ALPINO TABIRA
MENDIZALE TALDEA
DURANGO
Katazka
Alpino TABIRA
Mendizale Taldea
Goienkalea, 8 - Tel.: 94 681 34 32
Artekalea, 17 - Tel.: 94 620 21 53
48200 DURANGO
Nº 116 2 - 1998

HITZ

LIBURU DENDA

ARTEKALE, 14 - TEL. 94 681 07 76 - DURANGO

MAKALLAU ETXEA

ESPECIALIDAD EN REMOJO Y DESMIGADO

DURANGO *C/ Barria, 23* ☎ *94 681 52 28*

AYUNTAMIENTO
DE DURANGO

Bizkaiko
Foru
Aldundia

Diputación
Foral
de Bizkaia

Sol ARGAZKILARIAK

DURANGO'N

REPORTAJES Y VIDEO DE:
Bodas, Industriales y
Material Fotográfico, etc.

CONSULTAS Y RESERVAS en:
Zumalacárregui, 14 - Telf. 94 681 00 41

FLORISTERIA-LORATEGIA

Bekoa

DIPLOMADO EN ARTE FLORAL

San Ignacio Auzonea, 1 - B
Telf.: 94 681 24 01 - DURANGO

gure
giroa
ALPINO
TABERNA

Eibarbus

- VIAJES NACIONALES E INTERNACIONALES
- TRASLADOS DE EMPRESAS Y COLEGIOS
- EXCURSIONES, ETC.

Isasi, 20-bajo - Telfs.: 943 70 16 20 - 943 11 17 33
Apdo. 361 - **20600 EIBAR** (Guipúzcoa)
ERMUA - Teléfono 943 17 53 38

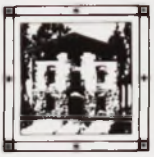
Electrónica URBASA

VENTA Y REPARACION - TV - SONIDO - VIDEO - RADIO-COMUNICACION - ANTENAS COLECTIVAS, VIA SATELITE - ALARMAS

Askatasun Etorbidea, 13
✆ 94 681 33 03
48200 DURANGO / Bizkaia

Televés
Instalador
Oficial

Panasonic



Etxebarri

Ambiente acogedor
para 200 personas

E R R E T E G I
A S A D O R

Plaza San Juan, 1 – 48291 Axpe-Marzana
ATXONDO-BIZKAIA – Telf. 94 658 30 42

Gurea da-ta, gurea!!

Ibilbidea Romualdo tabernan hasi genuen, Iurretako zubi ondoan, 1943an; hortik Zumalakarregiko Bar Modernora, orain BBK den tokian, gero Sesma tabernan, orain Txoko taberna dena, eta gero hamabost urte pasatutan hartuko gintuen Bar Sansonen atzeko aldera mugitu ginen, orain Alkartasuna Elkartea dena. Kale gorrian egotea zer den ere jakin genuen. "Juventud Franciscana" delakoan ere utzi zizkiguten metro batzuk, eta batzarren bat bazkide baten etxean ere egin behar izan genuen, Perryren etxean, hain zuzen ere.

Azkenez, 1964an Goienkalean 90 metro karratu hartu genituen. Baina dena ez zen erraza izan, gastuei aurre egiteko orain den Udaberri tabernari metro batzuk saldu beharrean aurkitu ginen eta. Une txar hau pasatu zen, hala ere, eta handik hamar urtera lokalaren beste zatia ere gureganatu genuen, orain dagoen bezala, eta handik hiru urtera bodegak hartzen dituen zazpi metro karratuak ere gureak egin genituen.

90. hamarkadan 2000 bazkide inguru ginen. Tabernak tokia kentzen digu eta zaila da hainbeste zarata eta jende artean lan egitea. Beraz, 1992an abentura berri batean sartzea erabaki genuen: lokal berri bat, patiotik Goienkalekoarekin komunikatuta dagoena. Askok eta askok zorotzat hartu gintuen, zulotik ez ginela irtengo-ta. Ez zekiten asko zer den zuekin kontatzea!

Gaur egun, 1998ko ekainean,lasaitasun osoz esan genezake 200 metro karratuko lokala geure-geurea dugula, inongo zorrik gabe, geure lanari esker lortuak, kanpoko laguntzarik gabe. Eta hau guztia gutxi balitz, kontutan hartzen badugu gure bazkideak lortzen ari diren emaitza arrakastatsuak, harro esan genezake zuekin, gure bazkideok, edozein abenturatan sar gaitezkeela.

Hiru belaunaldi pasatu dira, baina lortu dugu. Jatorrak zarete, benetan!

¡¡Ya es nuestro !!

Comenzamos en el Bar Romualdo, junto al puente de Iurreta, en el año 1943, de ahí al Bar Moderno en Zumalakarregi, ahora BBK, luego el Bar Sesma nos acogió también, hasta que dimos con un asentamiento que duró más de 15 años, la parte trasera del Bar Sansón, en la actualidad la Sociedad Alkartasuna. Durante unos meses también supimos lo que era estar en la calle. Nos cedieron unos metros en la "Juventud franciscana" , e incluso se celebró alguna junta en la casa de un socio, Perry.

Por fin nos asentamos al adquirir el año 1964, 90 metros cuadrados en Goienkale, pero no todo era fácil, ya que ,para hacer frente a los pagos, tuvimos que vender unos metros al actual Udaberri. Se pasó el mal momento, y al cabo de diez años no dudamos en hacernos con el resto de la lonja para configurar la actual sociedad, a la cual anexionaríamos, tres años más tarde, los siete metros cuadrados que ocupa la bodega del bar.

En los años 90 nos acercábamos ya a los 2000 socios. El bar nos come terreno y es difícil trabajar entre tanto ruido y gente.En el 92 nos metimos en una nueva aventura, un local en Artekale que se comunica a través del patio con el de Goienkale. Muchos nos llamaron locos, pensando que no saldríamos del agujero; no sabían que contábamos con vosotros.

Ahora, en este mes de junio del 98, con orgullo podemos decir que disponemos de 200 metros cuadrados , sin cargas, que son nuestros, que lo hemos pagado a pulso, sin ayudas, y lo más importante es que , si a esto le sumamos los últimos éxitos deportivos, podemos decir, sin temor a equivocarnos, que con los socios que tenemos, nos podemos meter en cualquier aventura.

Han pasado tres generaciones, pero lo hemos conseguido. Sois fantásticos!

TORRE DE URREZTEI

La TORRE DE URREZTEI ubicado a la derecha de esta panorámica

La historia de Urreztei comenzó el 26 de Abril del año 1.936, cuando Sopeña con su mochila a cuestas, donde cuidadosamente llevaba oculta una cuerda, se encuentra con J. Apraiz también del C. D. Bilbao, a quien poniéndole al corriente de sus intenciones llegan a un acuerdo y se dirigen a Atxarte.

Cruzando el puente suben por la barrancada e internándose por el canal de Arruko atacan la muralla por la parte baja de aquel lado hasta salir a la arista.

Desafiando al abismo que se corta bajo sus pies, prosiguen animosos por la cresta, dominando todas las dificultades hasta alcanzar la cima del inviolado pico.

Pretenden el descenso en rapel a la horcada de la parte superior, pero viendo contrariados que resulta insuficiente la longitud de la cuerda, nuestros protagonistas se ven obligados a regresar destrepando por el mismo itinerario de subida.

Tras este gran triunfo de los escaladores bilbainos, la Torre de Urreztei había de convertirse durante muchos años en el principal objetivo de todas las cordadas de la región.

En la actualidad son muchos los itinerarios que se frecuentan para llegar a la cima de Urreztei, algunos de ellos de E. D. (extremada dificultad). Por citar algunos, Kabratxo, Jambo, Tobogan, Mikelatz, etc.

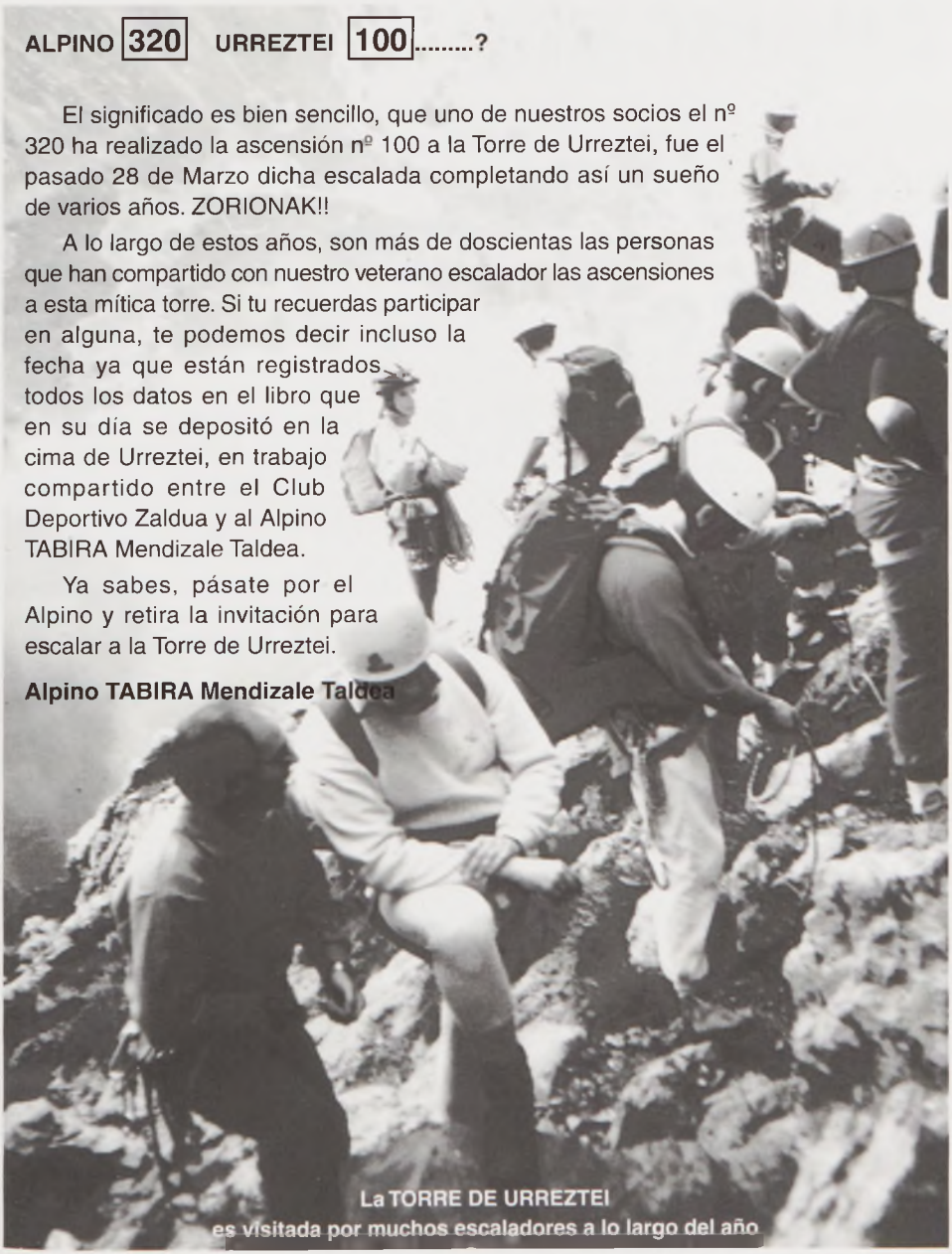
ALPINO 320 URREZTEI 100.....?

El significado es bien sencillo, que uno de nuestros socios el nº 320 ha realizado la ascensión nº 100 a la Torre de Urreztei, fue el pasado 28 de Marzo dicha escalada completando así un sueño de varios años. ZORIONAK!!

A lo largo de estos años, son más de doscientas las personas que han compartido con nuestro veterano escalador las ascensiones a esta mítica torre. Si tu recuerdas participar en alguna, te podemos decir incluso la fecha ya que están registrados todos los datos en el libro que en su día se depositó en la cima de Urreztei, en trabajo compartido entre el Club Deportivo Zaldua y al Alpino TABIRA Mendizale Taldea.

Ya sabes, pásate por el Alpino y retira la invitación para escalar a la Torre de Urreztei.

Alpino TABIRA Mendizale Taldea



La TORRE DE URREZTEI es visitada por muchos escaladores a lo largo del año

CHAMONIX - ZERMATT

Entre las mecas del Alpinismo

"LORTU DUGU"

Pigne d'Arolla 3.772 m. inmediaciones del Muro de La Serpentine.

Tras el éxito te informamos de esta Alta Ruta de esquí que se inicia en el valle de Chamonix (Francia) y tras recorrer los Alpes y llegar esquiando hasta las calles de Zermatt (Suiza) satisface al más exigente.

Veinticuatro esquiadores conseguimos llegar a Zermatt tras el abandono de Julen por lesión en la segunda jornada.

Creemos ser los pioneros como Club, y grupo tan numeroso en conseguir semejante hazaña, por lo cual todo ello queda en términos de LOGRO EXITOSO.

El espectáculo es digno de verlo, veinticinco personas esquiando en la nieve polvo de las laderas de los Alpes a la vez que en cada jornada uno se siente más cerca de lo deseado, la CHAMONIX - ZERMATT al participar en ella se siente haber realizado algo grande sobre todo si se consigue llegar esquiando hasta el pueblo de Zermatt. "NOSOTROS LO CONSEGUIMOS".

ERRORES:

Es cierto que cometimos algunos, uno de ellos muy a tener en cuenta, ninguno del grupo disponíamos de pala, imprescindible en caso de no llegar al refugio previsto de cada jornada, la pala sirve para escabar una cueva ó construir un iglú en la nieve, bién sea por extravío o ser sorprendidos por una tempestad en la inmensidad de estos parajes.

ACIERTOS:

El participar en numeroso grupo, algunos creen que lo más acertado es ir en grupito, a la Chamonix Zermatt, pués creemos que nó, por varias razones ya que en numeroso grupo se siente uno más arropado y en cuanto a los importes a pagar, pues es lógico que los grupos tengan considerables descuentos, en ocasiones se paga menos de la mitad del coste como fué el caso de los traslados de retorno de Zermatt a Chamonix.

Tras este gran triunfo el Alpino TABIRA Mendizale Taldea ve las fronteras muy abiertas para seguir organizando año tras año esta apasionante Alta Ruta de esquí siempre que tengamos amigos dispuestos a organizarlo, este año los hemos tenido; además se ha trabajado con mucha pasión y antelación para llevar a cabo esta prueba la cual ha sido un éxito, por lo tanto el Alpino Tabira agradece y da las gracias a Mercedes y Samuel por ejemplo.

También a Josefe e Idurre por la colaboración prestada en el transcurso de esta Alta Ruta y como nó la más calurosa felicitación a todos-as los que tomaron parte en esta apasionante aventura.

ZORIONAK

Tras concluir la Alta Ruta el equipo "98" en Zermatt.

CHAMONIX - ZERMATT 98

1.ª ETAPA: Traslado en autobús desde Chamonix (1.030 m.) hasta Argentière (1.257 m.) para subir en teleférico al Col de Grands Montets (3.233 m.). Comenzamos el 1er descenso de la Travesía por el Glaciar de Rognons para atravesar el Glaciar de Argentière (2.560 m.) y poder superar el fuerte desnivel hasta el Col e Chardornnet (3.323 m.). Como no está helado, evitamos tener que rapelar, pero descendemos hacia el Glaciar de Saleina con las tablas en la mochila. Después de un suave descenso hasta el fondo del Glaciar (3.000 m.) nos espera una corta pero inclinada pendiente hasta alcanzar el Col de La Fenêtre de Saleina (3.261 m.). Bajada por el Glaciar de Trient hasta el Plateau (3.130 m.) y posterior ascenso al Pico de Orny (3.234 m.). Descendemos para llegar al **Refugio de Trient (3.170 m.).**

Etapa en la que pasamos dos collados de más de 3.000 metros

⇨ 1.128 m. ⇦ 1.191 m. Duración: 7 horas.

2.ª ETAPA: Desde el Refugio de Trient, descenso por el Glaciar de Trient (2.776 m.) hasta alcanzar el Col de Escandies (2.796 m.). Largo descenso del Valle de Arpette, para llegar a la localidad de Champex (1.477 m.). Viaje en autobús a Verbier (1.500 m.) para subir en teleférico a la estación de esquí (2.726 m.) y descender al **Refugio de Mont-Fort (2.457 m.).**

Etapa agradable donde pasamos del macizo del Mont Blanc a la cordillera Valaisanne.

⇨ 20 m. ⇦ 1.982 m. Duranción: 3 horas.

3.ª ETAPA: Partiendo del Refugio de Mont-Fort ascendemos al Col de Chaux (2.940 m.) y atravesamos el Col de Momin (3.003 m.) para descender por el Glaciar de Prafleuri y llegar hasta una magnífica construcción de madera, el **Refugio de Prafleuri (2.684 m.).**

Etapa de transición marcada íntegramente por la mala climatología.

⇨ 546 m. ⇦ 319 m. Duración: 6 horas.

4.ª ETAPA: Del Refugio de Prafleuri subimos el Col de Roux (2.804 m.) para descender por el Glaciar de Mourti (2.575 m.) y bordear el Lago de Dix hasta el Pas du Chat (2.386 m.). Ascendemos al Refugio de Dix (2.928 m.), atravesamos el Glaciar de Cheilon y atacamos el impresionante Muro de La Serpentine (3.547 m.) con los esquís en la mochila. Por el Glaciar de Tsena Réfien alcanzamos la cima del Pigne d'Arolla (3.772 m.). Magnífico descenso hasta el espectacular **Refugio de Vignettes (3.157 m.).**

Se trata de una magnífica etapa glaciar.

1.506 m. 1.033 m. Duración: 11 horas.

5.ª ETAPA: Dejamos atrás el Refugio de Vignettes y atravesando el Glaciar d'Otemma ascendemos el Col de L'Ebéque (3.392 m.) para poder descender por el Glaciar d'Arolla (2.850 m.). Subimos a pie el empinado Col de Brule (3.213 m.) y descendemos por el Glaciar de Tsa de Tsan (3.000 m.). En un largo ascenso llegamos al Col de Valpelline (3.568 m.), auténtico mirador sobre el Cervino, para subir al pic Valpelline (3.802 m.). Iniciamos el largo descenso a Furi (1.864 m.) por el Glaciar Stochjigtetsche (3.040 m.) pasando al Glaciar de Tietmattengletsche (2.600 m.) y al Glaciar Zmuttgletsche, para llegar finalment a Zermatt (1.616 m.).

Etapa considerablemente larga.

1.400 m. 2.941 m. Duración: 10 horas.

DESNIVEL TOTAL: Subidas, 4.600 m.
Bajadas, 7.460 m.

Alpino TABIRA Mendizale Taldea

Adjuntamos relación de participantes en la CHAMONIX-ZERMATT

ALPINO TABIRA MENDIZALE TALDEA
Jon Aranoa - Joserra Basaguren - Juancar Cengotitabengoa - Alfonso Elejabarrieta - Susana Etxebarria - Javier Falagan - Idurre García - Ricardo Gezala - Josu Kortabarria - Txema Martín - Andoni Solagaistua Unax Unzalu - Juan Pedro Uribe - Nekane Zubizarreta

Panorámica desde el Col de Ecandies, alfondo Glaciar de Trient.

OURDAYBI
Julen Azkorbebeitia

GANZABAL
Jose Felix Beobide - Antonio García

ETORKIZUNA
Jordi Estañol

LEIOA
Ibon Goiarrola

ZORNOTZA
Samuel Jimenez

VASCO DEL CAMPING
Fernando Osa

GASTEIZ
Fco. Javier Fdez. Villar

JUVENTUS
Joaquin Guridi

INDAMENDI
Aitor Manterola

BETSAIDE
Luis Ruiz Austri

Nire lehen esperientzia

Duela urte bete inguru, lagun batekin hizketan nengoela Alpinok urtero egiten duen eski zeharkaldi hau aipatu zidan. Ni animatzen saiatu zen, baina momentu hartan iharduera erakargarria iruditu zitzaidan arren, ez zela nire neurrikoa pentsatu nuen.

Urte bete osoa igaro ondoren, beste lagun batek berriro gauza bera aipatu dit eta animatzera behartu nau. Honela ba, nire lehen esperientzia Pirinioetan dauden bi mendi hauek igotzen izan da:

Pic d'Estremer (2.214 m.)
Campo de Troya (2.224 m.)

Itziar, Eider eta Joli

Egia esan, hasiera batean oso urduri nengoen, ni ez bainaiz mendian sarritan ibilitakoa, baina bueno, joan nintzan. Honela ba, larunbat goizean goiz-goizetik jeiki eta Pirinioetan dagoen Pourtalet alderantz abiatu ginen taldetxo bat. Iritsi ginenean, orduan hasi ziren komeriak, lehenengo botak, gero eskiak ere zerbait arraroak, ni beste bota eta fijazio mota batera ohitua bainago, eta hori gutxi balitz, eskien azpian itsas zakur larruak jarri behar izan nituen, eta gainera motxilan aihotzak, piolet bat eta kranpoiak sartu behar izan nituen. Hori guzti berri-berria zen niretzat, eskerrak nire lagun eta momentu horretan ezagutu nituen beste lagun batzuk han zeudela niri laguntzeko prest. Zer egingo nuen nik haiek gabe!

Eski Alpinoan horrelako teleski batean eseri, gora igon eta gero jeitsi egin behar da, baina beste honetan aldiz, jeistea nahi baldin bada lehenengo eskiekin oinez igon behar da, eta ordu batzuk igotzen egin ondoren, jeitsiera bat bakarra dago. Beraz gogorrena igotzea da.

Era honetako iharduetan berehala konturatzen zara zure inguruan beti dagoela jende bat zuri laguntzeko prest, momentu oro egin beharreko ariketak nola egin azaltzeko prest, eta benetan pozgarriena taldeko partaide bat gehiago zarela sentitzea da.

Esan beharreko gauza asko esan gabe gelditzen dira, ezin direlako hitzekin adierazi. Niri bezala gauza berriak probatzea gustatzen bazaizue, gaur bertan esperientzia hau bizitzera gonbidatzen zaituztet, nik errepikatu dut, ea hurrengoan elkar ikusten dugun, jarraitzeko asmoa dut eta! Laster arte!

Eskerrik asko edertasun hau gozatzen lagundu didazuen guztioi!

EIDER

DE PEÑAS DE AIA A ZUBEROA

Madrugamos, no mucho, para tomar la autopista y salir en Oiartzun. Aquí tras cruzar el barrio de Iturriotz nos dirigiremos al de Karrika al final del cual tras pasar un caserón que se distingue por su tejado de cuatro aguas aparcaremos junto a una sociedad. Roberto con uno de los coches nos deja de momento para esperarnos en el alto de Bianditz. Son las 8,30 empezamos la ascensión por una hermosa pista que no la abandonaremos hasta toparnos con la carretera. No hay pérdida si usamos unos mínimos de lógica. Unos suaves repechos y unos llanos reconfortantes hacen que apetezca un trago de agua a la que nos invita Juanan cuando a lo lejos divisa una hermosa fuente. Quince minutos y cuando son las 9,30 un bonito collado cruzado por unos cables "ecológicos" nos indican que vamos por el buen camino. A nuestra izquierda Peña de Aia y a la derecha al fondo del valle la carretera que se dirige hasta Artikutza. Unos minutos más y en un área de esparcimiento es ahora Javi el que nos invita a acercarnos a la fuente en donde se refrescan un par de botellas de sidra. Enjuagamos la boca y seguimos la marcha girando un poco a la izquierda en donde veremos unas marcas que nos llevarán hasta la carretera en donde Gallas, sentado en el petril nos indica que ya son las diez. Tomamos carretera arriba algo más de un kilómetro, otra fuente, y llegamos al alto de Bianditz en donde bajo la torreta eléctrica Roberto nos indica la dirección ascendente a tomar.

La ascensión es por una ladera herbosa que aunque corta tiene bastante pendiente que se puede disimular discutiendo si aquella cima que está a nuestras espaldas es el Anboto. Como siempre ocurre, la primera no es la cima, pero lo peor está superado. Una alambrada que viene muy bien en caso de niebla nos llevará a la cima del Bianditz 840 mts., una vez que hayamos pasado por un curioso mojón en el que se encuentra grabado un bastón que nos recuerda la pertenencia de esta zona a la Colegiata de Roncesvalles.

No son todavía las once y Fernan, recordando la bien aprendida lección del día de la excursión del Alpino comenta, mira que playas más extensas, Las Landas, y allí Larun, Peñas, Pirineos, Ernio, Izarraitz... y Angel le mira entre atónito y sonriente. Apetece quedarse un par de horas en la cima, de verdad que las vistas son

maravillosas. Pero tenemos que llegar a Zuberoa con tiempo.

Retrocedemos hasta el cromlech y siguiendo unas marcas que van por una marcada pista llegaremos al alto de Arritxulegi, carretera que va de Oiartzun a Lesaka, tras haber caminado tres horas. Ahora las opiniones se dividen, Las Peñas por las crestas o bordeándolas. Por arriba es verdad que hay un tramo que hay que ir un poco atentos. Olea opina que hagamos dos grupos unos por arriba y otros bordeando, hacemos esto aunque en realidad los grupos son tres ya que Roberto y yo volveremos a por los coches para esperarles en Elurretxo.

Ya estamos en Elurretxo, el parking lleno de domingueros para subir de aquí tranquilamente a peñas, nuestros chóferes esperan, tenemos que cumplir con la segunda parte del recorrido, Zuberoa. A un par de kms. dirección a Irún en una fuente nos aseamos, nos cambiamos y cada cual cuenta sus vivencias, lo agreste de las crestas, las bonitas cascadas por el camino que bordea el macizo, de verdad que el recorrido a tiro de piedra de casa merece la pena. Para el coche, estamos en el Zuberoa, Oiartzun, el restaurante de los hermanos Arbelaitz, quinto en el raking de cocina en la Península, aunque distinto que el recorrido, maravilloso también.

Estamos en los postres y mientras planeamos ya otro recorrido para el año que viene con dos etapas, no descartamos el volver antes de fin de año de nuevo a las cimas de Aia y Bianditz.

Iñaki Oleaga

DURANGO PAMIR 1999

Saludos de nuevo a todos. Aquí estamos otra vez, dispuestos a contar a todos los lectores de Katazka nuestras nuevas ideas y proyectos.

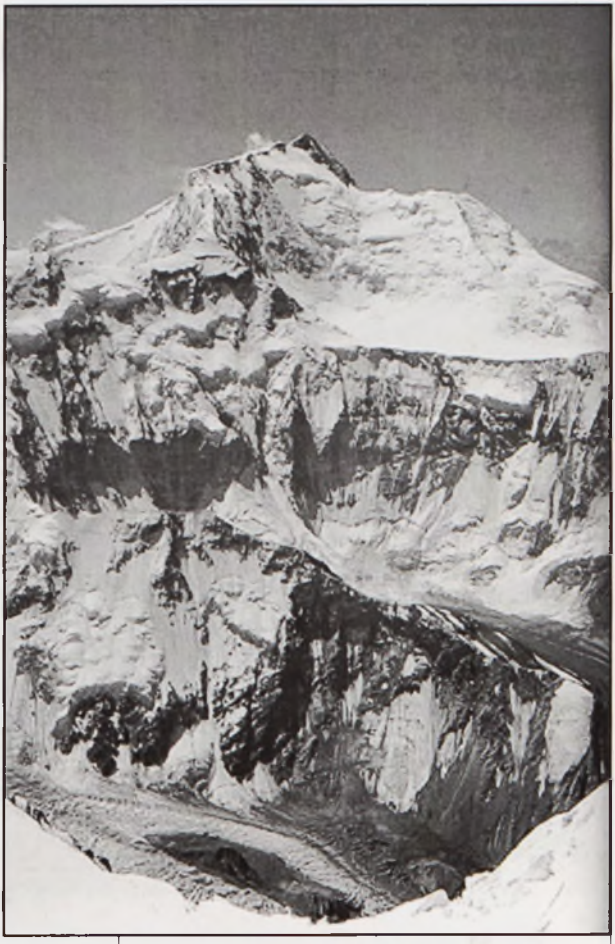
Tras las anteriores escapadas a la Cordillera Real Boliviana y a la Cordillera Blanca Peruana (de las que ya os mantuvimos informados y los habituales de Katazka recordareís), ya estamos de nuevo preparando una nueva salida, esta vez para el verano de 1.999.

Hace unos años, después de tantas salidas por Pirineos y Picos de Europa, llegó el momento de pensar en empresas mayores. Así, en 1.994, la primera opción fué desplazarnos hasta los Andes, concretamente a Bolivia, a la Cordillera Real. Aquí la intención era la ascensión del Sajama (6.542 mts). Más tarde vinieron otras salidas a los Alpes y un trekking por Nepal, y en 1.997 volvimos a decidirnos a saltar el charco para volver a los Andes. Esta vez el lugar escogido fué la Cordillera Blanca Peruana, lugar precioso en todos sus aspectos. Aquí, nuestro objetivo era ascender al punto mas elevado de la cordillera, el Huascarán Sur (6.768 mts).

Como sucede a todo amante de la montaña, cuando se regresa de un viaje inmediatamente se pone a pensar en el siguiente, así que tan pronto volvimos de Perú empezamos a trabajar en nuevas ideas. Parecía claro que tras nuestras experiencias en los Andes el siguiente paso era intentar algun 7.000, así que nos pusimos manos a la obra. Tras analizar las distintas opciones existentes en las principales cordilleras asiáticas nos decidimos por el Pamir. Esta es una región montañosa situada en la parte Oeste de Asia Central y cubre unos 120.000 kms cuadrados. Es, tras el Himalaya, la mayor cordillera del planeta. La parte Este del Pamir contiene anchos valles situados a 4.000 mts, y sobre ellos se elevan sencillas cimas de hasta 5.500 mts. La región Oeste está formada por una serie de altas cordilleras de afiladas crestas, abruptas vertientes y enormes glaciares; entre ellos el Glaciar Fedchenko, que con sus 77 kms de longitud es el mas largo glaciar extrapolar de la tierra.

Dentro del Pamir nos hemos decidido por el pico más elevado de esta inóspita cordillera Centro - Asiática, el Comunismo, que con sus 7.495 mts es la 71 montaña mas elevada del planeta. No es fácil elegir habiendo lugares increibles dentro de otras cordilleras como Himalaya o Karakorum. Nos decidimos por el Pamir por ser esta zona muy poco visitada en comparación con otros lugares mas conocidos, por el aspecto impresionante del pico Comunismo y las pocas ascensiones que se realizan a el cada año, y por la posibilidad de encontrar otro pico de mas de 7.000 mts justo enfrente, el Korjenevskaya de 7.105 mts, tan espectacular como su vecino.

El Pico Comunismo es una montaña de enormes proporciones que está rodeada por extensos glaciares: Moskvin, Fortambek y Valter al Norte; Beliajov y Stalin al Sur. La montaña está construida sobre tres aristas, dos de ellas alineadas de Norte a Sur, la tercera se dirige al Este y bajo ella se extiende el enorme Plateau Glaciar de 12 x 3 kms y situado a una altitud de 6.000 mts. Fué precisamente esta Cresta Oriental la utilizada por la expedición rusa que consiguió la primera ascensión en 1.933, por medio del siberiano Yevgueni Abalakov.



Una vez escogido el pico objetivo de nuestra expedición, quizás el punto más comprometido, el siguiente paso es estudiarlo detenidamente para poder decidir la ruta a seguir durante la ascensión. Nuestro intento se realizará a partir del campo base situado en la confluencia de los glaciares Valter y Moskvin, a una altitud de 4.300 mts. La primera parte de la ascensión se desarrolla por uno de los espolones Norte que sostienen al gran Plateua: el Espolón Borodkin. Tras atravesar el Plateau ascenderemos al Pico Dushambe (6.950 mts), que nos conducirá, dejando al Oeste la cabeza rocosa somital, a un lugar al pie de la Arista Norte. El camino hacia la cima se desarrolla por dicha afilada arista. El tiempo necesario para realizar la ascensión y regresar al campo base cuando realicemos el intento definitivo será de unos seis dias.

La época del año para desplazarse a esta zona, debido a su situación geográfica, es muy corta, y va desde mitad de Julio a final de Agosto.

Por el momento esto es todo lo que os podemos contar sobre esta expedición, pero según vayamos atando cabos y tengamos nuevos datos os mantendremos informados.

Un saludo a todos los lectores de Katazka.

Durango - Pamir 99

MONTE ROSA

4.634 m.

MONTE ROSA, esquema del macizo y sus alrededores.

Estamos ya en puertas del verano y a pocos días de la presentación de la salida de verano a los Alpes, en la cual la actividad estrella será el Monte Rosa.

CARRERA ALPINA:
Los TRES GRANDES de los Alpes.

1.997 = Mont Blanc 4.807 m.: Lo conseguimos.

1.998 = Monte Rosa 4.634 m.: Lo intentaremos.

1.999 = Cervino 4.478 m.: Lo tenemos previsto.

SI QUIERES ENRIQUECER TU CURRICULUM MONTAÑERO, AL MONTE ROSA DEBES DE ACUDIR... YA QUE EL ALPINO PONDRA LOS MEDIOS NECESARIOS PARA PODER CONSEGUIRLO.

La salida de este verano será muy similiar al del verano pasado en cuanto al sistema, primero se viajará a Saas Fee (Suiza) y en las laderas del monte Alphubel (4.206 m.) y aproximadamente a 3.500 m. instalaremos el campamento de aclimatación, desde este lugar se pretende la ascensión a dos cuatromiles de mediana dificultad, serán el Alphubel (4.206 m.) y Allalinhorn (4.027 m.).

Tras la aclimatación nos trasladaremos a Zermatt de donde a través de un tren cremallera llegaremos a un lugar paradisiaco, exactamente a Roterboden (2.815 m.) es una pequeña planicie en donde es fácil quedarse sin película de filmación, aquí las panorámicas son de lo que uno no puede imaginarse, hace cuatro años gente de Bilbo se trasladaron a este lugar sólo por el gusto de filmar.

En primer lugar el Cervino (4.478 m.), ofrece una visión tan espectacular que no se aprecia de otro punto de los Alpes, el Breithorn (4.164 m.). Castor (4.228 m.). Pollux (4.092 m.) y el Liskamm (4.527 m.) todos ellos ofrecen una imagen tan gigantesca que nos dará la sensación de estar saboreando un ambiente himalayco, y frente a nosotros todo el macizo del Monte Rosa, nuestro objetivo, la vía normal del Monte Rosa, concretamente la punta DUFOURSPITZE (4.634 m.), es exigente, se hace difícil sobre todo el recorrido aéreo de la arista cimera, por lo demás es relativamente fácil, no obstante el desnivel a salvar desde el refugio es de 1.839 m.

El pasado año realizamos las actividades en los Alpes franceses e italianos, este año nuestras vacaciones serán íntegramente en territorio suizo.

Joserra Basaguren

ALLALINHORN (4.027 m.), el cuatro mil más concurrido de Saas Fee.

Pico Lezna

(2.206 m.)

He mirado el calendario de actividades del club para este año, y veo con agradable sorpresa, que el 4 de Julio hay proyectada una salida al Pico Lezna. Y como yo he tenido la satisfacción de ascender esta cumbre dos veces en el mismo año, una en invierno y otra en verano, voy a hacer una pequeña narración de esta ascensión.

Para comenzar y a juzgar por la cantidad de veces que me he paseado por la zona donde se encuentra este monte y la poquísima gente con la que me he cruzado, puedo casi, asegurar que, o es una montaña poco conocida en los ambientes montañeros, o es que su larga marcha de aproximación hace pensárselo dos veces a la hora de hacer su cumbre. No obstante, esto no supone ninguna lacra para su ascensión, ya que, no existe nada más gratificante para la vista y para el espíritu, que gozar de estas silenciosas soledades, hoy en día que cada vez es más difícil descubrir parajes tan poco concurridos.

Esto debido, a mi entender, a la falta de carreteras, las largas marchas de aproximación, que hacen desistir a los domingueros, la inexistencia de abastecimientos, que obligan a portear la comida y los enseres para los días de marcha y la cercanía de los Picos de Europa que arrastra a las masas. Todo ello hace que esta zona y prácticamente todo el Alto Carrión que es donde se encuentra, sea un lugar en el cuál el senderismo y montañismo alcanzando sus máximas expresiones de placer, ya que, se realizan en tanta soledad, que nuestros sentidos van a absorber las más placenteras y cautivadoras sensaciones de lo que estas actividades suponen de contacto con una naturaleza en estado casi puro, de esfuerzo físico y de satisfacciones visuales.

Para situarla geográficamente, diré que se encuentra en el norte de la provincia de Palencia, dentro de la Reserva Natural de Fuentes Carrionas en la zona montañosa conocida como "Alto Carrión" y su acceso más rápido se puede hacer por dos zonas: La primera, es llegando a Cervera de Pisuerga y cogiendo la carretera de montaña llamada "Ruta de los Pantanos", que une este pueblo con el de Velilla de Guardo, dejándola al llegar al pueblo de Triollo para desviarse tres km., hasta Vidrieros, donde comenzaremos la aproximación. La segunda, es llegando al pueblo de Lores, situado en la comarca de la Pernía, que se encuentra a la izquierda de la carretera que une Cervera de Pisuerga con Potes por el puerto de Piedras Luengas. Yo voy a describir la ascensión por Vidrieros, para de esta manera poder regocijarnos con el placer de caminar por el valle de Pineda y la Vega de Correcaballos, lugares que si el buen hacer no lo remedia, se verán anegados por la construcción de un pantano que tendrá su dique en Vidrieros.

Volviendo a la montaña que nos ocupa, voy a relatar aquí la ascensión de la arista SE., probablemente la más rápida y bonita.

Comenzamos a caminar en lo que puede ser considerado como la plaza del pueblo de Vidrieros, que no es más que un ensanchamiento de la carretera que aquí mismo acaba y es lugar de reunión de todos los montañeros que se van a aventurar por esta zona. Pasando dicha plaza, la carretera se convierte en pista con bastantes baches y bastante profundos algunos de ellos.

Caminaremos unos tres km., con el río Carrión a la derecha hasta el refugio de pescadores que queda a la izquierda del camino, casita muy coqueta dotada únicamente de una mesa, pero limpia y que nos ofrece muy buenas posibilidades de vivaquear. Este refugio, está situado en el estrechamiento elegido para construcción del dique del ya comentado pantano. Pasado dicho estrechamiento natural, el valle se abre y ensancha enormemente durante unos tres km., el cuál atravesaremos dejando unos chalecitos a mano izquierda en el sentido de la marcha, hasta llegar a la altura de otro chalecito blanco y verde, situado a la derecha del camino y a la par del conocido "pucherín" pozo que forma el río y que es utilizado como piscina natural por los lugareños. Justo hasta este chalet cae la arista E. del Pico Lagunillas que queda a nuestra izquierda.

A unos 700 m., de este pozo natural se encuentra el único puente que existe sobre el río Carrión en estas latitudes, por donde cruzaremos al otro lado del río encontrando un cruce de pistas en el que tomaremos la de la izquierda, que subirá ligeramente para encontrar otra nueva bifurcación, la cuál ignoraremos para seguir por la pista que sobre el río se dirige hacia el NO., y que llevará al Carrión a su izquierda durante todo el recorrido.

A un km., más o menos de este puente, encontraremos las ruinas del antiguo puente llamado "Teblo", situado a pocos metros del chozo de pastoreo perteneciente a Santibáñez de Resoba, hoy día en desuso. Este puente es un vestigio de la antigua calzada romana que

Cumbre del PICO LEZNA con su buzón esférico

pasaba por el valle de Pineda y que fue destruido en la guerra civil española para evitar el suministro de las tropas apostadas en esta zona.

Más adelante y en la misma pista podremos llenar nuestras cantimploras en la fuent llamada "La Rabina" agua muy apreciada por los pastores.

La vaguada siguiente era el paso utilizado por los pobladores de la Abadía de Lebanza, situada en la ladera E. del monte Ontanillas, que queda a la derecha del camino, para adentrarse en el valle de Pineda, y un poco más adelante encontraremos un chozo de pastoreo, el de "Peñaquemada" perteneciente al pueblo de Resoba.

Posteriormente llegaremos a la zona de "Santa Marina" o "Junta de los Ríos", donde se unen al Carrión los arroyos de Arauz y Ontanillas. Aquí el camino vadea el río justo al lado de una gran roca, pero nosotros seguiremos por una senda que nace a la derecha del camino, un poco antes de llegar a la roca, y que se dirige a un refugio construido en el vértice de separación de ambas cuencas, el cuál luego se deja bastante distante a la derecha de nuestro camino. Aquí la senda se estrecha y pasa por un bosquecillo de altas escobas, para después de una zona tallada en la roca ensancharse y salir a un descampado donde se encuentra otro chozo hecho de bloque y casi siempre cerrado.

Pasado éste y a unos 2 km., encontramos a nuestra derecha la "Dehesa de Arbejal" chozo desde el cuál y por su parte posterior cogeremos el camino hacia nuestro objetivo, camino que es la pista que une Vidrieros con el pueblo de Caloca. Hasta este punto habremos invertido unas 2'30 h., de marcha.

PICO LEZNA, a la derecha la roca característica que da acceso a la arista S.E.

La ascensión por esta pista es cómoda y se gana rápidamente altura, pero al llegar a una pronunciada curva a la derecha debemos de abandonarla para, ya campo a través y con la cumbre siempre a la vista dirigirnos hacia ella. Si siguiéramos la pista llegaríamos a la "Cabaña Cortes" chozo estratégicamente situado en un alto al resguardo de los vientos.

Durante los próximos 15 min., el camino cada uno lo hace por donde quiere, ya que, no hay señal definida hasta la barrera rocosa que se gana por una zona muy lógica y en la que tras el invierno queda un estrecho nevero que serpentea, para dejarnos justo en la arista SE.

Desde el comienzo de la arista hasta una roca característica, emplearemos unos 15 ó 20 min., en subir una zona bastante empinada. Una vez superada esta y situados en la roca solo tenemos que seguir la alambrada, o lo que de ella resta, durante otros 10 ó 15 min., para llegar a los 2.206 m. de su cumbre. Esta última parte de subida es fácil y disfrutona, ya que, tendremos a la vista la impresionante cara E. del Curavacas a nuestra izquierda, y a la derecha la cara E. del propio Pico Lezna y sus estribaciones hasta la frontera con Cantabria, distante unos 500 m., en línea recta.

Desde la cumbre redondeada, pedregosa y siempre solitaria, la panorámica merece una larga sentada para disfrutar de sus vistas sobre el Curavacas al sur, Peña Prieta al oeste y los Picos de Europa al noroeste, entre un sin fin de montes.

DATOS Y NOTAS DE INTERES

- Ascensión realizada en Diciembre de 1996 y Julio de 1997.
- Ascensión realizada por la arista SE.
- Tiempo empleado: 2'20 h. para la aproximación. 1 h. para la cumbre desde la Dehesa de Arbejal.
- Descenso por la arista Sur. (comprometida)
- Estupenda zona para esquí de travesía.
- Otra subida muy bonita es desde la Dehesa de Picorbillo, distante 1 km. de la Dehesa de Arbejal, siguiendo el curso del arroyo Corralón, que nace en la cara sur del pico Lezna. Por esta subida se llega a la arista S. o a la SE.
- Esta zona es especialmente peligrosa con niebla, debido a la falta de referencias.
- Si se sale temprano de Vidrieros, el avistamiento de corzos y ciervos está casi asegurado.

CARTOGRAFÍA

- Montaña Palentina. Dirección General del Instituto Geográfico Nacional.
- Cordillera Cantábrica. Alto Carrión. Ref. A 41 de Javier Malo Iciar.

Jesús Alconero

Irakurtzekoak

Ohi den bezala, erosketa berriak egin ditugu liburutegirako bazkideek aukera handiagoak eduki ditzaten. Hona hemen zerrenda:

Mapak (Puente Viesgo - Panes - Carreña-Cabrales - Sierra de Guadarrama - Ancares - Cordillera Cantábrica).

Liburuak (Montes Alaveses - Everest escritos e imágenes - Goierri mendiz-mendi - Urkiolako Bidezidorrak - 50 rutas por la Cordillera Cantábrica - GR 71 - Cantabria en bicicleta de montaña - GR 74 - Nuevas rutas por las montañas de Cantabria - Euskal Herria en los techos del mundo).

Como podéis apreciar, hemos adquirido nuevos "materiales" para la biblioteca a fin de que l@s soci@s disfruten de ellos.

Karnetak

Gogoratu egiten zaizue oraindino badaudela lehengo urtetik bazkide-karneten batzuk jaso barik. Mesedez, etor zaitezte klubera betiko orduetan eta eskatu idazkariari.

Se recuerda que todavía hay carnés, del año pasado incluso, sin recoger. Por favor, pasad por el club en las horas de costumbre y pedidlos a l@s secretari@s.

Eskalada

El pasado mes de Mayo se celebró en **Atxarte** un cursillo de técnicas de seguros y pequeñas ascensiones; el cual tuvo una gran aceptación, ya que participaron más de una veintena de personas.

El próximo será el **27 y 28 de Junio** con vistas a la preparación de la salida de este verano a los Alpes.

ALPES

Presentación y proyección.

Eguna: Ekainak **30** Junio.

Ordua: 20:00 etan.

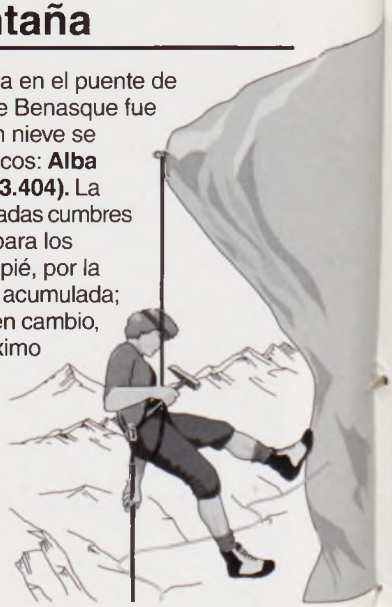
Lekua: Alpinon (Artekalea).

Se detallarán tarifas, forma de viaje, actividades a realizar, material, etc... y se proyectarán unas diapositivas para tener una primera toma de contacto con el lugar, al que iremos del **1 al 10 de agosto.**

NOTAS: Tras la presentación las personas interesadas tendrán opción de realizar la reserva de billetes. **El día 2 de julio** nos reuniremos para organizar dicha salida y será el último día para formalizar las inscripciones. Por otro lado, se recuerda que existe la opción de quedarse en **Chamonix** los diez días por cuenta propia, el club se compromete a recoger a estas personas para volver a Durango.

Alta montaña

La salida realizada en el puente de Mayo a la zona de Benasque fue todo un éxito. Con nieve se ascendió a dos picos: **Alba (3.118) y Aneto (3.404).** La ascensión a las citadas cumbres fue muy penosa para los montañeros de a pié, por la cantidad de nieve acumulada; los esquiadores, en cambio, disfrutaron al máximo tanto en las ascensiones, como en los descensos, debido a las extraordinarias condiciones de dicha nieve.



ELKARTEAREN JAIA

Maiatzaren 17an Alpino TABIRA Mendizale Taldearen jaia izan genuen Ereñon. Ibilaldia egitera joandakoak Munitibarretik hasita, Bereño eta Arrola pasa eta Nabarnizeraino heldu ziren. Eskalatzaileek bitartean, Ereñoko harrobietan jarri zituzten euren sokak. Zelako ikuskizun ederra erakutsi zuten hango hormetan zintzilikatutako gazte eta ez hain gazteek!

Beste alde batetik, Ereñoko plazan umeentzako joku eta tailerretan bati baino gehiagori etorri zitzaizkion burura aintzinako irudiak. Eta betiko "paella" zer???? Bada, azken urteetako gozoena, pertsona askoren ustez. Sariak banatzean hutsuneak sentitu arren, bertaratu ziren batzuek majo bete zuten motxila. Eskertzeko modukoa da familia batzuek euren seme-alabengan mendirako zaletasuna nola pizten duten ikustea.

Arratsaldean GERANDA mendiaren leizea bisitatu genuen eta eskalatzaileak barrura sartu ostean, Durangora bueltatu ginen. Eguraldiak ere lagundu egin zigun, beno lagundu... baten bat erre ere egin zitzaigun eta ez "paella"gatik.

Oharra: Alpino TABIRA Mendizale Taldeak eskertu egiten dio Ereñoko Udalari gure esku utzitako inguru guztia, geure programa aurrera ateratzeko ezin egokiagoa baitzen.

Calendario trimestral

UZTAILA

4-5.- Alto Carrión. Pico Lezna (2206 m.). Peña del fraile (2025 m.).
11-12.- Peña Santa de Castilla (2.596 m.) desde los Lagos. Picos de Europa.
18.- Alpeetarako prestaketa.
18-19.- Gorbea.

ABUZTUA

1-10.- Monte Rosa (4.634 m.) Alpeak.
1-31.- G. R-11. Pirinioa.

IRAILA

12-13.- Iparralde.
20.- Besaide.
26-27.- Los Astazous (3.071 m.) (3012 m.) Gavarnie.

LOS RECORDADOS AÑOS 30

Estamos ya en 1930. Es en este año en el que vemos que la Cultural deja de aparecer como sociedad de montaña en la relación que da la revista Pyrenaica, aunque hay que tener en cuenta que dicha revista dejó de publicarse hasta el año 1935 por lo que la fecha de baja de esta sociedad de la federación puede ser que varíe, pero ahí está el dato.

Pasamos al año 1934 y es en donde comienzan las fechas por las que nos habíamos guiado hasta el momento y quizás también las que nuestros veteranos recuerdan mejor, pero basémonos en datos gráficos y escritos.

En primer lugar tenemos la clásica foto que ya la hemos publicado en varias ocasiones y que está en el local de Goien. A su pie dice *"Los fundadores del Alpino Tavira en el Txarlazo el 15 de agosto de 1934"*. Tenemos más datos de este año y es el acta del pleno municipal celebrado el 24 de agosto en la que en el penúltimo párrafo leemos *"por último el señor Camarero anticipándose a la idea del denominado grupo alpino Tavira que trata de crearse en esta villa y piensa dar una serie de conferencias culturales, se interesó para que para estos actos el Ayuntamiento le facilite uno de los locales de las antiguas escuelas de Callebarria"*.

Seguimos con sesiones del pleno municipal y vemos que el celebrado el día 31 del mismo mes y año y también en el penúltimo párrafo dice *"Por último, a petición del señor Camarero, se acordó autorizar al grupo alpino Tavira, para la celebración de festejos el día nueve del entrante mes de setiembre con motivo de la inauguración del refugio titulado La Nevera en el monte comunal denominado Dolometa de esta jurisdicción"*. De estas dos actas y si prescindimos de los datos de la revista Pyrenaica podríamos deducir que la fundación de nuestro club se sitúa entre los días 15 y 31 de agosto del año 1934. Curioso, tenemos un club fundado en 1928 de lo que nadie sabe nada y fundado de nuevo en 1934. Todo se aclarará.

Ya que hemos tocado el tema de la nevera, sigamos con él. Nuestro primer documento escrito es la solicitud al ayuntamiento el día 4 de julio de 1.935 de permiso para el reparto de programas *de los festejos a celebrar con motivo del aniversario de "la fundación del refugio de la nevera"*. Al día siguiente, esto si que era funcionar la burocracia, se autorizaba a D. Fausto Gonzalez a repartir "*al público hojas iguales a las que se acompañaban al escrito...*".

El programa, guardado como reliquia en nuestra sociedad, comenzaba el día 7 de setiembre a las 8 de la mañana y finalizaba con una gran romería a la tarde *"hasta que se anuncie la salida para Durango"*.

Pocos datos más tenemos ya de estos curiosos años 30. En este año se presenta a la federación la excursión para el próximo año 1936 que se celebró el 5 de julio del 36 y aquí se acaban los datos sobre todo teniendo en cuenta que comenzaría la guerra civil momento en que la federación la formábamos 27 clubs siendo 19 de Guipúzcoa, 5 de Vizcaya, 2 de Navarra y uno de Alava.

Iñaki Oleaga

"Grupo Alpino Tavira"

PROGRAMA DE FESTEJOS QUE SE HAN DE CELEBRAR EN MUGARRA EL PRÓXIMO DOMINGO DÍA 7 DEL CORRIENTE, CON MOTIVO DEL PRIMER ANIVERSARIO DE LA FUNDACIÓN DEL REFUGIO DE LA NEVERA (Mugarra)

A las 8 de la mañana.—Disparo de cohetes anunciando la salida de los excursionistas.
A las 8 ½.—Salida oficial con acompañamiento de txistu.
A las 9 ½.—Llegada a la Campa de la Nevera.

Festejos a celebrar por la mañana.

1.º Concurso de Santzolaris
2.º » » Aurreskularis.
3.º » » Baile a lo suelto por parejas.
4.º » » Soka-tira, de grupos de a 4 concursantes.

A las 11 aproximadamente inauguración de un nuevo buzón en la cumbre de MUGARRA.

Festejos a celebrar por la tarde.

1.º—Concurso de Dulzaineros.
2.º—Imposición de insignias a las montañeras del G. A. T.

A continuación gran romería, hasta que se anuncie la salida para Durango.

NOTA.—Se repartirán importantes premios.

HABRÁ SERVICIO ESMERADO de excelentes vinos de Rioja, bocadillos, cerveza fresca en Boks, refrescos, cafés etc... de la acreditada casa

BAR RESTAURANT "EUSEBIO"

Ondaro 7-36

EL MAL DE ALTURA (I)

NUMEROSOS ESCALADORES SUFREN LOS SÍNTOMAS DE ESTE TRASTORNO, EL CUAL PUEDE DESEMBOCAR EN UN FATAL DESENLACE, PERO QUE A MENUDO PUEDE SER EVITADO.

Aunque hasta los años sesenta esta sintomatología era normalmente catalogada como una neumonía (pulmonía), se tiene constancia de que en la antigüedad ya era conocida y así fue descrita en el 403 a. J.C. por Hui Jiao, cronista chino que recorría la ruta de la seda: "El viento helaba hasta los huesos en la sombría vertiente Norte de las montañas nevadas menores y mi compañero estaba grave. Su boca espumaba, perdía fuerzas muy deprisa y desfallecía aquí y allá. Finalmente cayó muerto sobre la nieve".

Ciento cincuenta años después un jefe mongol narraba así el trastorno, a menudo devastador que castigaba a sus tropas en campaña por el altiplano tibetano (por encima de 4.000 metros): "los síntomas iban desde la debilidad y cortedad de aliento hasta alucinaciones, culminando en la pérdida de consciencia y a menudo en la muerte". También a finales del siglo XVI el sacerdote jesuíta José Acosta se expresaba en términos parecidos a propósito de su paso por un collado elevado en los Andes. Durante el siglo XVIII la afición a la montaña aumentó (ascensión al Mont Blanc en 1786, etc.) y se descubrió la importancia del Oxígeno como soporte de la vida, pero continuó desconociéndose la relación entre mal de montaña e hipoxia –bajo nivel (concentración) de oxígeno–. De hecho, durante el siglo XIX, en plena edad de oro del alpinismo y los vuelos en globo, el término "mal de altura" entró a formar parte de la literatura popular y médica, describiéndose como síntomas que atormentaban a los montañeros y a algunos animales en las grandes montañas. No había acuerdo sobre las causas, pero la simple omisión de tales efectos bastaban para poner en duda que se hubiera alcanzado la cima.

En las últimas décadas del siglo XIX dos médicos Paul Bert y Angelo Mozo consiguieron demostrar que lo que causaba esos síntomas era la falta de oxígeno y/o la baja presión. Esto lo lograron mediante experimentos en cámara de descomprensión y midiendo el transporte de oxígeno por los glóbulos rojos de la sangre. Ya durante este siglo y por imperativos de la aviación durante las dos guerras mundiales y el creciente interés por los deportes de montaña, el conocimiento y estudio de la hipoxia se ha generalizado. De hecho, se demostró la existencia de distintas formas de mal de altura, unos de efectos desagradables,

aunque pasajeros, y otros más graves y potencialmente letales cuyos síntomas dependían de que partes del cuerpo fueran las más sensibles.

Una de las partes de nuestro cuerpo más sensibles a la falta de oxígeno es el cerebro, puesto que él solo consume casi un 20% del oxígeno que respiramos, por lo que no debe de sorprender que la altura afecte en primer lugar a los centros superiores del cerebro donde reside la capacidad de juicio. En realidad los efectos de la hipoxia se asemejan a los producidos por el alcohol. El dolor de cabeza es también un síntoma claro del mal de altura y parece que está ocasionado por que al descender los niveles arteriales de oxígeno, aumenta la cantidad de sangre enviada al cerebro y como consecuencia los vasos se dilatan y el tejido cerebral inflamado presiona a las membranas protectoras del cerebro produciendo dolor.

Las nauseas, los vómitos y la perturbación del sueño, tan frecuentes en el mal de altura, pueden también responder a una alteración del flujo sanguíneo hasta el mesoencéfalo (parte del cerebro donde se controlan estas funciones). En cambio el oído, el olfato y el gusto no son afectados por la altura.

(Continuará)

Txema Martín

ANAIET (2559)

Aurreko zenbakian gaztetxo berberek kontatu ziguten nolako esperientzia izan zuten euren lehenengo hirumilakoa egitean; oraingoan, ostera, bertara joan baino lehen egindakoa gogoratuko digute. Ezaguna da mendi garrantzitsu bat garaitu aurretik gorputza prestatzea beharrezkoa dela eta horixe izan zen hain zuzen ere, gure laguntxoek eginikoa. Hona hemen kontakizuna:

Oporretan Aragoar Pirinioetara joan ginen. Gure asmoa 3000 metroko tontorren bat egitea izan arren, uztailaren 31n entrenamentutzat 2559 metroko ANAIET mendia igo genuen. Ibilbidea kontatuko dizuet: Kotxea kamino izkina baten uzten da. Handik aurrera oinez hasi ginen, lehenengo aldatzik gabeko bide luze samar batetik obretan ari zen telesila estazio batera iristen da. Handik gora bidea trakestu egiten da zertxobait, baina aldi berean politagotu, erreka ertzetik baitoa. Bide horretatik joan ezkero, laku handi batera ailegatzen da. Laku horren inguruan aukera ederra dago bazkaldu, jolastu edo bainu bat hartzeko. Lakutik puntara ordubete inguruko bidea dago. Lepora arte erraz heltzen da, baina handik gora... lehenengo tximini bat igo behar da. Tximinia bukatzerakoan kable bateraino nahiko ondo, gero kablearen zatia oso txarra da, kablea oso flojo dago eta apenas lekurik hankak jartzeko. Kontua da tramo hori oso zaila dela, behin zati hori bukatuta, aurrekoa baino tximinia zailago bat igo ostean, puntara heltzen gara. LORTU EGIN DUGU !!! Puntatik... MIDI, PERDIDO, ... mendiak ikusten ziren eta noski kotxez egin genuen bidea. Han goitik izugarrizko ikuspegia zegoen. Elurra ere urruti, baina ikus zitekeen.

Baina oraindik ezin zitekeen pozez kanta. Segituan bajatu ginen, kablearen tramo horrekin urduri baikeunden, baina ez zitzaigun asko kostatu. Atoan elkartu ginen lepoan zeudenekin. Lakura jaitsi eta kotxerantz. Orduan bai oihukatu genuela LORTU DUGU !!!

Beñat Brabo
Liher Aiartzaguena
Eñaut Aiartzaguena

DIVIERTETE EN EL TRIANGULO

AXPE · HAIZEA · BEGIAK

JUVENTUD, ALEGRIA Y AMBIENTE

CAFFÉ BAQUE

FOTOJET

REVELADO DE FOTOS Y DIAPOSITIVAS
10% de Descuento a socios

San Ignacio, 3 C
Tel. 94 620 26 99 — 48200 DURANGO

CENTRO OPTICO

DURANGO-GALDAKAO-IBAIZABAL

Plaza Ezkurdi, 1 — Euskadi kalea, 4 — Tel. 94 426 03 55
Tel. 94 620 15 71 — Tel. 94 456 12 83 — BILBONDO

GAFAS - LENTES DE CONTACTO
BETAURREKOAK - UKIPEN LENTEAK
APARATOS AUDITIVOS - ENTZUMEN APARATUAK

CICLOS — MOTOS

AGUIRREZABAL

DURANGO

Todas las marcas en BICICLETAS DE MONTAÑA:
Mongoose, Bianchi, Spezialized, Cannondale, Scott, Conor, Asama, Otero...
Garantía: 1 año.
Condiciones especiales a socios del club.
Mikeldi, 7 – Tfno.: 94 681 03 88 - 48200 DURANGO

Viajes Tabira Bidaiak

Fray Juan de Zumárraga, 4
Telfs.: 94 620 01 08
94 620 02 70 - 94 620 03 24
48200 DURANGO (Bizkaia)

El Portico

Droguería, Perfumería

Telf.: 94 681 02 39 — DURANGO

Clinica Dental

IGUALATORIO MEDICO

Zumalacarregui, 18 - 1.º izqda.
Teléfono 94 681 22 00 – DURANGO

Restaurante - Jatetxea

GAZTELUA

Hnos. TXURRUKA
Herriko Gudarien kalea, 1 - Telf.: 94 681 67 22
DURANGO

ASADOR GOIYRIA

- *Pescados y Carnes a la brasa.*
- *Cocina tradicional.*
- *Cordero al horno de leña.*

Telf.: 681 08 86 - 681 75 81

IURRETA

AGUREGI ARGAZKITEGIA

REVELADO FOTOS 1 HORA
REPORTAJES BODA
FOTO - VIDEO

Fco. de Ibarra, 5 - Tfno. 94 620 18 58
ARTEKALEA, 11 - Tfno. 94 681 04 40
Durango

CONSTRUCCIONES
Y EXCAVACIONES

BERMEOSOLO S.A.

San Agustinalde, 1 - 6.º
48200 DURANGO (Bizkaia)

Arduraduna: **Alberto Errazti-Rosa Lejardi** – Argitaratzailea: **Alpino TABIRA Mendizale Taldea** – Diseinua ta Fotomekanika, Fotokonposizioa eta Imprimatzailea: **GRAFICAS AMOREBIETA** – Aleak: 1.550 (Dohainik) – Legezko Gordailua: BI-2598-89