

Katazka

N* 18

URRIA

1977

LO PRINCIPAL PARA PRACTICAR
ESTE DEPORTE, ES TENER UNA
BUENA CUERDA...



Hace unos meses y en éstas mismas páginas comentábamos como la actividad deportiva en nuestra sociedad habia bajado bastante debido, o al menos eso creíamos, al ambiente de las elecciones. Así mismo comentábamos como una vez que pasase este periodo esperábamos que todo volviese a la normalidad y así ha sido. Los hechos lo han probado en el pasado mes de agosto, con las actividades realizadas por diferentes grupos.

Citaremos en primer lugar la salida organizada por la sociedad a los Pirineos. Esta salida efectuada como ya sabéis, a las zonas de los lagos de San Mauricio y a la de Aigües Tortes, tuvo gran aceptación hasta el punto que cuando se puso el cartel en la sociedad anunciando esta excursión sólo quedaba una plaza. A pesar de las numerosas tormentas, típicas del pasado mes de agosto se ascendieron a tres tres miles y a cinco dos miles.

Otro de los puntos visitados, en esta ocasión por Lorenzo y Larra, fué en nuestro continente vecino, al que estos dos organizaron una mini expedición. Una vez allí debemos resaltar las ascensiones efectuadas en el Alto Atlas Marroquí, siendo las más importantes la oeste suroeste de Toubkal y el Dedo de Talat. Los relatos de este viaje y ascensiones lo tendremos en breve en nuestra revista así como una proyección de diapositivas.

Los Picos de Europa, no podían faltar en esta cita de las vacaciones. El objetivo de dos salidas fué el Naranjo. Por un lado se realizaba la ascensión por la cara Norte según relato que viene en éstas páginas y por otro lado los alumnos del pasado curso de escalada, para demostrar su capacidad de aprendizaje realizaron la ascensión por la cara Sur.

Para finalizar no podemos de dejar de citar a los que a lo largo de todo el mes se dedicaron a andar aunque no por monte, pero si por la carretera en la Marcha de la Libertad haciendo especial mención a los que se pasaron las vacaciones integras en la columna "Herribera".

Una vez más, agosto sirvió para realizar nuestros planes preparado a lo largo de todo el año. Con la vuelta al trabajo se empieza a oír ya, el año que viene si me sale bien espero ir a



LA NORTE DEL NARANJO

por

JOSERRA

Esta gran mole calcárea de 2.519 mts. está situado en el macizo central de los Picos de Europa (Asturias).

Hasta la fecha han sido ya muchas las cordadas de escaladores que han coronado su cumbre, pero nunca humillada ya que entre la nieve y la niebla casi siempre se presenta retardora.

En el mes de junio no conseguimos coronar su cumbre, debido a un fuerte temporal de nieve. Dos meses más tarde, con tiempo espléndido, cinco amigos del TABIRA de Durango, formando dos cordadas, atacamos la pared, llegando victoriosos a su cumbre exactamente a las 4 de la tarde del 14 de agosto.

El itinerario lo iniciamos después de subir por la canal de la Celada, en la Terraza, y proseguimos en travesía de unos 150 mts. ligeramente ascendentes en dirección a la "llambrialina", estrecha cornisa muy inclinada sobre el precipicio. A medida que avanzábamos, la canal de la Celada se iba hundiendo bajo nosotros, aunque no ascendíamos mucho.

El corte se hacía cada vez más impresionante, agravado por la circunstancia de la escasa efectividad del seguro, hecho a cuerda horizontal, so pena de acribillar la pared con clavijas. La roca es muy sana y la travesía puede catalogarse como de V grado.

Descanso en una cueva antes de la llambrialina y, tras ascender directamente, el terreno mejora sensiblemente, llegándose al hombro del espolón -otros 150 mts. de travesía- con facilidad.

Un largo de cuerda muy duro (V grado) nos situó en el extremo de la gran cornisa, pasamos por una arista muy aérea y nos encajamos en la grieta de la izquierda. A los 30 mts. la grieta resalta, primera panza de burra y encima una plataforma aceptable, otro largo de cuerda y se asoma la segunda panza de burra muy difícil (V grado). Desde aquí a la cumbre continuamos por una interminable chimenea -al menos 150 mts.-.

Esta vía está catalogada como difícil superior (cuarto, quinto grado).

DENONTZAT BANKO BAT
UN BANCO PARA TODOS



BANCO DE BILBAO

CAFFÈ
BAQUÈ

LA MONTAÑA VI

VERTIGO – DESFONDAMIENTO – MAL DE ALTURA – GOLPE DE CALOR.

Al tener en cuenta típicos males de montaña vamos a ceñirnos a estos cuatro que por ser los más conocidos nos parecen los más interesados.

EL VERTIGO.— Este mal influye en la cabeza y en los pies principalmente, y sus efectos es que nos impulsa a lanzarnos al vacío. El remedio contra esto es que si sabemos que un compañero nuestro tiene vértigo, no lo debemos dejar asomarse a los precipicios. Muchas veces, confundimos el vértigo con el miedo, la diferencia es sencilla, ante un precipicio si tienes impulso de lanzarte al vacío es vértigo y en cambio si te agarras fuertemente a las rocas es miedo.

DESFONDAMIENTO.— Al hablar de desfondamiento nos referimos a lo llamado vulgarmente la pájara. Las causas principales que pueden originar una pájara son la falta de alimentación, esfuerzo excesivo e incluso haber dormido mal. De una forma gráfica podríamos decir que con la pájara el organismo se queda sin gasolina. Los trastornos que origina normalmente son cansancio, vértigo e incluso a veces especie de visiones. El remedio suele ser descansar y sobre todo comer alimentos azucarados.

MAL DE ALTURA.— Este mal aunque empieza a darse normalmente cuando se sobrepasan los tres mil metros de altitud, puede ocurrir también cuando baja bruscamente la presión o se sube un fuerte desnivel en teleférico y se empieza a andar con mucha fuerza. Esto suele ser debido a que el organismo está habituado a captar el oxígeno a una determinada presión, entonces si la toma de oxígeno a diferentes presiones lo hacemos de una forma brusca, es decir lo que solemos denominar sin aclimatación es cuando comienzan a molestarse el organismo. Estas molestias suelen ser la debilidad, cansancio, tropezarse, vómitos, dolor de cabeza. El remedio es muy sencillo pues cuando empezamos a perder altura irán desapareciendo todos los males.

EL GOLPE DE CALOR.— Acusado de ser como un hermano menor de la insolación, es debido a la incidencia de los rayos del sol sobre el organismo en general. Suele producirse unas veces por ir demasiado abrigado y otros por ir por lugares por donde no corre aire en días muy calurosos. Cuando esto ocurre le pasará fácilmente poniéndole a la sombra por donde corre brisa, desabrocharte la ropa e incluso se le puede dar de beber algo frío. Este mal lo hemos visto mas de una vez en “la mili” cuando uno caía en una formación al suelo y comentábamos equivocadamente, ha sido una insolación.

Foto sol

**deportes
Sarasqueta**

VACACIONES Y PIRINEOS

AGOSTO



DIA 1.— Después de hechos todos los preparativos, con unos “mochilonos” de susto y con unas ganas de salir terribles hacia esas montañas, que nos estaban esperando. Salimos a las 3,30 de la tarde del lunes en el autobús y paramos a las 11,30 aproximadamente a pernoctar (o dormir para los menos cultos) en Bujaraloz unos durmieron bajo las tejabanas de un parking y otros en las escuelas del pueblo.

DIA 2.— A las 7,30 de la mañana aprox. marchamos dirección de Balaguer, donde comimos, ya a la tarde alquilamos otro autobús, que nos llevara hasta Espot., ya que el anterior lo debimos de abandonar debido a dificultades de origen mecánico. Llegamos a Espot hacia las 11 de la noche donde alquilamos los “jeep” que nos transportarían la carga hasta San Mauricio al día siguiente, esa misma noche nos cedieron un pajar para dormir pero al día siguiente nos cobraron lo que nos cedieron amistosamente y gentilmente.

DIA 3. Salimos de Espot a las 7,30 dirección de San Mauricio donde acampamos hacia las 11 de la mañana y después nos dedicamos a “vegetar” o sea de “miranda” a parte del “gran safari de mosquitos y tábanos” que tuvimos que organizar, ya que si estamos mucho más tiempo allí nos “comen vivos”.

DIA 4.— A las 7,30 diana y rumbo al (Pegera 2982m.) excursión muy bonita de muy poca dificultad, a las 3 regreso al campamento. Después de comer entre, claros, nuevos y fuertes chaparrones intermitentes, partidos de futbol en campo Catalán, ni se sabe el resultado del encuentro ya que los intermedios fueron muchos a causa del temporal.

DIA 5.— 7,30 de la mañana un grupo se dispuso a partir hacia el Bassiero (2903) y otro grupo más intrepido al gran Encantat (2747) y el resto del campamento en plan más fino excursión al lago San Mauricio con parada a “repostar” en el refugio-bar de la C.E.C. Ernesto Mallafré, por la tarde campeonato de pesca de trucha en el lago competición Vasco-Catalana por parejas 4 catalanes contra dos de nosotros material: ellos dos lanzadores, cebo: queso, nosotros hilo-bala con un tronco de flotador, cebo: un macarrón: resultado ellos: 6 truchas hermosas, nosotras fuertes carcajadas y tarde sumamente entretenida.

DIA 6.— A las 8 de la mañana desmontamos el campamento y con la carga al hombro “fuerte pechada” hasta el collado del portarro y mientras unos descansaban otros hicieron el pico del portarro (2733) y hay quien se encontraba con más fuerza y ascendió al pico Subenuix (2944) seguidamente se bajo al Estani Llong hacia las 6 de la tarde se hizo noche en el refugio particular del Llong.

Así de sencilla



en

Auto-Academia LUCAS

DIA 7.— Por la mañana temprano había proyectado una ascensión al Gran Tuc de Colomers (2932) pero una tormenta que estuvo toda la noche encima nuestro, no nos dejó realizar nuestro propósito y nos acompañó el agua hasta el parque nacional de Aigües Tortes, desde este sitio bajamos a Bohy donde hicimos noche en un pajar del pueblo.

DIA 8.— Por la mañana hicimos la compra de víveres para 4 días más y después de comer en Bohy, empezamos a caminar hacia Plata del rio malo, la pista desde Bohy hasta el Estani Caballers la hicimos en “jeep”, acampamos hacia las 5 de la tarde.

DIA 9.— 7,30 de la mañana diana y rumbo al Besiberri S. (3030) bajamos a las 2,30 y seguido tormenta gorda.

DIA 10.— A la misma hora de costumbre tomamos dirección del punta alta (3014) de vuelta a las 3 de la tarde, esa tarde no llovió “que recuerdo”.

DIA 11.— Como siempre temprano fuimos al Montardo de Arán (2870) y ya después de comer desmontamos todo y para abajo con fuerte tormenta, que más de uno tuvo la oportunidad de ducharse por el camino, a las 4 de la tarde aprox. estábamos en Bohy nos acomodamos en el pajar y luego fuerte “poteada” con pequeños intermedios para hacer el peña Boñy, cuantas veces harían falta; por la noche, bonito ambiente, para variar “discoteque” y luego al pajar (ese día no hay horario anotado).

DIA 12.— A la 1 de la tarde salimos de Bohy dirección del “hogar dulce hogar” paramos a comer en Pont Montanyans y llegamos a Durango a las 2 de la madrugada del sábado, con el ánimo que salimos . . . bueno parecido (estábamos cansados lógico no?).

NOTA.— El peña Bohy era un mogote o pedrusco que estaba en la plaza del pueblo al que subíamos con mucha frecuencia a la hora del “poteo” generalmente. Estuvieron con nosotros una “cuadrilla de” Mondragón con la que nos lo pasamos muy bien, desde aquí un saludo.

P A T X I



**Bar
Guria**

**deportes
aitor**

ARGAZKI KOMISIOKOEI

Nahiz eta ezin egon sarturik komisio honetan denbora ezagatik, "Arte" honetara zaletasun haundi bat dut eta horregatik zuei zuzentzen natzaizue neure eritziak eta ideiak emotera.

Arlo honetan gauza asko egin ahal direla uste dut, adibidez: Jendea parte hartzen bultzatzeko, hilero txapelketa bat izango litzateke interesgarri edo bestelako hobeto eta merkeago, erakusketa bat antolatzea hilero gai bati lotua, behin eskalada izan liteke, beste behin skia, igoera arruntak, fauna, mendia orokorki hartuta, etab. etab.

Gai zabalagoak ere badaude, euskal baserri tipikoa, mendi eta hondartza dituzten iguerak, etab.

Eta gero zer egin argazki hauekin? Ba, oso erraza, zurezko ohol batetan, hainbat eranskorrez erantsi behean lekuaren izena ipinita eta horman eskegi jendeak ikus dezan.

Nik adibidez ez dut argazkirik ateratzen, diapositibak baizik, merkeago irteten zaidalako, baina halaber guretzat ere zerbait eratu ahal da, hau da, noizean behin zenbait proiektamen emotea, etab.

Nahi baduzue joan zaitetzte pentsatzen eta ea aurrerantzean danon artean bultzada bat emoten diogun, askogandik hain maitatua dugun "arte" honi.

Beno, eta idaz lantxo hau bukatzeko zera esango dut
Zergatik ez antolatu ikastaro ttipi bat zaletasuna dugunontzat, teknika berriak ezagutzeko eta gure filmeak hobetzeko.

Interesgarria izango litzateke ezta? .

Besterik gabe

MARIBE



CAJA DE AHORROS
VIZCAINA

INFORMACIONES

CRESTAS DEL DURANGUESADO. Como ya sabéis este año celebramos la novena edición. La zona elegida ha sido la que va desde el Sarrimendi a Gallanda pasando por el Oiz. La marcha comenzará a las 8 de la mañana y deberá estar finalizada para las cinco de la tarde. A las siete de la tarde de ese mismo día, entrega de los trofeos. Como siempre os invitamos a participar y colaborar tanto el día de la marcha como en su preparación.

RAYLLIE FOTOGRAFICO. Dentro de las fiestas de San Fausto organizaremos un Rayllie Fotográfico. En estos momentos la sección de fotografía trabaja a fondo para su organización. Habrá buenos premios.

PROYECCIONES. Dentro de poco podremos ver dos proyecciones de diapositivas realizadas por nuestros compañeros. Una sobre la excursión a Pirineos y otra sobre la mini-expedición al Alto Atlas Marroquí.

LAS OBRAS. Que se alargan más de lo debido son para el bien de todos. Esperemos que cuando recibais este número estén finalizadas o a punto de finalizar.

A LA DIRECTIVA. Le falta para finalizar su gestión exactamente un año, o diciendo lo mismo de otra forma, el año que viene en octubre habrá que elegir un nuevo presidente. Y parece que va en serio pues a casi todos ellos se les oye decir que cuando cumplan el tiempo establecido dejan. Será verdad . . . ?

SE NOS OLVIDABA. Agradecer desde éstas líneas a todos aquellos que para el IX Circuito de Crestas han donado algún trofeo. Como sabéis para intentar corresponderles nosotros les enviamos a nuestros colaboradores un número de nuestra revista.

LA BANDERA DEL ALPINO. Si es posible confeccionarla para entonces. Ondeará en la fachada del Club durante las fiestas de San Fausto.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES. Aunque parezca que no, el año se nos acaba y es por ello por lo que hay que empezar a confeccionar el calendario para el año que viene. Las excursiones u otras actividades que creais que deban realizarse las podéis escribir en una hoja y depositarlas en el buzón o enviarlas por correo al apartado 141, que es el de nuestra sociedad. Hacerlo antes de finalizar el mes.

CONCURSO FOTOGRAFICO. Lo están preparando para finales de año. Os informaremos mejor cuando el asunto esté más maduro.

DONANTES DE SANGRE. Ha sacado por fin la rifa. El sorteo se efectuará entre dos mil números solamente. El precio 100 Pts. Los premios, televisor en color, frigorífico y radio-casset. El fin, aunque como sabéis es una sección del Club quieren sacar para los gastos que tiene esta sección.



LIBROS Y DISCOS

LIBROS Y DISCOS



ERIZO EUROPEO. (Un animal solitario).

El erizo se encuentra tanto en las regiones llanas, como en los lugares montañosos y los bosques. Tiene un cuerpo rechoncho, un ocico afilado, orejas largas y ojos minúsculos y negros. La parte superior de su cuerpo está cubierta de púas característicos; grises en la raíz y blanquecinas en la punta. Este animal es poco sociable y vive generalmente en solitario. Pasa el día durmiendo en un refugio entre zarzas, y solo se arriesga a salir al descubierto cuando cae la noche. Se mueve lentamente, con un aspecto un tanto zigzagueante y explora el suelo como un sabueso, olfateando todos los objetos que encuentra. Si le amenaza un peligro, repliega enseguida la cabeza y las patas y su cuerpo se convierte en bola de púas. Aunque se alimenta esencialmente de insectos, el erizo es igualmente aficionado a los pajarillos, gusanos, moluscos, reptiles y pequeños mamíferos, Es un hábil - ¡y muy útil! - destructor de víboras, de la que apenas teme su mordedura. El erizo pasa los meses de invierno en hibernación. Durante este periodo, se vuelve totalmente insensible; sería preciso atormentarle cruelmente para conseguir despertarle. En verano, la hembra pare de tres a seis crías, que son ciegas y están cubiertas de púas blancas y blandas. Dos meses más tarde, estas púas se endurecen y se convierten en armas defensivas.

ANE MIREN

CARACTERISTICAS:

Longitud: de 25 a 30 cm.

Púas de dos cm.

Camada de 3 a 6 crías.

Gestación: Entre 31 y 40 días

Longevidad: De 8 a 10 años.

TIPO: Vertebrados

CLASE: Mamíferos

ORDEN: Insectívoros

FAMILIA: Erinacéidos

Boletín de circulación interna restringido a los socios del Alpino Tabira.

urcelay

Confección para Señora y Caballero