

'PROGRAMA DE EMPLEADOS' / Cimas solidarias 2010

Ascensión al monte ADI (Navarra) / 29 de mayo 2010 (Sábado)

Si no puedes asistir, apóyanos con tu donativo en la 'Cordada virtual' ()*

- Trayecto: Ascensión al monte ADI, tras un paseo por la zona de Quinto Real.
- Fecha: 29 de mayo 2010 (Sábado).
- Duración de la marcha: Aproximadamente 3,5 horas, a ritmo lento y con paradas.
- Dificultad física: Baja.
- Lugar / hora de encuentro para los que van en autocar desde Pamplona: 09:00 horas, Monasterio de Urdax, 14, junto a la Agencia 01. Seleccionad la opción 'Cima Solidaria 2010. Monte ADI (AUTOBUS)'.
- Lugar / hora de encuentro para los que van en coche: 10:15 horas, en el aparcamiento del Hostal Quinto Real, Ctra. Pamplona-Francia, Km. 27 (término municipal de Eugi). Seleccionad la opción 'Cima Solidaria 2010. Monte ADI (COCHE)'.
- Como acceder: Desde Pamplona, tomamos la N-135 desde Huarte en dirección norte. Al llegar a Zubiri se gira a la izquierda tomando la N-138. El Hostal está a la derecha, antes de entrar en el pueblo.
- Cuota de inscripción/donativo: 15 euros por persona.



"ES MUY IMPORTANTE QUE EN EL FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN INDIQUEIS SI VAIS EN AUTOBÚS"

El próximo sábado 29 de mayo, tendrá lugar la cuarta Cima Solidaria 2010. Una travesía por Quinto Real y el Puerto de Urkiaga, con ascensión al **monte Adi** (a 1.458 metros de altitud), ha sido el escenario escogido por la Dirección Territorial Norte para continuar el programa de excursiones senderistas con fines solidarios organizadas por la Fundación Barclays.

En esta ocasión, la propuesta para la que esta marcha solidaria recaudará fondos, englobada en el '**Programa de empleados**' de la Fundación Barclays, es un proyecto de **formación e inserción laboral de deportistas y ex-deportistas en riesgo de exclusión social** de la Fundación Miguel Indurain.

Desde la Fundación Barclays os animamos a que participéis en este programa y en esta **ascensión al monte ADI** el próximo **29 de mayo**.

(*) Si deseas colaborar con el proyecto beneficiario de la marcha **y no puedes asistir**, participa en la '**Cordada virtual**', una opción que te permitirá formar parte de la marcha sin estar presente físicamente. Puedes realizar tu aportación seleccionando '**Cima Solidaria 2010. Monte Adi (SOLO DONATIVO)**'. El **donativo mínimo son 10 euros**; si deseas donar otro importe, ponte en contacto con José Alberto Moreno en el teléfono 91 336 21 42, o en el correo electrónico josealberto.moreno@barclays.es.

Para apuntaros, pinchad en este [enlace](#)

¿Cuál es nuestro objetivo solidario?

La recaudación de esta marcha solidaria irá destinada a un proyecto **de formación e inserción laboral de deportistas y ex-deportistas en riesgo de exclusión social** de la **Fundación Miguel Indurain**.

Una iniciativa que se encuadra dentro del '**Programa de empleados**', dirigida a apoyar la integración social y el bienestar de personas en riesgo de exclusión.

El monte ADI



Quinto Real es un bosque de hayas situado al noroeste de Navarra. Los valles pirenaicos de Bartzán, Erro, Esteríbar y Aldudes comparten la propiedad de este espacio natural surcado de regatas. Sus características hacen de este espacio una de las extensiones boscosas más importantes de Navarra. Atravesado por el río Arga, este extenso paraje esconde rincones singulares como las ruinas de la Real Fábrica de armas de Eugi o el hayedo de Odia.

Su topónimo procede de la Edad Media (siglo XIII) originado por una antigua disputa por los ricos pastos de la zona, en la que los de Baigorri (Francia) tenían que pagar una 'quinta' (un cerdo de cada cinco,) a los reyes navarros en concepto de aprovechamiento de pastos y monte.



Información sobre la excursión. Itinerario y recomendaciones

Itinerario

Iniciaremos la marcha caminando hacia nuestra derecha en el mismo puerto de Urkiaga, dirección Francia, junto a un pequeño refugio. Recién comenzada la pista tomamos por un atajo monte arriba para volver a encontrarla como unos 500 m. más adelante. Tras caminar un rato por este sendero, nos desviaremos a nuestra izquierda hacia el punto Refugio, una pequeña casita de madera en un claro, y desde ella iremos remontando el cordal por toda la lomada obviando la pista forestal. Seguimos remontado por el cordal sobre pasando los altos Esnezelaieta y Gorostibizcar hasta alcanzar el collado Adipeko y la cima del Adi (1457m.).

Realizaremos un pequeño descenso de unos 250 metros dejando a nuestra izquierda una valla en dirección Este hacia el collado **ARATUNGO**. Seguiremos por el cordal en la misma dirección Este y, tras atravesar diversas lomadas, a unos 1270 metros de altitud, nos dirigiremos al monte **ITURRUNBURU(1312 m.)**, siempre pegados a la valla de nuestra derecha, para alcanzar la cima como en 40 minutos desde el ADI.

Regresaremos por el mismo camino desde el que accedimos a la cima hasta llegar de nuevo al collado Aratungo. Una vez allí, tomaremos la GR11, que nos evitirá tener que ascender de nuevo al ADI, y podremos disfrutar de los bosques de Quinto Real, verdadero paraíso forestal que Navarra guarda como un tesoro. Descendemos del puerto de Urkiaga para finalizar en Euguí, junto al pantano del mismo nombre, donde se encuentra el Hostal Quinto Real junto a la carretera, donde podremos comentar las anécdotas de la jornada y degustar un pequeño ágape previsto.

La marcha finalizará sobre las 15:30 horas, momento en el que tomaremos el autobús, para quienes hayan ido en autocar.

Recomendaciones

- **deberemos llevar gorra, botas cómodas, bastones y una prenda ligera pero que proteja contra el viento, así como alguna prenda de lluvia y crema solar, si la predicción meteorológica la anunciase.**
- **cada uno debemos llevar nuestro/s bocadillo/s bebida y agua, así como algunas chocolatinas.**
- **en todo caso debemos evitar el exceso de peso de nuestras mochilas.**