo de un día de monte precioso.

El monte se llama "El Reguilón" como el apellido de mi amigo, el que me hace unos croquis que alucino, y como está cerca de la Peña del Fraile y

de otro montón de cimas, sin más, preparamos la siguiente excursión.

Esta es una zona muy curiosa, desde el punto de vista montaño. Las inmensas llanuras castellanas se convierten, como por arte de magia, en abruptas montañas calizas que llegan hasta los 2000 mts. de altura, para, inmediatamente, bajar a pequeños valles y volver a subir, en un nuevo plegamiento, hasta por encima de los 1800 mts, aunque esta vez el terreno deja de ser de roca caliza y se encuentra cubierto de una densa capa vegetal. Desde este punto, nuevamente, se baja a un nuevo valle en el que la mano del hombre ha construido un montón de pantanos y donde hay un número



PICO DEL FRAILE

importante de localidades, mayores o menores, habitadas. Aquí empieza nuevamente a subir y se llega a las importantes cimas de los Altos Carriones.

Si cogemos el coche, de buena madrugada, podemos hacer todo lo que se cuenta a continuación, sin grandes problemas de tiempo, disfrutando como "enanos" en un solo día.

De Vitoria nos vamos a Aguilar de Campoo, de allí a Cervera de Pisuerga. En Cervera cogemos la carretera que nos lleva hasta Guardo, pero a mitad de camino, en el pueblo de Aviñante cogemos un ramal que con dirección Norte, tras pasar el pueblo de Villafría del Monte, llega al bonito Monasterio de Nuestra Señora del Brezo, nos encontramos a 1460 mts.

Ya el desfiladero que separa el Monasterio y el pueblecito de Villafría es digno de ver. Junto al Monasterio hay amplio aparcamiento, zona de descanso con mesas y bancos de piedra, fogones, servicios y una magnífica fuente de agua clara y fresca, que nos vendrá de perlas tras el recorrido del día.

Donde termina la carretera asfaltada hay un cruce de pistas (una es la que ahora nos interesa y de la otra hablaremos un poco más abajo) y un letrero que indica "Al collado de Cristo Sierra" Bien, podemos hacer el recorrido íntegro hasta el refugio y la diminuta ermita de Cristo Sierra, o podemos coger el sendero que sale por detrás del Monasterio y que, pasando junto a la fuente, nos evita un trozo de pista. El collado se encuentra ya a

1630 mts. de altura.

En el collado nos encontramos a nuestra derecha, Norte, un empinado cortafuegos por el que luego subiremos y tres pistas, la de la derecha va a Valsurvio, la del centro a Valcovero, y la de la izquierda es por la que debemos continuar, al poco vemos la pista cortada por un grueso cable sujeto a los extremos con vigas de hierro, que evita el paso de vehículos motorizados no autorizados. ¡Bien! La pista va girando lentamente entre pinos sin subir casi nada. Al salir del pinar la pista gira a la dirección Oeste y la mole de la Peña del Fraile queda exactamente a nuestra izquierda.

Hay "Cairns" que indican el momento en que debemos abandonar el camino, 1700 mts, y comenzar a subir hasta el collado superior. La roca ha sustituido a la cómoda hierba del camino, y el sendero se empina de golpe, El collado se encuentra a 1870 mts. y la roca continúa, a un lado, Este, tenemos Peña Cueto de 1907 mts. y al otro la cima principal de la Sierra del Brezo, El Pico del Fraile de 2025 mts.

Desde la cima podemos ver todos los montes del Alto Carrión, El Espigüete, El Curavacas... Al Sur sólo vemos toda la llanura de Castilla. Que verdad es el dicho de "Ancha es Castilla", y tan ancha... La vista se pierde en llanuras inmensas. Contrasta ver, desde donde nos encontramos, un paisaje al Norte tan abrupto y al Sur tan llano.

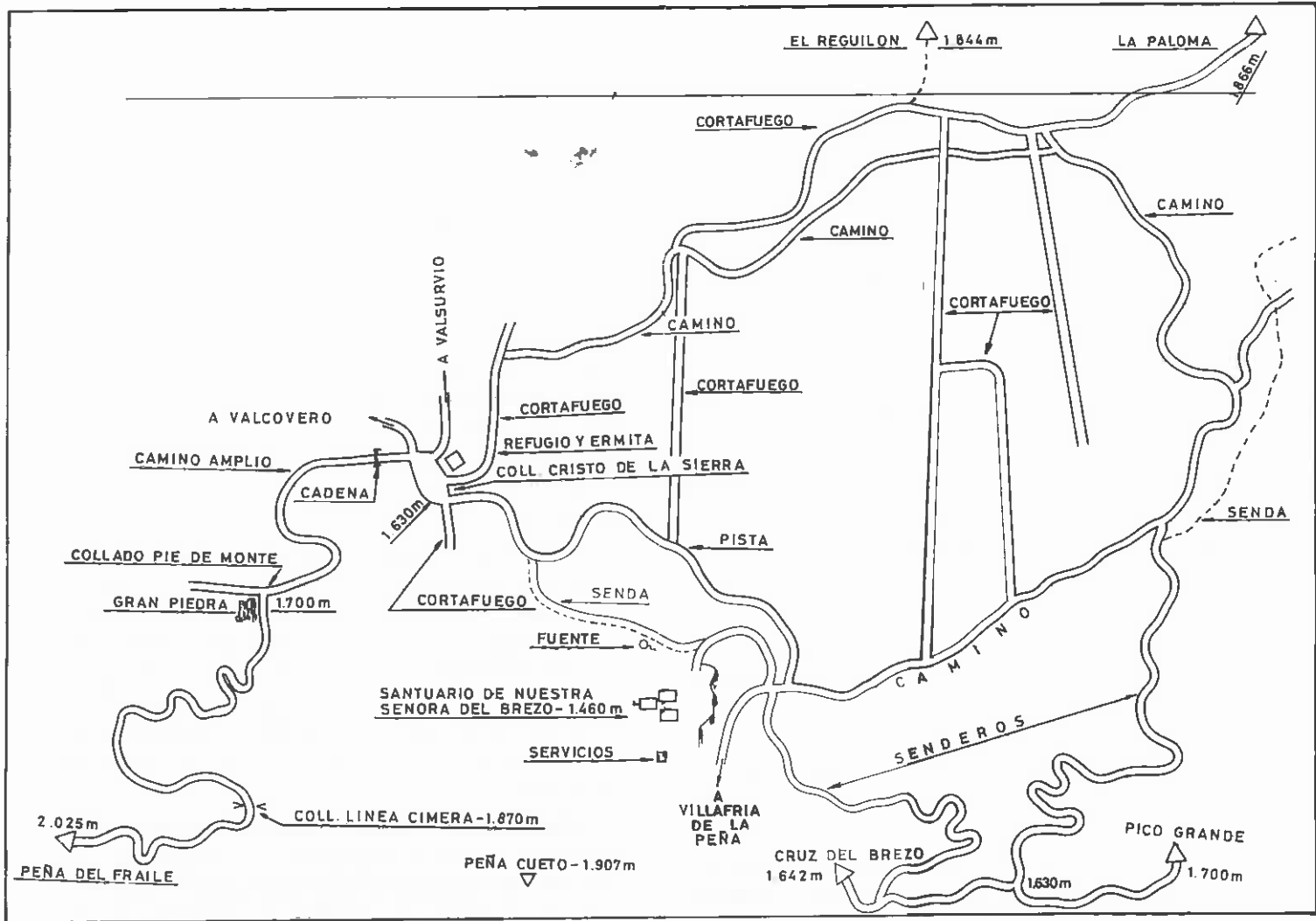
Tras volver al collado de Cristo Sierra cogemos el cortafuegos, que con dirección Norte, nos llevará a la parte superior de la sierra, por donde hay un amplio camino-cortafuegos que no abandonaremos en un buen rato. La roca ha desaparecido y ahora caminamos rodeados de vegetación de monte bajo, brezo y similares.

En poco rato llegamos a la parte más alta de esta zona, El Reguilón de 1844 mts. y donde el amigo Adolfo se siente como en su casa, como si fuera de él el monte. Vamos que no me cobra peaje por poco. El camino, muy evidente, continúa hasta Vértice Geodésico de la cercana cima de La Paloma de 1866 mts. de altura y cúspide de esta zona de la Sierra del Brezo.

Las vistas desde todo este cordal son aún mejores que desde la



DESDE REGUILÓN, PICO DEL FRAILE Y PEÑA CUETO



Peña del Fraile. Se siguen viendo todos los montes del Alto Carrión, pero además vemos todos los pantanos que se encuentran, al Norte, justo debajo de nosotros. Y si miramos al Sur vemos todo el roquedal por el que acabamos de pasar y que no lo podíamos ver por estar en él. ¡Magnífico!

Desde La Paloma deshacemos un poco el camino hasta coger un muy evidente cortafuegos que, con dirección Sur, nos lleva a un collado por el que pasa un camino, del que hemos hablado al principio, que viene del Monasterio y que sale exactamente del mismo lugar de donde salía el de Cristo Sierra pero sólo que llevando dirección contraria, es decir hacia el Este,

En el collado atravesamos el camino y por sendero impreciso atravesamos un pinar. No es difícil, los ciervos han abierto muchos pasos. Al salir del pinar un senderito bastante empinado, de roca, nos lleva a el collado que separa las cimas de Pico Grande de 1700 mts. que se encuentra al Este y el de la Cruz del Brezo de 1642 mts que se encuentra al Oeste.

En la última cima del día, La Cruz del Brezo hay, como su propio nombre indica, una Cruz que domina todo el valle con el Monasterio en el fondo.

Podemos bajar de forma directa por empinada pedriza, o por el sendero evidente y muy transitado que hay entre la Cruz, el punto más alto del roquedal y el collado por el que hemos subido cuando hemos venido de La Paloma.

La fresca fuente del monasterio nos espera, la gente nos mira asombrada cuando metemos al cabeza en el pozal de agua casi helada. ¡Qué rica esta! pensamos. Mientras los sorprendidos visitantes cabecean, miran ora hacia el suelo, ora hacia el cielo, poniendo en duda nuestra capacidad mental.

¡Ya estamos otra vez en el Monasterio! Hemos empezado a andar con dirección Oeste, hemos recorrido por el Norte todo el valle, con dirección Este, y atravesándolo hemos pasado a la zona Sur, hemos recorrido las cimas finales hacia el Oeste y, finalmente, hemos vuelto al Monasterio andando con dirección Norte.

En fin, hemos hecho un círculo casi perfecto a la Sierra del Brezo, y como el día ha sido de "vicio" tanto por el paseo, como por las vistas, como por los montes, como por... todo. Llegamos a la conclusión que hemos hecho un círculo casi "vicioso".



MONASTERIO DE NTRA. SRA. DEL BREZO.

Así, sí

Autor y Fotos: Juan José Blas

Esta aventura que os voy a contar, es un hecho real, increíble, pero real.

Preparábamos una salida para Ordesa, entre Mikel, Arse y el que esto escribe. Una como otras tantas.

Salimos de Vitoria a las 9:30 (casi los mato por la tardanza), aunque habíamos quedado a las 8:30. Tras el camino, llegamos a Torla sobre la una del mediodía. Nos tomamos unas cervezas y hablamos de lo que íbamos a hacer: "...que si el Cilindro, que si bajamos por Cotatuero... bueno, ya veremos".

Como desde Julio hasta Setiembre, no se puede pasar de aquí en coche y hay que dejarlo en Torla, elegimos ir en autobús. Los precios del autobús, por si es de vuestro interés, son de 3 €, el viaje de subir y bajar, por persona, mientras que sólo subir cuesta 2 €. Bueno, así que preparamos las mochilas y para el Autobús. Este, después de un ratito, nos deja en el aparcamiento y, con las mochilas cargadas como burros, para arriba.

No subimos la tienda por el peso y preferimos subir sólo saco y esterilla, y hacer un vivac si fuera



GRADAS DE SOASO

necesario. Y es que habíamos llamado al refugio previamente y ya nos avisaron que aunque estaba lleno, procurarían hacernos un sitio. Y aquí comienza nuestra pequeña aventura.

Nuestro camino comienza por subir por el cañón del río Arazas, donde antes de llegar a las cascadas, concretamente a la llamada "el estrecho de la cueva", paramos en una fuente a beber un poco. Y entonces...

...se nos acerca un "espécimen", por llamarlo de alguna forma, y nos dice que si le podemos dejar un cuchillo de esos de monte. Nos miramos los tres y le contestamos: ¿De monte? ¿si quieres una navaja?, y a esto tan tranquilo nos dice que sí ¿y para que creéis que quería la navaja? ... para cortarse las puntas de las alpargatas, porque... le hacían daño.



CLAVIJAS SOASO



PLANO PARQUE DE ORDESA

Cuando por fin (y eso con la ayuda de su mujer), consigue recortarlas, dice: ¡Jo, así sí! ¡Ni comparación!

Alucinados con este episodio, y haciendo risas del mismo todo el camino, llegamos a Cola de Caballo, y nos preparamos para comer, que ya es hora y tenemos hambre. Después decidimos subir por las clavijas de Soaso, en vez de ir por las "z" del camino. Y todo esto manteniendo risas y bromas con el "ASI SI", de nuestro "amigo" hasta el refugio.

Pasamos noche en unas cuevas que hay al lado del refugio. Están muy bien, con agua y todo, vaya lujo. Y con una maravillosa vista de las estrellas. Hay que madrugar, así que ponemos el despertador a las 6:30, y tras esto a las 7:30 comenzamos a caminar. El camino para el Perdido, es una romería de gente, y mientras vamos caminando me voy fijando en éstos: unos con zapatillas, otros con las botas recién compradas, hasta uno, el mejor, que iba con guantes de chapa, de esos de soldador, y que llevaba para subir un muro que hay



CILINDRO DE MARBORE

antes del "Lago helado de Marboré"...alucinante. Cada vez entiendo mejor por que hay accidentes en el monte.

Llegamos al "lago helado" y nosotros tres tiramos para la izquierda, para el corredor del Cilindro de Marboré, y por suerte, toda la romería sigue para el Perdido. Llegamos al colladito, y primero subimos el pitón s.o. del cilindro. (6) Bajamos y enlazamos ya con la chimenea de II+ ó III, de la vía normal del cilindro, compuesta por buena piedra y con agarres en buen estado. Por suerte, en una de ellas han puesto un trozo de cuerda que viene muy bien para bajar, sobre todo si no habéis llevado cuerda. Llegamos a la cima y como no, realizamos las fotos de rigor. Desde aquí tenemos una vista impresionante del glaciar del Perdido y del Perdido en sí. También contemplamos el lago helado de Marboré, Astazus y todo el circo de la Gavarnier. Solos en la cima no como en el Perdido, donde calculo que habría entre 20 y 30 personas. Así que tras disfrutar, corriendo para abajo, llegamos a la cueva y recogemos el material. Decidimos bajar por la faja de la Fraucata, que pasa por debajo del pico Tobacor.

Durante todo el camino tenemos una vista impresionante del valle de Ordesa, y de la Senda de los Cazadores. A pesar de todo esto, y tras otras tres horas de marcha a pie, ya jurábamos en Hebreo. ¡Qué largo, pero qué bonito!

Llegamos al barranco de Millaris para poder bajar por las Clavijas de Cotatuero. Una vez aquí, ¡que sorpresa para nosotros!, pues habían puesto un cable para para ayudarse un poco, y ahora parece una vía ferrata. Yo lo hubiera dejado como estaba, como lo dejó el herrero de Torla. Aunque sí que es cierto que hay que pensar en todo el mundo, arreglándolo de vez en cuando.

Al final llegamos al parque, reventados, pero, contentos de lo que habíamos hecho. Nos merecíamos una cervecita en el bar, y mientras empezamos a recordar todo el viaje, y en especial al personaje de las chanclas, por esos caminos de piedras. Nos sonreímos los tres y decimos: ¡Así, sí! ¡Dónde va a parar!

La Sierra de Lokiz

Autor y Fotos: Iñaki Gaztelu Iraundegi

Gaur gure ibilaldia Lokiz mendilerroatik egindo dugu zenbait tumulua eta menhir bat bizitzeko. Honetarako Lana Aranarantz joko dugu non Galbarra, Biloria, Ulibarri, Narcue eta Gastiain herriak dauden. Gastianetik gertu San Sebastián baseliza bat dago non bere hormatan sarturik zenbait erromatar estelak aurkitu ziren.

Hoy nuestra excursión la vamos a realizar por la Sierra de Lokiz, para visitar varios túmulos y un menhir. Para ello nos dirigimos al valle de Lana, donde se asientan los pueblos de Galbarra, Biloria, Ulibarri, Narcue y Gastiain. En las proximidades de este pueblo existe la ermita de San Sebastián, en la que se encontraron empotradas en sus muros, varias estelas romanas.

Nuestro amigo Luis Pedro Peña Santiago, nos dice en su libro Montañas del País Vasco – tomo 3, Entre el golfo de Vizcaya y el Ebro, página 137: La sierra de Lokiz se levanta entre las Ameskoas, el valle de Allin, y el valle de Lana. Al Sur se abre ya el ancho territorio de Tierra Estella. Hacia el Este y el Norte, nos cierra el paso la sierra de Urbasa. En dirección Oeste, ya en territorio de Alava, pero mugante siempre con Navarra, la montaña de Lokiz va descendiendo en suave pendiente a la búsqueda del valle de Arana.



LOKIZ IGOTZEN 86.03.29

Será desde el pueblo de Ulibarri dondē comēnzamos a caminar. Cruzamos todo el pueblo pasando delante de la iglesia de Santa Maria, de estilo tardo-gótico del siglo XVI. Pasada la última casa comienza una pista, que al principio es de hormi-gón. Más arriba cruzamos una puerta de hierro y enseguida la pista se divide en dos teniendo que seguir por la de la izquierda que realiza una fuerte curva y después otra hasta colocarse con dirección Este, ganando rápidamente altura, entre hermosos robles y hayas pegados al muro calizo del monte.

Así llegamos junto a la abandonada ermita de San Cristóbal. Si no hacen pronto algo por remediarlo, a esta ermita le queda muy poco tiempo para mantenerse en pie. Qué pena.

*Horrela utzitasunarik San Cristobal
baselizara iristen gara. Ezer laister egiten ez
badute zaharberritzena zutik oso gutxi
iraungo du. Pena haundi bat emanten dit.*

Pasamos junto al corte de la sierra, con amplia visión sobre el valle y entre el hayedo llegamos a lo alto, donde tras un cruce de pistas, nos encontramos con que nos cierra el paso una puerta de hierro. Cruzamos la puerta y en el siguiente cruce de pistas continuamos por la de la derecha, al Sureste; enfrente algo más alto quedan unos corrales, hasta los cuales llega la pista que hemos dejado. En el camino debemos poner mucha atención pues abundan los fósiles y algunos son muy interesantes.

Pero también hay que tener atención con el camino, pues pasaremos un riachuelo y un poco más adelante y a nuestra derecha, cuando el camino comienza a ascender, tenemos una ladera por la que deberemos subir dejando el camino, pista, a la izquierda. Por esta ladera y según vamos subiendo veremos varios túmulos. Por la derecha, por la izquierda, más arriba, más abajo, por todos los lados aparecen. Son tanto que perdemos la cuenta. Son muy similares, más bien pequeños, pero algunos muy bonitos. Parece un campo sembrado



ERMITA SAN CRISTOBAL



ULIBARRI-BILORIA. TUMULO

dónde los topos han realizado un gran trabajo. En alguno incluso se puede apreciar una pequeña cámara-cista, e incluso algunos tienen peristalito incluido.

Hainbeste dira zenbatua galdu dugula. Oso antzekoak dira, txikiak baina batzuk oso politak. Ereindaka zelai bat dirudi non satorrek lan bikaina egin duten.

Como la visita la hemos realizado ascendiendo, una vez arriba llegamos a una pista que por la derecha lleva al pueblo de Bitoria. Nosotros seguimos de frente por la pista que ahora desciende suavemente y que realiza una curva girando al nordeste y que podemos ver a nuestra derecha varios túmulos alineados de arriba abajo, hasta las proximidades de la cima de Bitoria. Son unos doce, así idénticos. Campo tumular? De nuevo en la pista y siguiendo la misma dirección que veníamos antes

ascendiendo ligeramente llegamos a los rasos de Bitoria. Como el nombre lo dice es un lugar raso y amplio, donde abundan los endrinos. El menhir que buscamos se encuentra a la izquierda de la pista tumbado y roto en tres pedazos, y otro más que todavía permanece de pie, hincado, posiblemente, la base del menhir que en su día estuvo en pie.

Izenak esaten duen bezala leku soil eta zabala da non basakaronondo asko dauden. Bilatzen ari garen menhirra etzanda eta hire zatitan apurturik bidearen ezker aldean aurkitzen dugu. Bestea, zutik dirauena, adierazia, badirudi lehenean zutik zegoenaren oinarria dela.

Estamos a 980 mts. de altura. En adelante el camino comienza a descender, por lo que el lugar no ofrece dudas para su localización. El menhir, como así lo denominan los miembros del Centro de



Estudios de Tierra Estella, tiene más de tres metros, concretamente la base mide 0,60m, y los tres trozos restantes 1,40m., 1,15m., y 0,60m., de largo. El ancho medio es de 0,90m. y de grosor tiene de 0,50m., y 0,30m.

Pensamos que cuando estuvo, en su día, de pie, les sería de mucha utilidad a los pastores. Hoy también les es útil, pues lo utilizan para depositar la sal y así recoger el ganado. Abandonamos el lugar caminando para adelante, con dirección noroeste para luego torcer a la derecha, al Este, para más adelante pasar cerca de un corral. Según vamos caminando encontramos varios cruces de caminos, pero nosotros tenemos que seguir al Sureste, que nos llevará sin pérdida hasta la Balsa de la Cruz de Hierro, a 950 mts. de altura. Hay una fuente y una construcción. Los caballos que abundan en la zona saben muy bien de su existencia.

Iturri eta eraiki bar dago. Zaldiek, zeinak ingurutik asko dabiltzan, ondo dakite non dauden.

Ahora tenemos que llegar al puerto nuevo de Ganuza, y para ello tenemos que ir al Este, no seguir otro que va para el Sur. Ascendemos ligeramente hasta llegar a un camino que viene de la izquierda y que, nosotros lo seguimos pero a la derecha, al Sureste, y que asciende hasta la cota 980 m. de altura, para luego descender teniendo a nuestra derecha el barranco. Más adelante cruzamos un camino y después llegamos a otro, por el cuál tenemos que seguir, con dirección Norte, y que tras una ligera subida, rápidamente llegamos junto a la ermita de Santiago de Lokiz. De planta rectangular y de grandes contrafuertes, tiene la portada y una ventana de apariencia gótica. Sobre la portada hay una placa en la que se puede leer: *Basilica de Santiago de Lokiz*. Todos los años, el primer domingo de junio, se celebra una romería, a la que acuden gentes de todos los pueblos del valle.

Laukizuzen oineko eta kontrafuerte handikoa, itsura gotikoko portada eta leiho bat du. Portadaren gainean "Basilica de



SIERRA DE LOKIZ. 17.05.86

Santiago de Lokiz" jartzen duen plaka bat dago. Urtero, ekainaren lehen igandean erromeria bat ospatzen da nora inguruko herrietako jendea joaten dan.

Nos asomamos al corte de la sierra para ver el paso del puerto y la calzada por donde tenemos que bajar. El camino muy inteligentemente traza varias lazadas en fuerte desnivel, sujeto por muros de contención, que nos permite descender muy rápidos, pero también, contemplar la belleza del lugar. Cuando llegamos a Ganuza creíamos que era un pueblo abandonado, pues no veíamos a nadie. Nos acercamos a su iglesia, situada sobre un alto. De estilo románico tardío del siglo XIII, pero con aportaciones posteriores. Sabíamos que en su interior existe una bella pila bautismal románica, y también una talla de San Sebastián, pero hoy no tenemos la oportunidad de contemplarlas, pues la iglesia está cerrada. Otro día será.

La excursión ha merecido la pena pues hoy conocemos algo mejor nuestra tierra. La sierra de

Lokiz es quizá una de las sierras menos conocidas. Ninguno del grupo había caminado antes entre el enebro, el boj y los bosques de hayas, ni contemplado, admirados, las impresionantes paredes calizas de esta sierra. Durante el recorrido no hemos visto a ninguna persona, sólo ganado caballar, pero si hemos escuchado el silencio, profundamente, roto en ocasiones por el aire suave y fresco que procedente del norte, nos ha acompañado en nuestro caminar. Será una excursión difícil de olvidar.

Taldeko inor ez zen lehen basaran, ezipel eta pagadi basoen artetik ibili, eta ezta mendilerro honetako ikaragarritzko kalizazko hormatak begiztatu eta mirespenez igusi ere. Ibilbidean ez dugu pertsonarik ikusi, zaldiak ordeba bai. Baina sakanki ixiltasuna entzun dugu, haize leun eta freskoak hautsita noizbehinka. Ipar haize honek ibilbide guztian lagun izan dugu.

TROFEOS

Copas - Medallas - Figuras Deportivas -
Diseños exclusivos

REGALOS

Bandejas - Relojes - Porcelana - Figuras -
Placas



TROFEOS Y REGALOS

Canciller Ayala, 10 - Tfno. 945 / 26 90 60
01004 GASTEIZ - ARABA

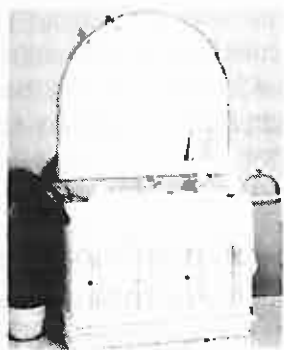


CENTENARIOS EN

VENTA Y MANTENIMIENTO
DE CALZADO PARA
CAMPO Y MONTAÑA

Mateo Moraza, 21
Teléfono (945) 23 22 10
01001 VITORIA-GASTEIZ

Gzquierdo



FONTANERIA Y SANEAMIENTO

Instalación de agua sanitaria, fría y caliente
Decoración de baños, accesorios y grifería

EXPOSICION Y VENTA

Enrique Eguren, 9 • Tfnos. 22 70 64 - 22 23 05
01009 VITORIA-GASTEIZ

CONSTRUCCIONES

IGLESIAS-ELIZAK S.A.

EXPOSICION DE CERAMICA



CERAMICAS

TAUGRES

PAVIMENTO CERAMICO DE GRES

Zirconio

Técnica y Arte en Cerámica

Aldave, 30 • Tfno. 24 29 80
01001 VITORIA-GASTEIZ

en estas navidades cámaras digitales al mejor precio



NIKON COOLPIX 2100
Cámara digital de 2 Megapíxeles y óptica zoom Nikkor 3x, equivalente a un 36-108. Nikon Coolpix 2100 con batería recargable, cargador y estuche Nikon de regalo.



NIKON COOLPIX 3700
Cámara digital de 3 Megapíxeles y óptica zoom Nikkor de 3x. Nikon Coolpix 3700 con batería recargable, cargador y estuche Nikon de regalo.

NIKON COOLPIX 5400
Cámara digital de 5 Megapíxeles y óptica zoom Nikkor de 4x. Nikon Coolpix 5400 con batería recargable, cargador, estuche Nikon y ahora con 96 Mb de memoria.



OLIMPUS C-5000 Zoom
5 millones de píxeles. Zoom óptico 3x. 6 modos de escena y ajustes manuales. Zapata para conexión de flash externo. Incluye batería y cargador.



OLIMPUS "mju" 300 Digital
3,2 millones de píxeles. Zoom óptico 3x. Cuerpo de Aluminio resistente en la lluvia. 5 modos de escena. Incluye batería y cargador.



OLIMPUS C-5000 Zoom
5 millones de píxeles. Zoom óptico 3x. Ultraluminoso. Cuerpo de aleación luminosa. Total control de ajustes manuales. Incluye batería y cargador.

OLIMPUS "mju" 400 Digital
4 millones de píxeles. Zoom óptico 3x. Cuerpo de Aluminio resistente en la lluvia. 5 modos de escena. Incluye batería y cargador.



RICARDO BUESA, 6 • RAMIRO DE MAEZTU, 2



AUTOBUSES
ALEGRIA HNOB., S.A.



c/. La Peña, 6

☎ **25 19 00/11**

Fax: 26 94 63

01013 VITORIA-GASTEIZ

c/. Gran Vía, 64 - 3 Ctro.

☎ **427 38 49**

Fax: 427 38 49

48011 BILBAO



COMERCIAL
DINAR
IMPORT

- Camisetas varios modelos
- Polos punto liso y granito
- Sudaderas y Pantalones chándal
- Chandals tactel, algodón y telinda
 - Calzado deportivo
 - Regalos de empresa
- Gorro tenis y gorra visera, gorro trabajo
 - Venta de pronto moda
 - Venta al mayor y detail

IMPORTACION Y SERIGRAFIA
TEXTIL

Pintor Doublang, 4 y 6 Bajo
Tel. y Fax 945 / 13 26 54
VITORIA - GASTEIZ



¿Cómo ve su FUTURO?

con

Vital Pensión

Entidad de Previsión Social Voluntaria

Personalizado

lo verá
más claro

Con Vital Pensión Personalizado mirará al futuro con optimismo, ya que sus aportaciones constituyen la mejor fórmula de ahorro/desgravación, y por tanto, una inmejorable opción para asegurar su calidad de vida de mañana. Porque lo mire como lo mire, un buen mañana empieza hoy.

Caja Vital



Vital Kutxa

www.cajavital.es