

Foz de Lumbier S28/Oct



La Foz de Lumbier está situada al este de la provincia de Navarra, junto a la localidad de Lumbier a 35 km de Pamplona.

Se trata de un interesante cañón excavado por el río Irati en la roca caliza de las proximidades de la Sierra de Leyre. Tiene algo más de 1 km de longitud, transcurriendo entre paredes casi verticales de 150 a 400 m de altura.

Está declarada Reserva natural como protección de una importante colonia de aves rapaces en la que destacan los buitres leonados y el alimoche.

Hora de salida: 7:00 h en la puerta del Estadio. Vuelta aproximada 20:00 h en Vitoria.

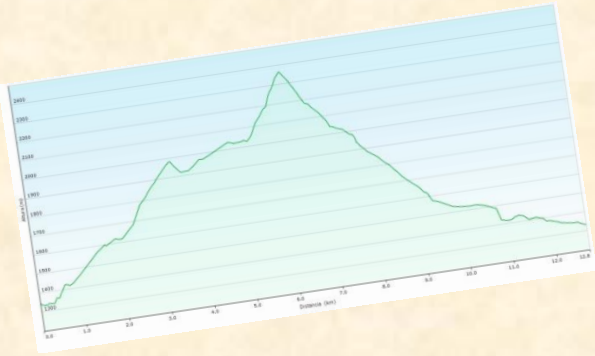
Dificultad: Las grandes dificultades del recorrido se concentran en la ascensión la peña de la Trinidad, ya que, las pistas cómodas se convierten en sendas de montaña. Una vez en la parte alta serán rampas pronunciadas de roca.

Recorrido: Desde el parking comenzaremos a caminar en dirección sur hacia la marcada garganta que se dibuja ante nosotros. En poco tiempo llegaremos al inicio de la Foz. Una vez iniciado el camino labrado en la pared iremos recorriéndolo hasta el final. Tras una sucesión de túneles hechos a mano llegaremos a la desembocadura de la garganta.

En este punto podremos realizar una parada para deleitarnos con las vistas y fotografiar la espectacularidad de nuestro entorno.

Tras la parada retomaremos la marcha por una pista que nos conducirá a la parte más alta de la Foz. En vez de retornar por el camino clásico de turistas, recorreremos unos kilómetros que no nos sobrarán para observar la garganta desde lo alto.

Podremos divisar todo desde el alto de la Trinidad mientras nos dirigimos a la ermita que lleva su nombre. Una vez en ella, continuaremos descendiendo hasta regresar al parking donde tendremos esperando al autobús.



Terreno: Mixto de roca y hierba, al ser una zona kárstica podremos encontrar zonas de roquedos, bosque y prado. No obstante, nuestro recorrido será técnicamente sencillo.

Ritmo y horarios: El ritmo lo marcará el grupo, dependiendo de todos nosotros. Al ser un grupo grande, nos amoldaremos para que nadie se sofoque y que nadie se aburra. Será

un ritmo tranquilo pero mantenido de forma que realizaremos varias paradas cortas para no enfriarnos y una más prolongada para la comida.

Material necesario:

- Ropa de abrigo
- Chaqueta impermeable
- Gorro y guantes
- Gafas de sol
- Bastones (recomendado para la bajada)
- Crema de sol
- Ropa de recambio
- Botas de monte o de trekking “domadas” con buena suela.
- Comida y agua para pasar el día
- Mochila

Vuestros guías

Ibai Rico: Geógrafo, glaciólogo y profesor de geografía en la UPV ha realizado investigaciones en la Patagonia, Ártico y el Himalaya. Alpinista y escalador ha visitado varios macizos de montaña y ha recorrido los Pirineos de costa a costa por la HRP. Ha trabajado como guía en los Alpes, Kilimanjaro, Cáucaso, Noruega y el Alto Atlas entre otros.

Unai García: Experimentado alpinista en los Pirineos, Alpes y alto Atlas. Además de guía titulado de media montaña, trabaja impartiendo formación de auto-rescate, trabajos verticales y actividades guiadas en cualquiera de estos macizos. Desde el 2013 es además guía en la Fundación Estadio donde realiza ascensiones guiadas por los Montes Vascos y los Pirineos.