



LAGUN ONAK M.B.

2012ko EGUTEGIA

URTARRILA

- 1 Erlo.
- 15 Endoia + EKAINBERRI
- 28 Azpeiti-Aizarna-Azpeiti

OTSAILA

- 11 Azpeitia-Aldaba Txiki .Sagardotegian bazkaria
- 25-26 Gaztetxoekin Eski Fondoa

MARTXOA

- 4 Zuzenien igoera
- 10 Pagasarri-Ganekogorta-Laudio
- 11 Gaztetxoan Ibilaldi Neurtua (ZARAUTZ)
- 18 BTT irteera
- 24-25 Bisaurin

APIRILA

- 15 BTT irteera
- 21-22 Collarada
- 22 SANTA ENGRAZI
- 28 Arantzazu-Elgea-Arantzazu

MAIATZA

- 5-6 Chipeta-Selva de Oza-Castillo Achert
- 5-6 IZARRAITZEN GAZTETXOEN ASTEBURUA+ KAKUTE
- 13 Izarraitz Mendilasterketa
- 20 Txalintxo
- 22-25 Mendi astea
- 27 XOXOTEko EGUNA

EKAINA

- 2 Aralar
- 3 BTT Irteera Urbia (100 Km)
- 16 Uliako Itzulia
- 17 GAZTETXOEN BTT irteera
- ekaina 30 uztaila 1 OKABEn asteburua
- ekaina 30 uztaila 1 Gran Fatxako zeharkaldia

MENDI IRTEERAK

UZTAILA

13-14-15 Ehun Milak
14-15 Picos de Europa
21-22 Bujaruelo - Goriz
22 URDAIBAI+Atxarren PIRAGUAK

IRAILA

9 Larraitz - Txindoki + TIROLINAK
15 Bidarrai - Irubelakaskoa
16 BTT Irteera
22-23 Orhi
30 ERNIO

URRIA

20 Mendi irteera + Bodegan bazkaria
21 BTT irteera
28 Sara - Zugarramurdi

AZAROA

4 ARGAZKI RALLYA
11 Plentzia - Portugalete
25 Deba - Kalbaxo - Olatz

ABENDUA

9 Zarautz
11-14 Mendi astea
15 BATZARRA
28 Cerbino
31 Aitzkorri

- **Gaztetxo**en ibilaldiak. Ibilaldi errazak, edonork parte har dezake.
- Zailtasun ertaineko ibilaldiak.
- Federatuak daudenak bakarrik parte hartu dezaketen ibilaldiak.
- **Mendi bizikletaz irteera.**
- Lasterketak.
- **Mendi astea.**



XOXOTEKO ATERPEA



www.xoxotekoaterpea.com

943 58 10 07

aterpea@xoxotekoaterpea.com

XOXOTEKO EGUNEAN DOMINA JASO NAHI DUTENEK,
2009ko XOXOTEKO EGUNETIK AURTENGORA
BITARTEAN DAUDEN IBILALDIETATIK, GUTXIENEZ 6
EGIN BEHARKO DITUZTE.

LAGUN ONAK M.B.



Elizkale, 21
20730 **AZPEITIA** (Gipuzkoa)

Tfnoa./Faxa: 943 02 58 93

Elkartea: 943 02 58 93

Taberna: 943 81 20 25

lagunonak@euskalnet.net

www.lagunonakmb.org

OHARRAK

Egutegi honetan azaltzen ez diren ekintzen berriak, garaiz emango dira. Beharrek aginduta, egutegi honetan edozein aldaketa egin behar balitz, eskubide hori BATZORDEAK bereganatzen du.

"Lagun Onak"eko bazkideek **Santi Lazkano Kirolak** dendan %10eko beherapena izango dute.



Elkarteko bazkide
egin zaitez

Zaindu izadia

- ▶ Mendian zaborrik ez utzi, ezta lurperatuta ere. Paperak eta zaborrak, hartu motxilan eta eraman etxera. Mendian botatako zaborrek mendia zikindu eta hondatu egiten dute.
- ▶ Ondoren datorrenak ere garbi aurkitu behar du mendia.
- ▶ Mendiak ez du gu egondako arrastorik gorde behar.
- ▶ Mendia=garbia. ez zikindu eta zikina garbitu.
- ▶ Ez kutsatu iturri eta errekek.
- ▶ Animaliak eta landareak begirunez tratatu.
- ▶ Ez surik piztu.
- ▶ Itxi ataka, langa eta ate guztiak.
- ▶ Saiatu ez ibiltzen soroetan eta baratzetan.
- ▶ Mendizaleen telefono berdea: 943 76 02 64



MEDIAN BOTATAKO ZABORREN IRAUPENA

- Laranja, platano, sagarren azalak 2 urte
- Zigarrokinak..... 1-5 urte
- Plastikodun paperak (goxokienak...) ... 5 urte
- Plastikozko poltsak 10-20 urte
- Plastikozko ontziak..... 20-30 urte
- Nylonezko ohialak 30-40 urte
- Kontserba latak 50 urte
- Larrua 50 urte pasa
- Aluminio latak 500 urte
- Beira 1.000 urte

Bideen seinalizazioa

• ZURI - GORRIA

G.R.-ak dira. Gutxienez, sei egunez irauten duten ibilbide handietan garatzen dira. Bide hauek probintzi bertan edo probintzi artekoak ere izan daitezke.

• ZURI - HORIAK

P.R. bezala ezagutzen diren ibilaldiak adierazten dituzte. Bideskak ez dituzte sei egunak gainditzen eta ingurune jakinen ezagupenean oinarritzen dira. Hauek, sarrerako puntura itzultzen direnean, "zirkular" izena hartzen dute.

• ZURI - BERDEAK

S.L.-ak dira. P.R. ibilbideen irizpide berdinekin diseinatutako baina laburragoak diren ibilbideak dira. Askotan herrigune konkretu baten inguruan gauzatzen dira. Herri horrek dituen aberstasunak txango eroso baten bitartez ezagutzeko modua izanez.

	Bideak jarraitu egiten du	Direkzio aldaketa	Okerreko direkzioa	Mugarria	Gezia
Mendi-ibili luzeko bideentzako seinalizazioa GR				GR 12 BIDEA	
Mendi-ibili laburreko bideentzako seinalizazioa PR				PR 2 BIDEA	
Heriko mendi-ibili laburreko bideentzako seinalizazioa SL				SL 2 BIDEA	

EKINTZETAKO ARGAZKIAK



LASTERKETAK



GAZTETXOAK



HELDUAK



BTT IRTEERA

FEDERATU ZAITEZ

MENDIZALE BAZARA,
FEDERATUTA EGOTEA KOMENI ZAIZU.
BESTE ZENBAIT ABANTAILEZ APARTE,
EDOZEIN ISTRIPUTAN BABESTUTA EGONGO ZARA.

**FEDERATUTA EZ DIRENAK, BERRIZ,
BEREN ARDURAPEAN GELDITZEN DIRA.**

Irteeratan gerta daitezkeen istripuak,
elkarte honen ardurapean **ez dira egongo.**

FEDERATZEKO

Lagun Onak M.B.ko bazkide
izatea beharrezkoa da eta
LUBA AHOLKULARITZA
bulegotik pasatu behar da.

LUBA AHOLKULARITZAren
helbidea honako hau da:
Enparan Kalea, 45 - Azpeitia
Telefonoa: 943 15 75 25
Ordutegia: 9:00 - 13:00
16:00 - 20:00



Euskal Herria

* Arraba (Gorbea)	94.633.81.48
* San Adrian (Aitzgorri)	943.58.20.76
* Xoxote (Izarraitz)	943.58.10.07
* Biotza Kanpin-Aterpea (Urbasa)	948.39.10.04

Europako Mendiak

Cabaña Veronica	942.73.00.07
Vega de Ario	639.81.20.69/639.03.68.91
Lueje/Jou de los Cabrone	98.584.59.43/98.563.69.32
Vega de Urriello	696.42.35.97/98.592.52.00
Casetón de Andara	98.595.50.24/942.55.81.57
Bulnes Aterpea	98.584.59.43/98.536.69.32
Vegarredonda	608.47.18.84
Lakuak	98.584.92.61
El Meicin/Peña Ubiña	98.549.08.92
Llanos/Quiros	98.597.26.69
Montaña Aliva	942.73.09.99
* Toto de Ague aterpea	98.560.92.67

Mendebaldeko Pirinioa

*Angel Oloron/Belagoa	948.39.40.02
Zuriza/Zuriza kanpina	974.37.01.96
Linza/Zuriza harana	974.34.82.89
Gabardito/Echo harana	974.37.53.87
Lizara/Aragües del Puerto harana	974.37.14.73

Erdikoko Pirinioa

Triton aterpea/Villanua	974.37.82.81
* Sargantana/Canfranc Herria	974.37.32.17
* Aragoi harana/Candanchú	974.37.32.22
El Aguila/Candanchú	974.37.32.91
* Hoz de Jaca/Hoz de Jaca	974.48.72.30
Telera/Piedrafita de Tena	974.48.70.61
Respomuso/C. Piedrafita	974.49.02.03
Casa de Piedra/Panticosa	974.48.75.71
Lucien Briet/Torla	974.48.62.21
L'Atalaya/Torla	974.48.60.22
Goriz/Ordessa	974.34.12.01
Bujaruelo	974.48.64.12

El Turista/Nerin.....	974.48.61.38
Añisclo/Nerin.....	974.48.61.38
Pineta-Ronatiza/Bielsa.....	974.50.12.03
Badain aterpea/Bielsa.....	974.50.40.75
Albergue del Sin/Chistau.....	974.50.61.12
Biados/Chistau.....	974.50.60.82 /974.50.61.63
Pájaro Loco/Castejón de Sos.....	974.55.30.16
Angel Orus/Eriste.....	974.34.40.44
Estos/Estos harana.....	974.55.14.83
Hospital /Llanos Hospital.....	974.53.60.53
Renclusa/Benasque-Aneto.....	974.55.21.06

Ekialdeko Pirinioak

Joan Ventosa i Calvell/Ribargorca.....	93.315.23.11
Estany Llong/Alta Ribargorca.....	973.69.62.84
Boca Sur Tunel Viella/Ribargorca.....	973.64.28.90
Restanca/Vall d'Aran.....	908.03.65.59
Colomer/Vall d'Aran.....	973.25.30.08/973.64.05.92
Saboredo/Vall d'Aran.....	973.25.50.15
Sant Maurici.....	973.25.01.18
Amitges/Pallars Sobirà.....	93.315.23.11
Vall Ferrera/Pallars Sobirà.....	973.62.43.78
Josep María Blac/Pallars Sobirà.....	93.315.23.11
Ernest Mallafre/Pallars Sobirà.....	973.25.01.18
Certasca/Pallars Sobirà.....	973.62.32.30
Colomina/Pallars Jussa.....	973.25.20.00
Estanys de la Pera/Cerdanya.....	689.50.33.82
Prat d'Aguilo/Cerdanya.....	973.25.01.38
Lluís Estasén/Berguedà.....	608.31.53.12
Sant Jordi "Font del Fait"/Berguedà.....	93.332.23.81
Rebots/Berguedà.....	93.454.32.47
Serra d'Ensija/Berguedà.....	93.822.21.08/93.825.80.75
Raso de Peguera/Berguedà.....	93.315.23.11
Ull de Ter/Ripollès.....	93.315.23.47

Montserrat

Vicenç Barbé/Anoia.....	93.456.61.68
Bartomeu Puiggròs/Bages.....	93.835.05.66



Aurrepirinioa

Ruesta aterpea/Yesa	948.39.80.82
Undués de Lerda aterpea	948.88.81.05
Guara aterpea/Alquezar	974.31.83.96
Gómez Laguna/Riglos	974.38.03.55
Mascún/Rodellar	974.31.83.67

Moncayo

Moncayo	976.64.30.51
Teruel	
Rabadá y Navarro/Javalambre	978.76.80.83

Pirineo Atlantico (Frantzia)

Labérouat	00-33-559.34.71.59
Arlet	00-33-559.34.87.97
Ayous	00-33-559.05.37.00
Gabas	00-33-559.05.33.14
Pombie	00-33-559.05.31.78
Arrémoulit	00-33-559.05.31.79
Pirinio Garaia (Frantzia)	
Larribet	00-33-562.97.25.39
Wallon-Marcadau	00-33-562.92.64.28
Oulètes de Gaube	00-33-562.92.62.97
Bayscellance	00-33-562.92.40.25
Grange de Holle	00-33-562.92.48.77
La Brèche de Roland	00-33-562.92.40.41
Campana de Cloutou	00-33-562.91.87.47
Legypaëte	00-33-562.92.40.61

* EMF Txartelarekin beherapena

Hemen agertzen ez den lekuren bateko informazioa nahi izanez gero, elkarte honek bere eskura hainbat aterpetxe, kanping... liburu dituzenez, geurekin harremanetan jartzera gonbidatzen zaituzte.





TELEFONO INTERESGARRI BATZUK

Euskadiko Mendizale Federakundea (Donosti)	943 47 42 79
Gipuzkoako Mendizale Federakundea.....	943 16 14 40
Arabako Mendizale Federakundea.....	945 13 35 17
Bizkaiko Mendizale Federakundea.....	94 443 17 34
Nafarroako Mendizale Federakundea	948 22 43 86
Espainiako " " (Batzelona)	93 426 42 67
Espainiako " " (Madril)	91 445 13 82
Mutualidad General Deportiva	91 559 63 44
BROKER'S.....	948 17 60 61
Mondial Assistance	91 325 55 55

Istripu kasuetan, zer egin?

- Istripua Estatuan bada, **649 453 020** telefono mugikorrera deitu.
- Istripua Estatutik kanpo baldin bada mondial Assistance-rekin harremanetan jarri.

Tel. 00 34 91 325 55 55

- Oso garrantzitsua: Istripua gertatu zaionak berak 72 ordu bitartean parte eman behar du BROKER'S aseguru etxean.

Tel. 948 17 60 61 55

- BETI ELKARTEAREKIN HARREMANETAN JARRI

Tel. 943 02 58 93

2012

URTARRILA

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

OTSAILA

	1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29					

MARTXOA

		1	2	3	4		
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

APIRILA

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30							

MAIATZA

	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30	31				

EKAINA

						1	2	3
4	5	6	7	8	9	10		
11	12	13	14	15	16	17		
18	19	20	21	22	23	24		
25	26	27	28	29	30			

UZTAILA

						1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31						

ABUZTUA

	1	2	3	4	5		
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

IRAILA

						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	

URRIA

1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

AZAROA

		1	2	3	4		
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

ABENDUA

						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							



UJACIA

Ujacia Bidaiak, S.L.



ISO 9001

BUREAU VERITAS
Certification



943 15 14 03 - AZPEITIA
943 83 44 37 - ZARAUTZ

Autocarres

Escuders