

## JUBILATUEN ELKARTEA | ASOCIACIÓN DE JUBILADOS/AS

Santa Lucia, 5-2º DONEZTEBE/SANTESTEBAN - Nafarroa | T. 948 45 08 78 - 618 567 837 | [www.arkupeak.com](http://www.arkupeak.com) | [arkupeak@yahoo.es](mailto:arkupeak@yahoo.es)

## ALBISTE BULETINA | BOLETÍN INFORMATIVO

nº **29**.zk

**2024**

1. SEIHILEKOA  
*1º SEMESTRE*

**AZPILKUETA**

Argazkia: Mikel Turiso Urrutxa

Ekitaldi finantziatua | Actividad financiada por

# > AZPILKUETA

## Kokapena eta ezaugarriak

Altitudea: 367 metro. Biztanleria 2022an: 191 biztanle; 107 gizonezko eta 84 emakumezko Iruñetik 57 km-ra, N-121-B errepide-tik iristen da bidegurutze batean Azpilkueta ezkerretara seinalatzen duen arte. Azpilkue-tak lau auzo ditu: Arribiltoa, Apaioa, Urrasun eta Zuaztoi. Bailarako beste leku askotan bezala, lamiengi erreferentziak aurkitzen ditugu. Herri honi lotuta, mendietako batean, Meatzera inguruan hain zuzen, bi emakume lurperatu zituztela kontatzen da biak lamiak zirelakoan eta tradizioak dio leku honetatik datorzela ekaitzak.



Azpilkuetaren gauzarik ezagunena, beharbada, Xabierko San Frantziskoren ama Maria, Azpilikuetako zelako ustea da eta bera ere bai, nahiz eta bi uste horiek ezin diren baiezttatu. Hala ere, 1922an Juan Bau-tista Urrutia erretoreak frogatu zuen, garai hartan zegoen "Azpilkueta" jauregia Xa-bierko San Frantziskoren amarena izan zela eta bertan santu loriatsua sortu zela". Dena dela, egia da bere anai-arrebak maiz samar ikusten zirela Nafarroa Gaztelako koroari atxiki zitzzion garaian.

Herriko jaiak uztailaren 7an ospatzen dira, San Fermin egunean.



## Azpilkueta jauregia

Azpilkueta Jauregian jauregi-arkitekturaren itxura azpimarratu behar da, armagintzako lurmutur jauregia. Xabierko San Frantzisko-ren amaren sorlekua ustez. Erdi Aroko jato-rrizko dorrea, defentsarako benetako gotor-lekua, ia erabat eraitsia izan zen Cisneros kardinalaren aginduz 1516. urtean.



Azpilkuetan, Zuaztoi auzotik elizarantz doan galtzada zaharrean, Errotalde inguruan, Xar-tolako errota daude. Bi errotak berdin-berdinak dira, bata bertzearen ondoan. Berriki zaharberrituta, bi errotek presarekin eta ka-nalekin batera, konplexu hidrauliko interes-garria eta erakargarria osatzen dute.

Parroquia-eliza San Andresi eskainia dago. Barrualdean, XVIII. mendeko bigarren erdialdeko erretaula multzo nabarmena dago.

Elizaren gaur egungo itxura XVIII. mendearen egindako birmoldaketaren ondorio da.



# > AZPILKUETA

## **Localización y características**

*Altitud: 367 metros. Población en 2022: 191 habitantes; 107 hombres y 84 mujeres*

*A 57 km de Pamplona, se accede por la N-121-B hasta que en un cruce señala a Azpilkueta a la izquierda. Azpilkueta tiene cuatro barrios: Arribiltoa, Apaioa, Urrasun y Zuaztoi.*

*Como en muchos otros lugares del valle, encontramos referencias a las lamias. Vinculado a este pueblo, se cuenta que en uno de los montes, concretamente en la zona de Meatzera, enterraron a dos mujeres. Ambas eran lamias y la tradición dice que de este lugar vienen las tormentas.*



*Lo más conocido de Azpilkueta sea acaso la creencia de que María Azpilikueta, madre de San Francisco Javier era oriunda de aquí, y aún él mismo, aunque no consta como cierta ninguna de ambas afirmaciones. El párroco local de 1922 D. Juan Bautista Urrutia demostraba no obstante que el Palacio entonces existente "llamado Azpilkueta se deriva del que perteneció a la madre de San Francisco Javier, y en él fue concebido el glorioso santo". Sea como fuere, lo que sí es verdad es que a sus hermanos se les veía con cierta frecuencia por estos lares, allá por los tiempos de la anexión de Navarra a la corona castellana.*

*Las fiestas patronales se celebran el 7 de julio, San Fermín.*



## **Palacio Azpilkueta**

*Tenemos que resaltar el empaque de la arquitectura palaciega que podemos observar en el Palacio de Azpilkueta, palacio de cabo de armería. Cuna de la madre de San Francisco Javier. La primitiva torre medieval, verdadera fortaleza defensiva, fue demolida casi por completo por orden del Cardenal Cisneros el año 1516.*



*En Azpilkueta en la antigua calzada que parte del barrio de Zuaztoi hacia la iglesia, en el paraje de Errotalde, encontramos los molinos de Xartola. Son dos molinos idénticos, uno junto al otro. Recientemente restaurados, ambos molinos, junto a la presa y los canales, forman un complejo hidráulico realmente interesante y atractivo.*

*La iglesia parroquial está dedicada a San Andrés. En su interior guarda un conjunto notable de retablos pertenecientes a la segunda mitad del siglo XVIII.*

*El aspecto actual de la iglesia se debe a una remodelación que tuvo lugar en el siglo XVIII.*



# > Ohar garrantzitsuak

## *Avisos importantes*

- 1 ARKUPEAK ELKARTEKO WHATSAPP TALDEA.** Elkartearen berriak eta harremanak azkarragoak eta errazagoak egiteko whatsapparen erabilera zabaldu nahi dugu . Horretarako beharrezkoa da bazkide bakoitzak bere mugikorrean elkarteko zenbakia sartzea: 618 567 837.
- 2 BAZKIDE KOPURUAK.** Bazkide kopurua 2023ko azaroan: 3027
- 3** Norbaitek bazkide bezala baja eman nahi badu, urtarrilaren 31 baino lehen egin dezala.
- 4** Egun bateko bidaiarako izena eman eta irteerara azaltzen ez bada aurretik abisatu gabe, ez zaio dirurik itzuliko. Autobusa herriraino jendearen bila joan ahal izateko, guttienez 9 lagun behar dira.
- 5 BAKARKAKO LOGELA.** Orain arte, bakarkako logela nahi zutela adierazten zutenek, apuntatzeko unean, izena ematen zuten lehenbikizo bostek prezio bat ordaintzen zuten eta gainerakoek bertze bat, garestiagoa. Eskaera handituz doala ikusirik, hemendik aitzinera prezio prorratautua ordainduko dute hau da, denek berdin ordainduko dute.
- 6** 2024an 85 urte, diamantezko eta urrezko ezteiak betetzen dituztenek, apirilaren 5a baino lehen, ekar dezatela argazki bat eta bere bizitzari buruzko idatzi labur bat, hurrengo buletinean argitaratu ahal izateko.
- 7 OSASUN ARAUAK:** bete beharko dira jarduera guztietan.
- 8** Egun bat baino gehiagoko bidaietan beharrezko da Elkarteko zapi berdea eramatea

**1** **GRUPO DE WHATSAPP DE LA ASOCIACION ARKUPEAK.** Con el fin de agilizar y facilitar las noticias y las relaciones deseamos extender el uso del whatsapp. Para ello es preciso que cada socio introduzca en su móvil el teléfono de la asociación: 618 567 837.

**2** **NÚMERO DE SOCIOS.** Número de socios en noviembre de 2023: 3027

**3** Cuando un socio desee darse de baja debe hacerlo antes del 31 de enero.

**4** A los que se inscriban en viajes de un día y no acudan a la salida sin haber notificado previamente no se les devolverá cantidad alguna. Para que el autobús pase a recoger a los viajeros, como mínimo tiene que haber 9 personas.

**5** **HABITACIÓN INDIVIDUAL.** Hasta ahora, en el momento de apuntarse a un viaje, si se solicitaba habitación individual, los cinco primeros que daban su nombre pagaban un precio y el resto otro, más caro. Teniendo en cuenta que la solicitud de dicho servicio ha aumentado, a partir de ahora abonarán el precio prorratoeado, todas/os pagarán lo mismo.

**6** Los que cumplan 85 años, bodas de diamante y de oro el año 2024, deberán presentar una foto y un pequeño resumen relacionado con su vida para el 5 de abril, con el fin de incluirlo en el próximo boletín.

**7** **NORMAS SANITARIAS:** se deberán cumplir en todas las actividades.

**8** En los viajes de más de un día es obligatorio llevar el pañuelo verde de Arkupeak.

# > Agurra

## Saludo

Aurreko buletinean, José Luis Legarra Iriartek, 12 urteren ondoren (4 urtez idazkari eta 8 urtez presidente) agurtu gintuen.. Gure Estatutuen arabera, Lehendakaritza 8 urtera mugatuta dago. Eskerrik asko egin duzun guztiagatik.

Era berean, eskerrak eman nahi dizkiegu Zuzendaritza Batzordetik atera direnei egindako ekarpenagatik. Pablo Irastorza (zendua) eta Juan Isaac Alzugaray idazkari aritutakoak. Aurreko Batzordeko gainerako kideei ere eskerrak eman nahi dizkiegu, Batzorde berrian laguntzen jarraituko baitute, hainbat eginkizunetan.

Zuzendaritza Batzorde berria, aurrekoarekin jarraitzen dutenen esperientziarekin, zuen esanetara jarri da. Buletin honen azken orrialdeetan ikus dezakezue bere osaketa. Zuengana jotzen dudan lehen aukera hau aprobetxatzen dut gure lana behar den dedikazio eta gogoarekin egiteko konpromisoa adierazteko. Bazkidearen egunean esan nuen bezala, ez izan zalantzak eta zuzendu zaitezte guregana edozein iradokizun, hobekuntza, azalpen, kexa... egiteko. Horretarako gaude.

Bazkide egunean azaldu nuen hausnarketa errepikatuz, urteak igaro ahala, eta bazkide berrikin Elkartearen nahiak aldatuz joan daitezke. Beste jarduera posible batzuk bilatu beharko genitzke, gaur egungoak galdu gabe, balizko eskakizun berri horiei erantzuteko. Prozedura bat ezarri nahi nuke, bazkide guztien kezkak jasotzeko eta datozen garaietara egokitzeo.

Ez dugu ahazten herrietako ordezkariek egiten duten lan itzela. Ezinbesteko oinarri dira Elkarteak aurrera egin dezan. Bazterrean utzi gabe bazkide guztiak, ekintzetan parte hartzen dutenak eta hartzen ez dutenak ere. Arkupeak taldearen biziota baitira.

2024ak zuen ametsetako bat betetzeko balio dezala.

EGUBERRI ETA URTEBERRI ON!

---

**Inazio Goyeneche Zubieta**

Presidentea

---

*En el anterior boletín se nos despedía José Luis Legarra Iriarte, Presidente de la Asociación, tras 12 años de dedicación ( 4 años como secretario y 8 como presidente ) a Arkupeak. Según nuestros Estatutos, la Presidencia está limitada a 8 años. Gracias por todo lo que has hecho.*

*Agradecimiento asimismo, por su aportación, a los que han salido de la Junta Directiva. Me estoy refiriendo a los secretarios Pablo Irastorza (fallecido) y Juan Isaac Alzugaray. Agradecimiento también al resto de los componentes de la Junta anterior, que seguirán ayudando en la nueva Junta desde diferentes cometidos.*

*La nueva Junta directiva, con la experiencia de los que continúan de la anterior, se pone a vuestra disposición. La composición de la misma la podéis ver en la última páginas de este boletín. Aprovecho esta primera ocasión que me dirijo a vosotros, para expresar el compromiso de realizar nuestro trabajo con la dedicación y entusiasmo debidos. Tal y como comenté en el Día del socio, no dudéis en dirigiros a nosotros para cualquier sugerencia, mejora, aclaración, queja... que os surja. Estamos para ello.*

*Reiterar la reflexión que trasladé el Día de socio. Según pasan los años y con los nuevos socios que se van incorporando pueden ir cambiando las apetencias de la Asociación. Deberíamos buscar otras posibles actividades, sin perder las actuales, para satisfacer esos nuevos posibles requerimientos. Me gustaría implantar un procedimiento, para recoger las inquietudes de todos los socios para adecuarnos a los tiempos venideros.*

*No olvidamos el inestimable trabajo que realizan los delegados de los pueblos. Son la imprescindible correa de transmisión para que la Asociación ruede. Y a los socios, que han participado en las diferentes actividades y también a los que no han participado. Son la vida de Arkupeak.*

*Que el 2024 sirva para que se cumpla alguno de vuestros sueños.*

*EGUBERRI ETA URTEBERRI ON!*

---

**Inazio Goyeneche Zubieta**  
Presidentea

---

# > Aurkibidea

## Índice

<b>Gaia</b>	<b>Orria</b>
<i>Tema</i>	<i>Página</i>
Azpilkueta	2-5
Ohar garrantzitsuak <i>Notas importantes</i>	6-7
Agurra <i>Saluda</i>	8-9
Aurkibidea <i>Índice</i>	10-11
2023ko urtarriletik azarora egindako bilerak, ekintzak, bidaiaiak, mendiko irteerak eta ikastaroak <i>Resumen de las reuniones, actividades, viajes, salidas montañeras y cursos desde mayo a noviembre de 2023</i>	12-24
2022ko maiatzatik azarora egindako ekintzak <i>Resumen de las actividades desde mayo a noviembre del 2022</i>	12-24
Jubiloteka	25
Arkuppeak – Podologia-Hitzarmena	26
Arkuppeak – Ile-apaindegia-Hitzarmena	27
Arkuppeak – Argibel optika (Elizondo) Hitzarmena Arkuppeak – Argibel optika (Elizondo) Acuerdo	28-29
Arkuppeak – Elgorriagako bainuetxea-Hitzarmena Arkuppeak – Balneario de Elgorriaga-Acuerdo	30-31
Arkuppeak – Masajeak-Hitzarmena	51

<b>Eguna</b> <i>Día</i>	<b>Hilabetea</b> <i>Mes</i>	<b>Bidaia</b> <i>Viaje</i>	<b>Orria</b> <i>Página</i>
25	Urtarrila <i>Enero</i>	Urnieta Oianume sagardotegia bertsolariekin. <i>Sidrería Oianume de Urnieta con bertsolaris.</i>	32
	Otsaila <i>Febrero</i>	Fiestas y campeonatos de mus locales	
5	Martxo <i>Marzo</i>	Javier	33
14	Martxo <i>Marzo</i>	Mus txapelketa / <b>FINALA</b> <i>Campeonato de mus / FINAL</i>	34
4	Apirila <i>Abril</i>	Euskal kantuen eguna <i>Día de las canciones vascas</i>	35
22-25	Apirila <i>Abril</i>	Soria - Burgos	36-41
5-15	Maiatza <i>Mayo</i>	Benidorm - Poseidón Playa	42
30	Maiatza <i>Mayo</i>	Soinketa eta mariatxiak	43
13	Ekaina <i>Junio</i>	Lourdes	44
16-23	Ekaina <i>Junio</i>	Albania	45-48
26	Uztaila <i>Julio</i>	Aralar	49
31	Abuztua <i>Agosto</i>	Arantzatzu	50
<b>Beste batzuk</b> <i>Otros</i>			
		Ikastaroak   Cursillos	52-53
		2023ko ordezkariak   Delegados de 2023	54
		Zuzendaritza Batzordea / Junta Directiva	55



## 2023KO EKAINETIK 2023KO AZARORA EGINDAKO EKINTZAK: BILERAK, BIDAIAK, MENDI IRTEERAK, IKASTAROAK, HITZALDIAK

### ZUZENDARITZA BATZORDEAREN EZOHICO BILERAK

Aurreko ZUZENDARITZAK bere ibilbideari amaiera eman zion.

### Bi mila eta hogeita hiruko ekainaren hogeita batean

### ZUZENDARITZA BATZORDEAREN EZOHICO BILERA

- 1.- Zuzendaritza Batzorde berriaren onarpena, aho batez **ONARTU ZEN** eta kide berriak izendatu ziren.
- 2.- Batzordeak ezarri ziren.

### DELEGATUEN BATZARRAREN OHICO BILERA

1. 2022ko kontuak onartu ziren.
2. Bakarkako diru mugimenduen baimena DI-RUZAINAK izatea.
3. Nafarroako adineko pertsonen, jubilatuen eta pentsionisten Federazio eta Elkarteen Konfederaziorako ordezkaria INAZIO GOYENECHE izatea.
4. Zerbitzuen funtzionamenduak, orain arte bezala jarraitzea.
5. Delegatuei 2023ko 2. Buletina banatu zitzaien.
6. Ez zen eskaera edo galdera berezirik izan.

### Bi mila eta hogeita hiruko irailaren hamabian

2. ERRATZUKO ORDEZKARIAREN IZENDAPENA.
3. 2023ko EKINTZEN GARAPENA  
Urte honetarako aurrikusitako orain arteko ekintzen garapena, bide onetik doa.
4. 2024ko BIDAIEN PROGRAMAREN ONARPENA  
Bidaia batzordeak proposatutakoa aurrera eramatea onartzen da.
6. LOTERIAREN SARIAREN KOBRAKETA  
Eguberrieta loteriaren zozketan, saririk egokitz gero, ez da La Caixan, orain arte bezala, kobrautu ahal izanen; hori egiteari utzi baitio La Caixak. Horregatik, txartelan zehazten den gisara, sarituaren kontu korrentearen bidez eta ARKUPEAK elkartetik kudeatuko da ordainketa; bai delegatuen bidez, bai bulegora etorriz.

### Bi mila eta hogeita hiruko azaroaren 6an

### 2024.1go seihibeko bidaia. Konparaketak eta onarpena

Egun batekoetan falta ziren zehaztasunak komentatu eta onartzen dira.

**SORIA-BURGOS:** Aukera ezberdinak aztertu ondoren, **HALCON 2** deritzana aukeratzen da. Apirilaren 22tik 25era

**BENIDORM:** Bidaia maiatzaren 5etik 15era izanen da eta B Travel ajentziarena izan da onartua

**ALBANIA:** Aukera ezberdinak aztertu ondoren, EROSKI bidaiajentziarena aukeratzen da. Ekainaren 16tik 23ra eta proposamenean azaltzen dena.

Bidaia honetarako Europako osasun txartela behar da eta NANa eguneratua eta kadukatze data urria arte izatea edo pasaportea.

## Berako ordezkaria. Hutsune berriak

Beran bi ordezkari aurkeztu dira. Hiru izatea proposatzen da. Biak onartzea erabakitzen da.

Pili Albistur eta Alfonso Agirre.

Hutsune gehiago badira eta estatutoek agintzen dutenaren arabera bideratu dira.

Elizondon bat gehiago jartzeko aukera aipatzen da.

## Benidorm-eko hotela

Azkeneko bidaiaaren ondotik izandako kexak aztertu dira eta bideratzen saiatu.

Hurrengoak:

Maiatzeko Poseidon Playa

Urrikoa Poseidon Resort

## Eskaerak eta galderak

### BIDAIAK

#### 230 lagun elkartu ziren Dantxarinean kantu zaharrak kantatzeko

**Maiatzaren 25ean** egin zuten Dantxarineako Otxondo jatetxearen elkartearren euskal kantuaren eguna. 230 lagun elkartu ziren bertan euskal kantu zaharrak biltzen dituen liburuxka eskutan ahots kordak dantzan jartzeko Joxe Anjelen laguntzaz.

Kantuan hasi aitzinetik bazkari ederra dastatu zuten: iberikoak, frijituak, txipiroi eta gula entsalada, legatza onddo saltsarekin eta patata panaderarekin, entrekota pikillo eta patatekin eta postrerako flana.

Edateko ardoa, ura, sagardoa eta cava izan zituzten, baita kafea eta txupitoxa ere.

Musika izan zen egun guziko protagonista. Aurretan berezitasun gisa, Jose Anjel bere akordeoia eta guzti, giroa berotzen ibili zen mahaiz mahai.

Heldu den urtean gehiago!

## NORBEGIAKO FIORDOAK

Urte hasieran hasi ziren prestatzen elkarteko ki-deak Norvergiarako bidaia, eta sei hilaberen on-dotik, ekainaren 1ean iritsi zen bertara abiatzeko eguna. 167 bazkide joan ziren Costa Firenze ize-neko itsasontzian fiordoak ezagutzen.

Astebeteko bidaian bortz portutan egin zuten geldialdia eta bertatik eguneko irteerak antolatuak zituzten. Hainbat leku ikusi zituzten ateraldietan. Kopenhagen bertako sirena eta erregearen jauregiak bisitatu zituzten. Brikisdal glaziar ikusgarria ikusi zuten eta parte hartu zuten guztientzat irteera ikusgarriena izan zen. Pena izan zen denek ezin izan zutela irteera hori egin eta horren ordez Overlandera joan ziren bertze batzuk. Horietaz gain, Skudenshvn herria ikusi eta bertako arrantzaleen historia ezagutu zuten. Azken irteera Lysefjordera egin zuten, itsasontzi txikiago bat hartuta fiordoa barrenetik gurutzatzeko.

Bidaiaik iraundako zazpi egunetan hango paisaiaz gozatzeko aukera izan zuten: ur jauziak, lakuak, zelai berdeak, mendi altuak, Egunero 20 orduz zen egun argiz, eguzkia ez delako sartzen urte sasoi honetan. Gainera, nabarmenzekoa da aste osoan eguraldi hotza izan zutela. Temperatura freskoa zuten, baina normala, ipar polotik 700 kilometro eskasera baitzeuden.

Zazpi egun pasa zituzten 5.000 bisitari eta 1000 langile zituen Costa Firenze itsasontzian, polita eta txukuna izateaz gain, janari izugarri ona izan zuten. Hagitz gustura itzuli ziren bidaian ibili zirenak.



## ARALAR

Uztailaren 26an Aralarrera joan ziren 206 lagun, 4 autobusetan. Meza Doneztebeko parrokoa den Jose Manuel Nazabalek zuzendu zuen. Aipagarria atautxi amatxien eguna izanda eman zuen sermoi hunkigarria.

Ondoren bazkaria Gorraizeko gazteluan izan zuten eta beti bezala zoragarria.

Eguna bukatzeko dantzaldia Joxe Anjelen eskutik.

## ARANTZAZU

**Abuztuaren 31n** 210 lagun joan ziren Arantzazura. Urtero bezala aitortza komunitarioak egiteko ordurako iritsi ziren. Meza entzun ondoren Urnietako Oianume jatetxera joan ziren bazkaltzera eta eguna bukatzeko Joxe Anjelekin dantzaldia izan zuten.

## 103 BAZKIDE ANDORRAN IZAN ZIREN IRAILA HASIERAN

**Irailaren 3an** atera ziren elkarteko 103 bazkide Andorra aldera lau egun pasatzera. Goizean atera ziren, eta 14:00etan iritsi ziren Andorra la Vellara. Bazkaldu eta arratsaldean

Meritxellgo santutegira joan ziren, Andorrako patroia ikustera. Gero, La Casa del Vall ikusi zuten.

Irailaren 4an, astelehena, Kataluniara joan ziren, Cerdanya harana bisitatzen. Gero Puigcerdáko lakua bisitatu zuten eta Pax de la Casara igo ziren. 2.500 metrotara dago eta bista izugarriak ikusi zituzten lainoa sartu aurretik.

Astearte, irailaren 5ean, San Julian herrira joan ziren bertako eliza ikustera, hagitz modernoa da, 2019.urtean eraikia. Gero, Ordinora joan ziren buelta bat ematera, baita Miniaturen museoa ikusi zuten. Arratsaldean, Caldea gune termalera joan ziren eta ederki gozatu zuten. Biharamunean, irailaren 6an, gosaldo eta erosketak egiteko aprobetxatu zuten goiza. Bazkaldu ondoren, etxe aldera abiatu ziren.

## LEZO

**Irailaren 14an**, urteroko ohiturari jarraituz, 112 bazkide bi autobusetan Lezora joan ziren. Lehenik Meza izan zuten ondotik, herri kirolak eta bazkaria Oiartzungo Gurutze Berri jatetxeen. Bukatzeko dantzaldia Joxe Anjelekin.



## BENIDORM

**Urriaren 1etik** 11ra, elkarteko 78 bazkide Benidormeko Hotel Poseidon Resortera joan ziren egun batzuk pasatzera eta bertako eguraldiaz gozatzera. Ederki ibili ziren bertan. Eguraldia lagun, egunak ongi aprobetxatu zituzten.

## BAZKIDEEN EGUNA

**Urriaren 19an** 367 bazkide elkartu ziren Gorraizen ARKUPEAK Elkartearren egun handian.

12etan bertako elizan meza entzun ondoren, elkarteko presidenteak, Inazio Goyenechek, hartu zuen hitza. Ekainean onartutako Zuzendaritza Batzordearen berri eman zuen eta bidebatez, eskerrak eman orain arte aritutakoei.

Elkartea une honetan 3.027 bazkidek osatzen dute. Era berean, denborarekin elkarteko bazkideen nahiak aldatu daitezkeela eta, hemendik aitzinera, gaur egungo jarduerak alde batera utzi gabe, bertzelako batzuk antolatzeko beharra ere egon daitekeela gehitu zuen. Hori dela eta, Zuzendaritza edozein proposamen entzuteko eta baloratzeko prest dagoela aipatu zuen.

Bukatzeko, aurten omendutako bazkideei opariak eman zitzaizkien. 2023an 100 urte bete zituzten hiru bazkide omendu zituzten, diamantezko ezteiak bete zuten bikote bat, urrezko ezteiak bete zituzten 19 bikote eta 85 urte betetako 20 bazkide. Ondotik bazkari ederraz gozatzeko aukera izan zuten eta egunari amaiera emateko dantzaldia Joxe Anjelkin.

Eguna bikain joan zen, inolako arazorik gabe.

## DONEJAKUE BIDEAREN ZATI BAT EGIN DUTE LAU BAZKIDEK

Salamancatik Zamoraraino 226 kilometro egin zituzten Done Jakue bideko Platako bidean Arkpeak Elkarteko lau kidek.

Hagitz jende jatorra eta esku zabalarekin topo egin zuten bidean erromesek. Tartean, egun batean euri aunitz ari zuenez, kotxez eraman

zituzten aterperaino. Aipatzeko da, jende talde bat ibiltzen dela norbaitek bidean arazoren bat badu laguntzeko.

Bidean jatorri anitzeko jendea ezagutu zuten. Gainera, garai aproposa zenez, ondo batzuk biltzeko aukera izan zuten, baita oreinen orroak entzuteko ere.

## MENDI IRTEERAK

### ETXALAR

Ohiturari jarraituz, hilatbeko hirugarren astearean, **maiatzaren 17an** Arkupeak elkarteko 57 mendizale ibilaldia egiteko elkartu ziren. Eguraldiari dagokionez, goiza epel zegoen, 13 graduoko tenperaturarekin. Bidean zirela, euri erauntsi bat ere egin zuen, baina, mendizaleek ez zuten umorea galdu.

Irazakutik Zentīnelara igo ziren eta gosaria egin zuten bertan. Gero, Irumugan barrena Orainbetara eta handik Santsiñerrekatik berriz ere herri sarrerako aparkalekura jaitsi ziren.

Baserri aunitz eta aski ongi zainduak ditu Etxalarrek eta horietako aunitz ikusteko aukera izan zuten itzulian.

16 kilometroz eta ia bortz orduz ibili ondotik, Etxalarko Le Basque jatetxean otorduarekin borobildu zuten eguna.





## LEITZA

**Ekainaren 20an** Arkupeak elkarteko 72 mendizale elkartu ziren Leitzako Plazaola tren gelotoki zaharrean. Eguraldi ona zen, baina zeroari begira ibili behar izan ziren, ekaitza lehertzeko arriskua zelako.

Azpitik gora Mekara mendira atera ziren eta Arramian gosaldo ondotik, Olanz erreka guztizatu zuten. Behetik gora Eskibarren barna, Bastango borda pasatu eta Frankia baserrira jaitsi ziren. Manuel Lasarte bertsolari ezaguna jaio zen baseria da hori.

Bukatzeko, Katinara jaitsi ziren Plazaolako trenaren geralekua izandakora, eta trenbide zaharretik Leitzako herrira joan ziren.

15 kilometro inguru eta lau ordu eta gehiago ibili ondotik, Lopenean bazkari goxo batekin bukatu zuten eguna. Zorteko izan ziren, bazkaltzen ari zela lehertu baitzen ekaitza.

## ARALAR

**Uztailaren 18an**, ohiturari jarraituz, Arkupeakeko mendizaleek San Miguel de Aralarra irteera egin zuten. Hitzordua goizeko 8.30etan zuten Uharte Arakileko eskoletan. Han elkartu eta kotxeak beteta goiko aparkalekura, Pamplonagainera joan ziren ahalik eta kotxe guztien eramateko. Eguraldi onarekin 58 lagun abiatu ziren Agirin barna Atara eta Zubigainen gosaldo ondotik, San Migueleko baselizarra igo ziren. Batzuk sartu ziren ikustera. Oso ongi zaindua dago. Handik Ganbelanen barna Pamplonagainera itzuli ziren. Lau ordu eta 12 kilometro inguru egin ondoren kotxeak hartu eta Irurtzuneko Hotel Plazaolan bazkari goxo batekin bukatu zuten eguna.

## OTSONDO

**Abuztuaren 22an** Arkupeakeko mendizaleek hitzordua zuten Otsondon goizeko 8:30etan Alkurruntz, Atxueta aldera joateko. Han elkartu ziren 66 lagun ibilbidea egiteko asmotan. 21 gradu zeuden eta lainoa. Lizar meakatik abiatu ziren, Betarteko lepoan barna, Eskoko lepoa eta gosaltzeko tenorea heldu zen,



Andreingo lepoan. Indar berrituta Etsain bizkarra, Eskirasoiko lepoa, Atxueta, eta Zureta-ko lepoan barna kotxetara jaitsi.

Ez ziren Alkurruntzeko tontorrera igo laino itxia zegoelako.

4 ordu eta 14 kilometro egin ondoren, Elizondo Mendi jatetxean bazkaldu zuten.

## ATXERITO

**Irailearen 19an** Pirinioetako Acherito tontorra joan ziren elkarteko 27 mendizale. Linzako aterpetik atera ziren 09:00etan, Salto del Caballón barna, Paso del Oso gurutzatu, Pala del Acherito pasa eta Acheritoko tontorrera iritsi ziren, lau orduko ibilbidea egin ondotik. Acherito azpiko aldean bazkaldu zuten norberak eramandako otordua eta Foya de los Ingenierosetik egin zuten itzulia. 16:00ak aldera ailegatu ziren autobusera, 14kilometro oinez eta 1.300 metroko desnibela osatu ondotik. Eguraldi zoragarria izan zuten.

## ADARRA

Hilabeteko hirugarren astearteko ohiturari jarraituz, Arkupeakeko mendizaleak, **urriaren 17an**, elkartu ziren Besabin (Urnieta) Adarra mendira igotzeko. 40 lagun abiatu ziren 23 grado eta haize indartsuarekin goruntz. Etenetan gosaldu eta menhirraren ondoan argazkiak atera ondotik Adarrara (811 metro) igo ziren. Bertatik izugarrizko bistak ageri dira Onddi, Donostia, Pasaia aldea...

Lau ordu eta 10 kilometro gutti goiti beheiti egin ondoren, Urnieta Oianumen bazkaldu zuten.

## IKASTAROAK

Egin diren ikastaroak hauek izan dira:

**Amaiur:** jubiloteka.

**Arizkun:** jubiloteka.

**Arantza:** yoga.

**Bera:** frantzesa, informatika, egin tramiteak intenetez, pintura, kimaketa, soinketa, GAP, ciclo indoor, pilates.

**Doneztebe:** joskuntza, egur zizelketa, kimaketa, pirograbatua, egin tramiteak internetez, informatika, ikusmena hobetzeko ikastaroa yoga, soinketa, luzaketak, dantza.

**Donamaria:** soinketa.

**Elizondo:** kimaketa, yoga, aquagym, gorputz zuzenketa, jubiloteka.

**Irurita:** antzerkia.

**Leitza:** pilates, yoga, taichí, mugimendua eta luzaketa.

**Lekunberri:** pilates.

**Lesaka:** aquaerobic, luzaketa, pilates, igeriketa, soinaeta.

**Mugairi:** memoria tailerra, ansietatea lantzeko tailerra.

**Sunbilla:** yoga.

**Urdazubi:** jubiloteca.

**Zugarramurdi:** jubiloteca.



## **RESUMEN DE LAS ACTIVIDADES: REUNIONES, VIAJES, SALIDAS MONTAÑERAS Y CURSOS DESDE MAYO A NOVIEMBRE DE 2023**

### **SESIÓN EXTRAORDINARIA DE LA JUNTA DIRECTIVA**

*La anterior JUNTA da por finalizada su andadura.*

### **Veintiuno de junio de dos mil veintitrés**

### **SESIÓN EXTRAORDINARIA DE LA JUNTA DIRECTIVA**

1. *SE DESIGNA, por unanimidad, la nueva Junta Directiva y se nombra a sus miembros.*
2. *Se establecen las comisiones.*

### **ASAMBLEA ORDINARIA DE DELEGADOS**

1. *Aprobación de las cuentas del 2022.*
2. *Autorización en favor de la TESORERA para la realización de movimientos bancarios.*
3. *Designar al presidente INAZIO GOYENECHE representante en la Confederación Navarra de Federaciones y Asociaciones de personas mayores, jubiladas y pensionistas.*
4. *Continuar con el actual funcionamiento.*
5. *Se entrega a los delegados el boletín correspondiente al segundo semestre del 2023.*
6. *No se realizan peticiones ni preguntas relevantes.*

### **Doce de septiembre de dos mil veintitrés**

2. *NOMBRAMIENTO DEL DELEGADO DE ERRATZU.*
3. *DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEL 2023*  
*Las actividades programadas para este año, las realizadas hasta ahora, se están llevando a cabo sin problemas.*
4. *APROBACIÓN DEL PROGRAMA DE VIAJES PARA 2024*

*Se acepta llevar a cabo lo propuesto por la comisión de viajes.*

### **6. COBRO DE LOS PREMIOS DE LA LOTERIA DE NAVIDAD**

*En el caso de que la lotería de Navidad resultase premiada, no se podrá cobrar por medio de La Caixa, ya que ha dejado de realizar esa labor. Si resultara premiado, se rembolsará por medio de la cuenta corriente del premiado tal y como se detalla en el boleto de la lotería. Se tramitará por medio de los delegados o en las oficinas de la asociación.*

### **Seis de noviembre de dos mil veintitrés**

#### **Viajes 1º semestre 2024. Comparación y adjudicación a proveedor.**

*Se concretan detalles de viajes de un día.*

**SORIA-BURGOS:** *Tras analizar las propuestas recibidas, se opta por la denominada HALCON 2. Del 22 al 25 de abril.*

**BENIDORM:** *El viaje se realizará del 5 al 15 de mayo y se ha aceptado la propuesta de Viajes B Travel.*

**ALBANIA:** *Tras analizar las propuestas recibidas, se opta por la de viajes EROSKI. Del 16 al 23 de junio y en los términos de la propuesta.*

*Para el viaje será necesaria la tarjeta sanitaria europea y el D.N.I. con fecha de caducidad hasta octubre ó el pasaporte.*

### **Delegado de Bera / Nuevas vacantes**

*Para Bera se han presentado dos candidatos/as. Se propone que haya tres. Se acepta la propuesta.*

*Pili Albistur y Alfonso Agirre.*

*Hay nuevas vacantes. Se están tramitando según marcan los estatutos.*

*Se plantea otra plaza para Elizondo*

## Hoteles de Benidorm

Tras las quejas recibidas en el último viaje, se han analizado y tratado de solucionar.

Los próximos:

Mayo Poseidon Playa

Octubre Poseidon Resort.

## Ruegos y preguntas

## VIAJES

**230 personas se reunieron en Dantxarinea en el día de las canciones vascas**

**El 25 de mayo** se celebró en el restaurante Otxondo de Dantxarinea el día de los cantos vascos. 230 personas se reunieron, con folleto en mano, para entonar todo un recital de canciones vascas, con la ayuda de Joxe Angel.

Primero degustaron: ibéricos, fritos, ensalada de chipirón y gula, merluza con salsa de hongos y patatas panadera, entrecot con piquillos y patatas y flan.

Para beber, agua, sidra y cava, además de café y chupito.

La música fue la protagonista durante todo el día. Como particularidad en esta edición, José Ángel estuvo calentando el ambiente con su acordeón de mesa en mesa.

¡El año que viene más!

## FIORDOS NORUEGOS

A principios de año los miembros de la asociación comenzaron a preparar el viaje a Noruega y después de seis meses, **el 1 de junio** llegó el día de su partida. 167 socios/as viajaron para conocer los fiordos a bordo del Costa Firenze.

Hicieron escala en cinco puertos durante una semana y desde los mismos se organizaron las salidas del día. En Copenhague visitaron la sirena local y los palacios del rey. Vieron el espectacular glaciar Briksdal que para todos los participantes fue la salida más espectacular. La pena fue que no todos pudieron hacer esas salidas y en su lugar fueron a Overland. También visitaron la localidad de Skudenshvn y conocieron la historia de los pescadores locales. La última salida que hicieron fue a Lysefjorde, tomando un barco más pequeño para cruzar el fiordo por el fondo.

Durante los siete días que duró el viaje pudieron disfrutar del paisaje: saltos de agua, lagos, verdes prados, altas montañas. Todos los días era 20 horas a plena luz del día, porque el sol no entra en esta época del año. Cabe destacar que tuvieron buen tiempo durante toda la semana. Tenían una temperatura fresca, pero normal, ya que estaban a apenas 700 kilómetros del polo norte.

Pasaron los siete días a bordo del Costa Firenze, un barco con 5.000 visitantes y 1000 empleados, que además de ser bonito y decoroso, tuvieron una comida increíblemente buena. Regresaron con muy buen sabor de boca.





## ARALAR

**El 26 de julio**, 206 personas viajaron a Aralar en 4 autobuses. La misa fue presidida por el párroco de Doneztebe, José Manuel Nazabal. A destacar el emotivo sermón que pronunció siendo día de los abuelos/as.

Después tuvieron la comida en el castillo de Gorraiz y como siempre maravillosa.

Para terminar el día bailable con la música de Joxe Angel

## ARANTZAZU

**El 31 de agosto** acudieron a Arantzazu 210 personas. Como todos los años llegaron para hacer confesiones comunitarias. Tras la misa continuaron la jornada con comida en el restaurante Oianume de Urnieta y para terminar la jornada tuvieron bailables con Joxe Angel.

## 103 SOCIOS HAN ESTADO EN ANDORRA A PRINCIPIOS DE SEPTIEMBRE

**El 3 de septiembre** 103 socios de la asociación salieron a pasar cuatro días hacia Andorra. Salieron por la mañana y llegaron a las 14.00 horas a Andorra la Vella. Comieron y por la tarde fueron al

santuario de Meritxell a ver la patrona de Andorra. Luego vieron La Casa del Vall.

El lunes cuatro de septiembre, viajaron a Catalunya para visitar el valle de la Cerdanya. Visitaron el lago de Puigcerdà y subieron a la Pax de la Casa. Está a 2.500 metros y vieron unas impresionantes vistas antes de que entrara la niebla.

El martes 5 de septiembre, visitaron la localidad de San Julián, una iglesia muy moderna, fundada en 2019. A continuación, fueron a dar una vuelta a Ordino y también al museo de Miniatura. Por la tarde, acudieron a la zona termal de Caldea y disfrutaron de lo lindo. Al día siguiente, 6 de septiembre, aprovecharon la mañana para desayunar y hacer algunas compras. Despues de comer, se dirigieron hacia casa.

## LEZO

**El 14 de septiembre**, como todos los años, 112 socios se desplazaron en dos autobuses hasta Lezo. Primero tuvieron una misa a continuación, deporte rural y comida en el restaurante Gurutze Berri de Oiartzun. Para terminar, Joxe Angel amenizó la tarde con su música.



## BENIDORM

**Del 1 al 11 de octubre**, 78 socios de la asociación acudieron al Hotel Poseidon Resort de Benidorm para pasar unos días y disfrutar del tiempo local. Anduvieron de maravilla. Aprovechado la climatología local, gozaron durante la estancia.

## DÍA DEL SOCIO/SOCIA

**El 19 de octubre** 367 socios se reunieron en Gorraiz en el día grande de la Sociedad ARKUPEAK

A las 12 se celebró la misa. A continuación, tomó la palabra el presidente de la asociación Inazio Goyeneche. Dio cuenta de la renovación de la Junta Directiva en junio y dio las gracias a la Junta saliente.

La asociación está formada en estos momentos por 3.027 socios. Asimismo, añadió que con el paso del tiempo pueden variar los deseos de los socios de la asociación y a partir de ahora, sin dejar a un lado las actividades actuales, puede existir nuevas necesidades o apetencias. Por ello, comentó que la Dirección está dispuesta a escuchar y valorar cualquier propuesta.



Para finalizar, se entregaron regalos a los socios homenajeados este año. En 2023 se homenajeó a tres socios que cumplieron 100 años, una pareja que cumplió sus bodas de diamante, 19 parejas que cumplieron sus bodas de oro y 20 socios que cumplieron 85 años. Después tuvieron la oportunidad de disfrutar de una buena comida y para finalizar la jornada hubo baile con Joxe Angel.

El día transcurrió con muy buen ambiente y sin ningún problema.

## CUATRO SOCIAS REALIZAN PARTE DEL CAMINO DE SANTIAGO

Cuatro miembros de la Asociación Arkupeak han recorrido parte del Camino de Santiago, concretamente el tramo entre Salamanca y La Puebla de Sanabria, conocido como Camino de la Plata. En total han completado 226 kilómetros.

Las peregrinas se han encontrado en el camino con gente muy amable y con la mano tendida ante cualquier adversidad. Es de mencionar que hay un grupo de personas que se desplazan para ayudar si alguien tiene algún problema en el camino.

En el trayecto han conocido gente de muy diversos orígenes. Además, como era una época propicia tuvieron ocasión de recoger algunos hongos y también de escuchar rugidos de los ciervos.

## SALIDAS MONTAÑERAS .....

### ETXALAR

Siguiendo la costumbre, el tercer martes del mes, el **17 de mayo** se reunieron 57 socios/as para realizar la marcha montañera de la sociedad Arkupeak, con tiempo agradable, y temperatura de 13 grados. Una vez en camino, hizo su presencia la lluvia, pero los montañeros/as no perdieron el humor.

Desde Irazaku subieron a Zentiñela y allí llegó la hora del almuerzo. Luego, por Irumuga bajaron a Orain y por Santsiñerreka al aparcamiento de entrada al pueblo.

*Etxalar tiene muchos caseríos muy bien conservados y tuvieron la oportunidad de ver muchos de ellos en la vuelta.*

*Tras recorrer 16 kilómetros y casi cinco horas, la jornada culminó con una comida en el restaurante Le Basque de Etxalar.*

## LEITZA

**El 20 de junio** 72 montañeros de Arkupeak se dieron cita en la antigua estación de tren Plazaola de Leitza. Hacía buen tiempo, pero hubo que andar mirando al cielo porque la tormenta corría el riesgo de estallar.

Subieron al monte la Meca y tras almorzar en Arrami cruzaron el arroyo Olanz. De abajo arriba por Eskibar pasaron la borda de Bastán y bajaron al caserío Frankia. Caserío en el que nació el conocido bertsolari Manuel Lasarte.

Para finalizar, bajaron a Cantina al que fuera apeadero del tren del Plazaola y por la vía del antiguo ferrocarril se dirigieron al pueblo de Leitza.

Tras recorrer unos 15 kilómetros y más de cuatro horas, terminaron la jornada con una suculenta comida en Lopenea. Fueron de suerte, porque la tormenta estalló mientras comían.

## ARALAR

*El 18 de julio, siguiendo la tradición, los montañeros de Arkupeak realizaron la salida a San Miguel de Aralar. Tenían cita a las 8.30 de la mañana en las escuelas de Uharte Arakil. Allí se juntaron y con los coches completos se dirigieron al parking de Pamplonagaina para llevar el menor número de vehículos. Con buen tiempo 58 montañeros/as se dirigieron por Agirin a Atara y tras almorzar en Zubigain subieron a la ermita de San Miguel. Algunos entraron a verlo. Está muy bien cuidada. De allí volvieron a Pamplonagaina por Ganbelan. Tras recorrer unos 12 kilómetros y cuatro horas, cogieron los coches y terminaron la jornada con una suculenta comida en el Hotel Plazaola de Irurtzun.*

## OTSONDO

**El 22 de agosto** los montañeros del Arkupeak tenían una cita en Otsondo a las 8:30 de la mañana para dirigirse de Alkurruntz, hacia Atxueta. Allí se reunieron 66 socios/as con la intención de hacer el recorrido. Con 21 grados y niebla. Partieron de Lizar, por el collado de Betarte, a continuación, el collado de Escos y llegó el momento del almuerzo. Con las fuerzas restituidas se dirigieron hacia el collado de Andrein para continuar por Etsain y el collado de Eskirasoi, Atxueta y collado de Zureta. No se pudo llegar a la cima de Alkurruntz por la niebla.

*Tras 4 horas y 14 kilómetros de recorrido comieron en el restaurante Mendi de Elizondo.*





## ACHERITO

27 montañeros/as de la Asociación se desplazaron el **19 de septiembre** a la cima pirenaica de Acherito. Salieron del refugio de Linza a las 09:00 horas, por Salto del Caballo, cruzaron el Paso del Oso, pasaron la Pala del Acherito y llegaron a la cima del Acherito, tras cuatro horas de recorrido, comieron en la parte inferior de Acherito y regresaron por Foya de los Ingenieros.

Llegaron al autobús sobre las 16:00 horas, tras 14 kilómetros de recorrido y 1.300 metros de desnivel. El tiempo fue fantástico.

## ADARRA

Como todos los meses, el tercer martes, los montañeros/as del Arkupeak se reunieron el 17 de octubre en Besabi (Urnieta) para subir al monte Adarra. 40 personas emprendieron el recorrido con 23 grados y fuerte viento. Tras almorzar en Etenet e inmortalizar con una foto junto al menhir, subieron al Adarra (811 metros). Desde allí se pueden divisar espectaculares vistas sobre Onddi, Donostia, Pasai...

Tras cuatro horas y 10 kilómetros, comieron en el Oianume de Urnieta.

## CURSOS

Estos son los cursos impartidos:

**Amaiur:** jubiloteca.

**Arizkun:** jubiloteca.

**Arantza:** yoga.

**Bera:** frances, imágenes para recordar, haz trámites por internet, pintura, poda, gimnasia, gap, cilo indoor, pilates.

**Doneztebe:** costura, talla, poda, pirograbado, haz trámites por internet, imágenes para recordar, educación visual, yoga, gimnasia, estiramientos, bailes.

**Donamaria:** gimnasia.

**Elizondo:** jubiloteca, poda, yoga, aquagym, reeducación postural.

**Irurita:** teatro.

**Leitza:** pilates, yoga, taichí, movimiento y estiramiento.

**Lekunberri:** pilates.

**Lesaka:** aquaerobic, estiramientos, pilates, natación, gimnasia.

**Mugaire:** taller de la memoria, taller sobre la ansiedad.

**Sunbilla:** yoga.

**Urdazubi:** jubiloteca.

**Zugarramurdi:** jubiloteca.





**JUBILOTEKA**  
HARREMANA

URDAZUBI  
ZUGARRAMUERDI  
ARIZKUN  
ERRATZU  
ELIZONDO  
IRURITA



Gure adinekoei **maitasunez, errespetuz eta konfiantzaz** zaintzeko asmoa duen profesional-taldea gara.

**Eta bakardadea ilusioz eta lagun artean arintzen badugu? nola?**  
Gure taldean parte hartuz

- Jubilotokira etortzen
- Gure tertulietan parte hartuz
- Iraganeko adiskideak beraurkitzen
- Buru eta gorputzko ariketak eginez
- Esku lanak landuz
- Eta ere... mus, perrexila, 31, bingo, domino, rummy... eta bertzelako jokoetaz gozatzen

Somos un equipo de profesionales con voluntad de atender a nuestros mayores con **cariño, respeto y confianza**.

**¿y si aliviamos la soledad con ilusión y acompañados? ¿cómo?**  
Participando en nuestro grupo

- Viniendo a la jubiloteca
- Tomando parte en nuestras tertulias
- Reencontrando amistades pasadas
- Haciendo gimnasia física y mental
- Trabajando manualidades
- Y también jugando: Mus, Perrexila, 31, bingo, dominó, rumí...y más juegos.

**URDAZUBI** - Leorlas Kultur Etxean  
Astelehen eta asteazkena  
*Lunes y miércoles*  
**16:00-19:00**

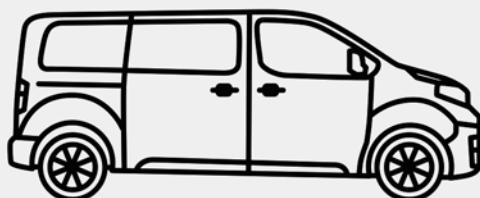
**ARIZKUN** - Medikuaren etxea  
Asteartea *Martes*  
**16:00-18:30**

**ERRATZU** - Kisulabe (Plaza)  
Ortzeguna *Jueves*  
**16:00-18:30**

**ELIZONDO** - Arizkunenea  
Asteazkena *Miércoles*  
**16:00-18:30**

**IRURITA**  
Asteartea *Martes*  
**10:00-12:00**

*Jubilotekara etortzen diren personak etxearen jasoko ditugu*  
*Recogida opcional a domicilio en furgoneta*



***animatu eta deitu!!***  
***¡animate y llámanos!***

**Amaia 659849570**  
**Edurne 647992350 (Baztan)**

[info@harremanajubiloteka.com](mailto:info@harremanajubiloteka.com)  
[www.harremanajubiloteka.com](http://www.harremanajubiloteka.com)

# PODOLOGIA

Ostegunero **ARKUPEAK**-eko Doneztebeko egoitzan  
Cada jueves en la sede de **ARKUPEAK** en Doneztebe

**Ordutegia / Horario:** 10:00-13:00

Hitzordua hartzeko  
*Para pedir cita* **629 821 039**



Zaindu  
zure oinak!  
¡Cuida  
tus pies!



Ainara Narbarte naiz, 20 urte daramatzat podología lanetan, Bartzelonan 15 urtetan zehar eta orain Irunen. Zuen oinak zaintzeko beti prest!

*Soy Ainara Narvarte, trabajo como podóloga desde hace 20 años. Estuve 15 años en Barcelona y ahora trabajo en mi consulta de Irun. ¡Siempre con ganas de cuidar vuestros pies!*

# ILE-APAINDEGIA PELUQUERÍA Juana Tellechea

---

Etxez etxeko ile-apaintzailea  
Peluquera a domicilio



Hitzordua hartzeko  
*Para pedir cita* **680 959 003**



# ARKUPEAK - ARGIBEL OPTIKA (ELIZONDO) HITZARMENA

## IKUSMENA

- Monofokal edo mailakako betaurreko bat erostean **beste betaurreko bat opari.**  
(Eguzkitakoa edo txuria)
- Betaurrekoen “plan renove”-a 3 urte baino lehenago %30eko deskontua
- Doako errebisioa ikusmenean
- Kontrola begiko tentsioan
- Betaurrekoak kristal graduatuekin 89 €- tan
- Betaurrekoak lente progresiboekin 199 €-tan
- Doako bisita etxeetara ikusmenaren errebisioa egiteko
- Fabrikako 2 urteko bermea
- %50eko galera asegurua
- Lehenengo urtean %70eko bermea apurtuz gero
- Bigarren urtean %50eko bermea apurtuz gero

## ENTZUMENA

- Doako errebisioa entzumenean.
- **Audifono digitalak 650 €tik hasita**
- **5 urteko bermea** audifonoen erosketan
- **4 urteko galera eta apurketa** asegurua
- Audifonoa erosteagatik **pilak doan 3 urtez**
- Doako egokitzapen eta jarraimena

Lehendik dauden eskaintzei ezin zaie batu.

**Baldintza hauek Arkupeak-eko bazkide eta bere bikoteari zuzenduta daude.  
Txartela erakustea beharrezkoa da.**

# ACUERDO ARKUPEAK ARGIBEL OPTIKA (ELIZONDO)

## VISTA

- Por la compra de una gafa monofocal o progresiva otra **gafa completa de regalo** (blanca o de sol a elegir)
- **Plan renove de gafas** antes de los 3 años con 30% de descuento
- **Revisión de la vista Gratuita**
- **Control de la tensión ocular**
- **Gafa con cristales graduados por 89 €.**
- **Gafa con lentes progresivas por 199 €**
- **Revisiones visuales a domicilio gratuitas**
- 2 años de garantía de fábrica
- Seguro de pérdida de gafas del 50%
- 70% de garantía por rotura durante 1 año.
- 50% de garantía de rotura el 2º año

## AUDICIÓN

- Revisión Auditiva gratuita.
- **Audífono Digital desde 650 €**
- Por la compra de Audífonos **5 años de Garantía**
- Por la compra de Audífonos **4 años de seguro de pérdida** o rotura total.
- Por la compra de Audífonos **3 años pilas gratis**
- Adaptación y seguimiento gratuito

Promociones no acumulables a otras ya existentes.

**Estas condiciones son aplicables al socio de Arkupeak y a su cónyuge o pareja.  
Es indispensable presentar la tarjeta de asociado.**



# ARKUPEAK ETA ELGORRIAGAKO BAINUETXEA HITZARMENA

## IRAUPENA 2024

### > IBILBIDE TERMALA

Astelehenetik ostegunera ibilbidea	12€
Ostiral, larunbat eta igandeetan ibilbidea	15€
Baldintzak	Ordua hartzeko deitu Arkupeak Elkarteko bazkide txartela erakutsi behar da

### > MASAJEAK

Masajeak	%20ko deskontua
----------	-----------------

### > BEDERATZIURRENA

Bederatziurrena	81€/9 eguneko ibilbidean
Baldintzak	Astelehenetik ostegunera (jai egunik ez) Arkupeak-eko bazkide txartela erakutsi behar da

### > ESKAINTZA OSORAKO BALDINTZA OROKORRA

**Arkupeak Elkarteko bazkidea** lagun batekin etor daiteke eta abantaila berdinak izango ditu. Ordua hartzeko deitu.

# ACUERDO ARKUPEAK Y BALNEARIO ELGORRIAGA

## DURACIÓN 2024

### > RECORRIDO TERMAL

Recorrido de lunes a jueves	12€
Recorrido viernes, sábado y domingo	15€
Condiciones	Llamar para pedir disponibilidad Presentar carnet de socio de Arkupeak

### > MASAJES

Masajes	20 % descuento de tarifa
---------	--------------------------

### > NOVENARIO

Novenario	81€/9 días de recorrido
Condiciones	Solo de lunes a jueves (excluidos festivos) Presentar carnet de socio de Arkupeak

### > CONDICIÓN GENERAL PARA TODO EL ACUERDO

El **socio de Arkupeak** puede venir con un acompañante, que tendrá las mismas ventajas. Llamar para pedir disponibilidad.



## Urnietako Oianume sagardotegian bertsolariekin

Urtarrilak 25

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**13:30** Bazkaria Oianume sagardotegian.

### MENUA

Zizorra egosia

Bakailao tortilla

Bakailao frijitu

Txuleta

Gazta, membrilloa eta intxaurrak

Kafea eta txupitoa

Bertsolariak: Maialen Lujanbio eta Aitor Mendiluze

**16:00** Dantzaldia.

**19:00** Autobusen irteera.

**Prezioa:** 55€

**Izena emateko egunak:** urtarrilaren 8, 9, eta 10ean herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** urtarrilla.

## Sidrería Oianume de Urnieta con bertsolaris

25 de enero

La hora de salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.

**13:30** Comida en la sidrería de Oianume.

### MENÚ

Chorizo cocido a la sidra

Tortilla de bacalao

Bacalao frito

Txuleta

Queso, membrillo y nueces

Café y txupito

**Bertsolaris:** Maialen Lujanbio y Aitor Mendiluze

**16:00** Baile.

**19:00** Salida de los autobuses.

**Precio:** 55€

**Fechas de Inscripción:** 8, 9, y 10 de enero con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** enero.

## Javier

Martxoak 5

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**12:00** Meza.

**13:30** Bazkaria XABIER jatetxean

### MENUA

Kogiloak, zainzuriak, tomate naturalarekin egindako urdaiazpiko tostak, pikillo piperrak, bertako txistorra

Txahal-entrekota roquefort, patata eta piperrekin

Pantxineta

Ura, ardoa, kafea eta txupitoa

**17:00** Graziako bederatzurrena.

**18:30** Autobusen irteera.

Prezioa: 55€

**Izena emateko egunak:** otsailaren 5, 6, eta 7an herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa eguna:** otsaila.

## Javier

5 de marzo

*La hora de salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.*

**12:00** Misa.

**13:30** Comida en el Restaurante XABIER.

### MENÚ

*Picoteo con cogollos, espárragos, jamón con tostas de tomate natural, pimientos del piquillo, txistorra de la tierra*

*Entrecot de ternera al roquefort con patatas y pimientos*

Pantxineta

*Agua, vino, café y chupito*

**17:00** Novena de la gracia.

**18:30** Salida de los autobuses.

**Precio:** 55€

**Fechas de inscripción:** 5, 6 y 7 de febrero con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** febrero.



## Doneztebe, mus txapelketaren azken fasea

Martxoak 14

**09:30** Tortilla, urdaiazpikoa eta txistorren dastaketa.

**10:00** Txapelketaren hasiera Doneztebeko Santamaría jatetxean.

**14:00** Bazkaria.

### MENUA

Barazki menestra

Legatza saltsan

Txuleta

Flana izozkiarekin

Ardoa, ura, sagardoa, kafea, kopa eta cava

Bazkalondoan sarien banaketa.

**Prezioa:** 37€.

**Izena emateko egunak:** otsailaren 26, 27 eta 28an, herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** martxoak.

**Oharrak:**

1.- Egun hau bazkide guztiei zabaldua dago. Eguna Donezteben igaro nahi duenarentzat prezioa 47€.

2.- Herrietako lehenengo, bigarren eta hirugarren postuan gelditu direnek mus txapelketako azken fasea jokatuko dute kontrakorik esaten ez badute.

## Doneztebe, fase final del campeonato de mus 14 de marzo

**09:30** Almuerzo con tortilla de patatas, txistorra y magras.

**10:00** Inicio del campeonato de mus en el restaurante Santamaría de Doneztebe.

**14:00** Comida.

### MENÚ

Menestra de verduras

Merluza en salsa

Txuleta

Flan con helado

Aqua, vino, sidra, café, copa y cava

Tras la comida entrega de premios.

**Precio:** 37€.

**Fechas de inscripción:** 26, 27 y 28 de febrero con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** marzo.

**Notas:**

1.- Este día está abierto a todos los socios que quieran pasar el día en Doneztebe cuyo costo será de 47€.

2.- La fase final del campeonato la jugarán los que quedaron primeros, segundos y terceros en la fiesta local siempre y cuando no digan lo contrario.

## Euskal kantuen eguna Dantxarinean

Apiriak 4

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

Jaia Dantxarineako Otxondo jatetxean izango da.

**12:00** Dantxarinean hango merkataritza berriak ikusteko aukera.

**13:00** Bazkaria Otxondo jatetxean.

### MENUA

Iberiko desberdinak

Txipiroi eta gulen entsalada

Legatza onddo salsa eta panaderekin

Azpizun iberikoa patatakin

Tiramisu

Ardoa, ura, sagardoa, kafea, cava (botila bat 4 p.) kopa normala

Bazkalondoan gure betiko abestiak José Angelen laguntzarekin.

Ondoren dantzaldia José Angelen eskutik.

**19:15** Autobusen irteera.

**Prezioa:** 45€

**Izena emateko egunak:** martxoaren 4, 5 eta 6an herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** martxoan.

### Garrantzi handiko oharrak:

1.- Egun horretan bazkide aunitz elkartzen gara eta sarrera azkarrago izan dadin TXARTELAK banatuko ditugu, non eseri behar duten jakiteko.

Txartelak delegatuek banatuko dituzte.

2.- Aurreko urteetan kantuen liburuxkak banatu direla eta, eskertuko da eskura duenak eramatzen badu. Posible ez badu, bazkalondoan erosi ahal izango dira liburuxkak.

## Día de las canciones vascas en Dantxarinea

4 de abril

La hora de salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.

La fiesta tendrá lugar en el restaurante Otxondo de Dantxarinea.

**12:00** Llegada a Dantxarinea y visita a los nuevos comercios de la zona.

**13:00** Comida en el restaurante Otxondo.

### MENÚ

Surtido ibérico

Ensalada de chipirones y gulas

Merluza con salsa de hongos y panaderas

Solomillo de cerdo con patatas.

Tiramisu

Agua, vino y sidra, botella de cava (1 para cada 4 pax), café y copa normal

En la sobremesa los cantos de siempre con la ayuda de José Angel. A continuación, bailables amenizados por José Angel.

**19:15.** Salida de los autobuses.

**Precio:** 45€

**Fechas de inscripción:** 4, 5 y 6 de marzo con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** marzo

### Notas muy importantes:

1.- Este año también se dará una TXARTELA de entrada con el nº del asiento asignado para el comedor.

Las txartelas las distribuirán los delegados.

2.- Teniendo en cuenta que en años anteriores se han distribuido los libritos con las canciones, se recomienda que el que disponga del mismo lo lleve. Si no es posible, después de la comida se venderán a los que no lo tengan.



## Soria - Burgos

Apirilak 22-25

### APIRILAK 22: DONEZTEBE- SORIA

Aurkezpenean adierazitako puntueta adostutako orduan eta irteera autobusez Burgo de Osma-rako noranzkoan. Bertara iritsi eta bertako gidarekin Katedralaren bisita, sarrera barne.

Jarraitu Soriaraino. Hotelera iritsi, ostatu hartu eta bazkaldu.

Arratsaldean, tokiko gidarekin bisita egingo dira, bertako monumentu nagusiak ezagutzeko, baita alde zaharreko kaleak eta plazak ere, Konkatedrala nabarmenduz.

San Saturio baseliza ezagutuko dugu, hiriko patroia eskainia. Halaber, La Dehesa edo Soriako birika ezagutuko dugu, ofizialki Cervantes zumardia deitua. Plaza Nagusia eta Santo Domingo nabamentzen dira. Hotelera itzultzea, afaria eta ostatua.

### APIRILAK 23:

#### LAGUNA NEGRA - VINUESA – GORMAZKO SAN ESTEBAN, EL BUENO, EL FEO ETA EL MALO ERRODATU ZUTENEKO SAD HILL HILERRIA – BURGOS

Gosaria hotelean eta irteera Vinuesara, Duero ibaia jaiotzen den lekura, gure geografiako handienetako eta emaritsuenetakooa.

Handik, Urbiongo tontorretaraino jarraituko dugu, Laguna Negra (La Pamplonesaren busarekin igoera), Vinuesako udaltxean 2.000 metro baino gehiagoko altitudean dagoen glaziar motako ur-masa, ikusteko. Bertan Basoaren Museoa ikusi ahal izango dugu (sarrera barne).

Gidarekin batera, probintziako multzo historiko artistiko garrantzitsu hau bisitatuko dugu. Etxe tradizionalez betetako kale harritzatuak zeharkatuz, XVI. mendetik XVIII. mendera bitarteko eraikin nabarmenenak aurkituko ditugu, hala nola Los Ramos etxea, Vilueñako markesaren jauregia edo Pedro de Neila jaunaren jauregia. Pinuko Andre Mariaren parroquia edertasun ukaezinekoa da, Putzuko sokaren urtegian (kanpoko bisitak).

Gormazeko San Estebaneraino jarraituko dugu,

Soriako probintziaren mendebaldean. Bazkaria jatetxeen Gormazeko San Estebanen.

Bere edertasunak eta bere aztarna historikoek Multzo Historiko-Artistikoa izendatzea ekarri dio-te. Alde zaharra muino baten tontorrean dagoen gaztelu batez (sarrera barne) eta muinoaren hegoaldeko hegaletik hedatzen diren hainbat kalez osatuta dago, harresiz inguratutako esparru zaharraren barruan. Bi eliza erromaniko ditu, Interes Kulturaleko Ondasun izendatuak: San Migel eliza, 1081. urtean eraikia, probintziako lehen eliza erromaniko arkupeduna; eta Nuestra Señora del Rivero eliza (sarrera barne), XII. mendekoa, Dueroko erribera osoa menderatzen duen muino batean kokatua. Kale Nagusian, armarridun etxetzar batzuk ikus daitezke, familia nobleen arma-riak dituztenak.

Amaieran, Burgoseraido bidaiatzen jarraituko dugu, Sad Hill hilerrian geldialdi bat eginez. Ber-tan, EL BUENO, EL FEO Y EL MALO (Spaghetti western) filma filmatu zen.

Burgosko hotelera iritsi, afaria eta ostatua.



## Soria - Burgos

Apirilak 22-25

### APIRILAK 24: ORBANEJA DEL CASTILLO – OJO DE GUAREÑA

Gosaria eta irteera autobusez Ojo de Guareñantz, ibilbidean zehar beharrezko geldialdiak eginet. Ojo Guareñako leizeak Burgosko probintziaren iparraldean daude. Gaur egun, jendearentzat irekita dagoen haitzulo bakarra San Bernabeko haitzuloa eta ermita da (sarrera eta bisita gidatua barne). Gure gidariak ibilbide osoan lagunduko digu. Antzinatik, haitzuloa kultur eta erlijio jardueraren gune bihurtu da, "San Tirso eta San Bernabe" labar-ermitaren presentziak erakusten duen bezala. Bertan, bisita amaitzeko, 1705 eta 1877ko horma-pinturak ikusten dira, bi santuen mirari eta martirioak kontatzentzen dituztenak. Jarraitu Orbaneja del Castilloraino. Bazkaria jatetxean. Arratsaldean, Multzo Historiko Artistiko izendatutako herri txiki honetan bisita gidatua egingo da. Bertan, eraikin bereziak daude, hala nola Kaneen Etxea eta Pobreene Etxea. Gure bisitan, herriaren erdigunean bertan jaiotzen den ur-jauziak eta Uraren Leizeak (sarrera barne) sortzen duten zaratik ikusi eta entzun ahal izango dugu. Haitzulo hori herriaren buru den haitzuloan irekitzen da eta bertako ur kristalinoak sortzen dira. Hotelera iritsi, afaria eta ostatua.

### APIRILAK 25: BURGOS -ATAPUERCA- DONEZTEBE

Gosaria hotelean eta bisita gidatua Burgosen, erdi aroko hiriburuan eta Itsasoko kontsulatuaren. Bisita tokiko gidarekin, Santa Maria katedrala ikusteko. XII. UNESCOk gizateriaren ondare izendatua, Huelgas Realeseko monastegia, ondare nazionala, eta Espolon pasealekua. Bazkaria jatetxean. Arratsaldean Atapuercako aztarnategi arkeologikoa bisitatuko du. Ondoren itzulera etxera

#### PREZIOAN SARTUAK:

- Autokar pribatua eta egokitua adierazitako ibilbidean.
- 2 egun eta gau bat Soriako 4\* hotelean.
- 3 egun eta bi gau Burgosko 4\* hotelean.
- Pentsio osoko errejimena (jatetxeetako bazkarietan/afarietan eta kafea, ura eta ardoa sartuta).
- Bisitaldia Burgo de Osmako tokiko gidariarekin.
- Burgo de Osmako katedralaren sarrera.
- Egun erdiko tokiko gidariarekin bisita Sorian.





## Soria - Burgos

Apirilak 22-25

- Soriako Konkatedralerako sarrera.
- Igoera, Aintzira Beltzko aparkalekua eta mu-seoa. Bus la Pamplonesa
- Aintzira Beltza eta Vinuesa bisitatzeko eguneko gida.
- Basoaren Museoa.
- Bazkaria Gormazeko San Estebaneko jatetxean.
- Egun erdiko bisita gidatua Gormazeko San Es-tebanen.
- Gormazeko San Esteban gaztelurako sarrera eta Riveroko eliza
- Sad Hill hilerrirako sarrera.
- San Bernabeko koban eta ermitan sartzea (bisi-ta gidatua barne)
- Bazkaria Orbaneja del Castilloren.
- Orbaneja del Castilloren bisita gidatua.
- Uraren Kobaren sarrera eta bisita gidatua.
- Tokiko gida Burgosen.
- Burgosko Santa Maria katedralaren sarrera.
- Huelgas Reales Monastegira sarrera.
- Bazkaria Burgosko jatetxean
- Atapuercako aztarnategi arkeologikorako sarre-ra.
- Bidaiako laguntza-asegurua.

**Prezioan sartu gabeak:** prezioan sartuak atalean agertzen ez den edozein puntu.

**Prezioa** (65 pertsona):

**Binakako logela:** 525€

**Bakarkako logela:** 660€

**Izena emateko egunak:**

urtarrilaren 22 eta 23an bulegoko 948 450 878  
edo 618 567 837 telefonoetara deitzu

**Ordainketa data:** otsaila

**Ezeztapenak:** galdezu bulegoan



## Soria - Burgos

22-25 de Abril

### 22 ABRIL: **DONEZTEBE/SANTESTEBAN- SORIA**

Presentación a la hora acordada en los puntos indicados y salida en autocar en dirección Burgo de Osma. Llegada y visita con guía local de esta población con entrada incluida a la Catedral.

Continuación a Soria. Llegada al hotel, acomodación y almuerzo.

Por la tarde, visita con guía local de la ciudad conociendo sus principales monumentos, así como calles y plazas del casco histórico, destacando la Concatedral.

Conoceremos la Ermita de San Saturio, dedicada al patrón de la ciudad. También conoceremos La Dehesa, o pulmón de Soria, llamada oficialmente Alameda de Cervantes. Destaca la Plaza Mayor, y Santo Domingo con sus calles adyacentes. Regreso al hotel, cena y alojamiento.

### 23 ABRIL: **LAGUNA NEGRA - VINUESA - SAN ESTEBAN DE GORMAZ - CEMENTERIO SAD HILL DONDE SE RODÓ EL BUENO, EL FEO Y EL MALO - BURGOS.**

Desayuno en el hotel y salida hacia Vinuesa, cerca de donde nace el río Duero, uno de los mayores y más caudalosos de nuestra geografía.

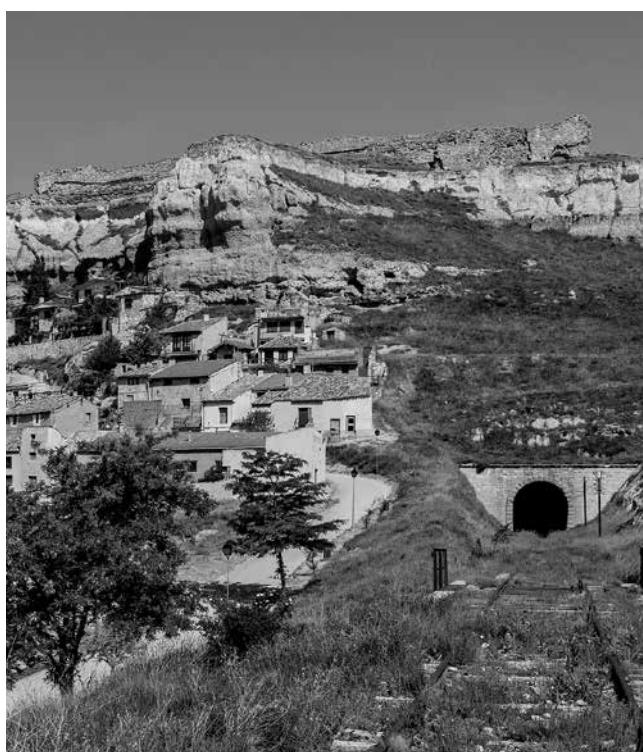
Desde allí continuaremos hasta los picos de Urbión para contemplar la majestuosa Laguna Negra (subida con el bus de la Pamplonesa), masa de agua de tipo glaciar ubicada a más de 2.000 metros de altitud en el ayuntamiento de Vinuesa. Allí podremos ver el Museo del Bosque (entrada incluida).

Visitaremos junto con la guía, este importante conjunto histórico artístico de la provincia. Recorriendo sus calles empedradas repletas de buenos ejemplos de casas tradicionales encontramos destacadas construcciones de los siglos XVI al XVIII como la casa de Los Ramos, el palacio del

Marqués de Vilueña o el palacio de Don Pedro de Neila. De indiscutible belleza es la parroquia de Nuestra Señora del Pino, en el embalse de la Cuerda del Pozo (Visitas Exteriores).

Continuamos la visita hasta San Esteban de Gormaz, al oeste de la provincia de Soria. Almuerzo en un restaurante de San Esteban de Gormaz.

Su belleza y sus vestigios históricos le han valido la declaración de Conjunto Histórico-Artístico. El casco antiguo está formado por un castillo (entrada incluida) emplazado en la cima de un cerro, desde el que se domina toda la villa, y diversas calles que se despliegan por la ladera sur de la colina, dentro del antiguo recinto amurallado. Cuenta con dos iglesias románicas declaradas bien de interés cultural: la de San Miguel, construida en el año 1081, la primera iglesia románica porticada de la provincia; y la de Nuestra Señora del Rivero (entrada incluida), del siglo XII, que se ubica en un altozano desde el que se domina toda la ribera del Duero. En la calle Mayor pueden contemplarse diversas casonas blasonadas, con escudos pertenecientes a familias nobles.





## Soria - Burgos

22-25 de abril

Al finalizar, continuaremos nuestro viaje hasta Burgos realizando una parada en el Cementerio Sad Hill donde se rodó la película *EL BUENO, EL FEO Y EL MALO* (Spaghetti western).

Llegada al hotel de Burgos, acomodación, cena y alojamiento.

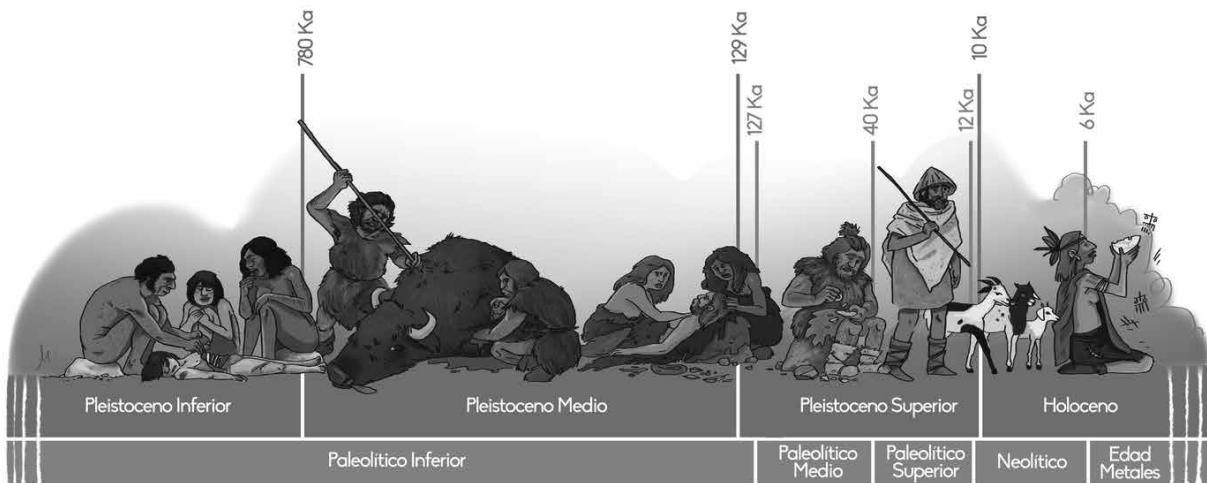
### 24 ABRIL: ORBANEJA DEL CASTILLO - OJO DE GUAREÑA

Desayuno y salida en autocar hacia Ojo de Guareña, realizando las paradas oportunas durante el trayecto. Las Cuevas de Ojo Guareña se encuentran situadas al norte de la provincia de Burgos. En la actualidad la única cueva abierta al público es la Cueva y Ermita de San Bernabé (entrada y visita guiada incluida) fue el primer tramo de cueva de Ojo Guareña abierta al público. Nuestro guía nos acompañará durante todo el recorrido. Desde antiguo la cueva se ha convertido en centro de actividad cultural y religiosa, como lo demuestra la presencia de la ermita rupestre de "San Tirso y San Bernabé", donde culmina la visita con la apreciación de pinturas murales de 1705 y 1877 que relatan los milagros y martirios de ambos

santos. Continuación hasta Orbaneja del Castillo. Almuerzo en restaurante. Por la tarde, visita guiada de la esta pequeña localidad declarada conjunto histórico artístico que cuenta con edificios singulares como la casa de los Canes y la casa de los Pobres. Durante nuestra visita podremos ver y oír el ruido que provoca la cascada que nace en el mismo centro de la localidad y la Cueva del Agua (entrada incluida), caverna que se abre en el cantil rocoso que preside el pueblo y del que brotan sus aguas cristalinas. Continuación hasta el hotel. Cena y alojamiento.

### 25 ABRIL: BURGOS -ATAPUERCA- DONEZ-TEBE/ SANTESTEBAN

Desayuno en hotel y visita guiada de Burgos, capital medieval y consulado del Mar. Visita con guía local en la que visitaremos la catedral de Santa María (S.XII), declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, el monasterio de las Huelgas Reales, perteneciente a Patrimonio Nacional y el paseo del Espolón. Almuerzo en restaurante. Por la tarde visita del yacimiento arqueológico de Atapuerca. Salida hacia el lugar de origen.



## Soria - Burgos

22-25 de abril

### EL PRECIO INCLUYE:

- Autocar privado y acondicionado durante el recorrido indicado.
- Estancia de 2 días / 1 noches en 4\*, en Soria.
- Estancia de 3 días / 2 noches en 4\*, en Burgos.
- Régimen de Pensión Completa (agua y vino incluidos en comidas/cenas y café en los restaurantes).
- Visita ½ con guía local de Burgo de Osma.
- Entrada a la Catedral de Burgo de Osma.
- Visita con guía local de medio día en Soria.
- Entrada a la Concatedral de Soria.
- Subida, parking de la Laguna Negra y museo. Bus la Pamplonesa.
- Guía ½ día para la visita de la Laguna Negra y Vinuesa.
- Museo del Bosque.
- Almuerzo en el restaurante de San Esteban de Gormaz.
- Visita guiada de medio día en San Esteban de Gormaz.
- Entrada al Castillo de San Esteban de Gormaz y Iglesia del Rivero.
- Entrada al Cementerio Sad Hill.
- Entrada en cueva y ermita de San Bernabé (con visita guiada incluida).
- Almuerzo en un restaurante de Orbaneja del Castillo.
- Visita guiada de Orbaneja del Castillo.
- Entrada y visita guiada de la Cueva del Agua.
- Guía local en Burgos.
- Entrada a la Catedral de Santa María de Burgos.

- Entrada al Monasterio de las Huelgas Reales.
- Almuerzo en restaurante en Burgos
- Entrada al yacimiento arqueológico de Atapuerca.
- Seguro de asistencia en viaje

**No incluido en el precio:** cualquier punto no especificado en el precio incluye

**Precio** (65 personas):

**Habitación doble:** 525€ persona

**Habitación individual:** 660€

**Fechas de inscripción:**

22 y 23 de enero llamando a la oficina a los teléfonos 948 450 878 o 618 567 837

**Fecha de cobro:** febrero

**Cancelaciones:** preguntar en la oficina.





## Benidorm

Maiatzak 5-15

### MAIATZAK 5

Herri desberdinatik atera, Castejonen geldiera, eta Javalambre baziak.

Benidormeko HOTEL POSEIDON PLAYA hotelean gelak hartu, afaldu eta atsedena.

### MAIATZAK 6-14

Atsedena eta egun libreak gozatzeko aukerarekin.

### MAIATZAK 15

Gosalko eta etxera. Bidean geldialdi bat egin eta ordu biak aldera baziak Castejonen. Arratsalde erdialdera etxera iritxiera.

### ALOJAMENDUA

HOTEL POSEIDON PLAYA 3\*

#### Prezioa:

**Binakako logela:** 713€ pertsonako

**Banakako logela:** 985€ pertsonako

**Izena emateko egunak:** Martxoaren 4 eta 5ean bulegoko 948 450878 edo 618567837 telefonoan.

#### Ordainketa data:

**Oharra:** erreserbatutako bakarkako logela baino gehiago beharko balira, ajentziak emandako bakarkako logelen azken prezioa guztien artean banatuko da.

**Ezeztapenak:** galdu bulegoan

#### Prezioan sartuak

- Joan etorriko autobusa.
- 10 gaueko egonaldia.
- Egun osoko pentsioa (ardoa eta ura barne).
- Joan etorriko baziak Javalambre eta Castejonen.
- Bidaia eta ezeztapen aseguruak.

#### Prezioan sartu gabeak

- Prezioan sartuak agertzen ez den edozein puntu.

## Benidorm

5-15 de mayo

### 5 DE MAYO

Salida desde los distintos pueblos y primera parada en Castejón. Almuerzo en Javalambre. Llegada al hotel, alojamiento, cena y descanso.

### 6-14 DE MAYO

Estancia y días libres.

### 15 DE MAYO

Desayuno y salida a la hora acordada de regreso a casa. Una parada en el camino y almuerzo a las dos de la tarde en Castejón. Llegada a casa a media tarde.

### ALOJAMIENTO

HOTEL POSEIDON PLAYA 3\*\*\*

#### Precio: (55 personas)

**Habitación doble:** 713,00€ por persona

**Habitación individual:** 985,00€ por persona

**Fechas de inscripción:** 4 y 5 de marzo, llamando al teléfono de la oficina 948450878 o 618567837.

#### Fecha de cobro:

**Nota importante:** En caso de necesitar más habitaciones individuales que las disponibles, el aumento del precio por habitación se dividirá entre todas las habitaciones individuales, por lo que todos pagarán igual.

**Cancelaciones:** Consultar en la oficina.

#### El precio incluye

- Autobús.
- Autobús de apoyo si fuera necesario.
- Estancia de 10 noches.
- Régimen de pensión completa con agua y vino incluidos.
- Almuerzo en ruta de ida y vuelta: Javalambre y Castejón.
- Seguro de viaje.

#### El precio no incluye

- Cualquier concepto no especificado en "El precio incluye".

## Soinketa eguna eta Los Tajudos del Norte Mariatxiak

Maitzak 30

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**12:00** Soinketa erakustaldiaren hasiera Doneztebeko kiroldegian.

**14:00** Bazkaria Doneztebeko Santamaría jatetxean.

### MENUA

Urdai azpiko iberikoa

Ahate foie

Entsalada epela

Onddoz betetako bric-a

Legatza razio erdia

Azpizuna razio erdia

Tarta izozkiarekin

Ardoa, sagardoa, kafea eta kopa

**17:00** Mariatxiak: Tajudos Del Norte.

**19:00** Autobusen irteera.

**Prezioa:** 55€

**Izena emateko egunak:** apirilaren 8, 9 eta 10ean herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** maiatz.

**Oharra:**

Soinketa egin behar dutenek 40€ ordaindu behar dute.

Bazkideren batek kotxez joan nahiko balu, izena emateko garaian esan dezala.

## Día de la gimnasia y Mariachis Los Tajudos del Norte

30 de mayo

*La salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.*

**12:00** Dará comienzo la demostración de los grupos de gimnasia en el polideportivo de Doneztebe.

**14:00** Comida en el restaurante Santamaría de Doneztebe.

### MENÚ

Jamón ibérico

Foie de pato

Ensalada templada

Bric relleno de hongos

½ ración de merluza rebozada

½ ración de solomillo

Tarta con helado

Agua, vino, sidra, café y copa

**17:00** Mariachis: Tajudos del Norte.

**19:00** Salida de los autobuses.

**Precio:** 55€

**Fechas de inscripción:** 8, 9 y 10 de abril con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** mayo.

**Nota:**

*Los participantes en la exhibición de gimnasia pagarán 40€.*

*Si algún/ alguna socio/soacia desea ir en coche propio, que avise en el momento de inscribirse.*



## Lourdes

Ekainak 13

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**12:00** Meza.

**13:00** Bazkaria Florida edo Acadia hotelean.

### MENUA

Zizka-mizka hotzak

Oilasko errea entsalada eta patatekin

Fruitu gorrien tarta

Ura, ardoa eta kafea.

**16:30** Gaixoen prozesioa.

**Prezioa:** 42€

**Izena emateko egunak:** Apirilaren 22, 23 eta 24an, herri bakoitzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** apirila.

**Oharra:** komeni da Europako osasun txartela eramatea.

## Lourdes

13 de junio

*La hora de salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.*

**12:00** Misa

**13:00** Comida en el hotel Florida o Acadia.

### MENÚ

Entremeses fríos variados

Pollo asado con patatas y ensalada

Tarta de frutos rojos

Agua, vino y cafe

**16:30** Procesión de los enfermos

**Precio:** 42€

**Fechas de inscripción:** 22, 23 y 24 de abril con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** abril.

**Nota:** conviene llevar la tarjeta sanitaria europea.

## Albania

Ekainak 16-23

### EKAINAK 16: DONEZTEBE-MADRIL-BERAT

Aurkezpenean adierazitako puntueta adostutako orduan eta irteera autobusez Madrilgo aireporturako noranzkoan. Aireportuan 2 ordu eta erdi lehenago egon behar da TIRANArat doan hegaldia hartzeko. Irteera 08: 00etan Iritsiera 11: 05ean Albaniako hiriburuan. Ekipajea berreskuratu ondoren, ordezkarria zain izando da BERAT hiriko hotelera eramateko. Hiri hori mila leihoen hiria da, eta UNESCOk gizateriaren ondare izendatu du. Bazkaria. Arratsalde librea. Afaria eta ostattua.

### EKAINAK 17: BERAT

Gosaria. BERATen bisita, gaur egun oraindik jendea bizi den bere gotorleku erraldoiarekin. Barruan eliza kristau ortodoxo ugari eta Onufri museoa ditu, XVI. mendeko ikonoekin. Bazkaria eta ardo-dastatzea bertako upategi batean. Hiriko beheko aldea ezagutuko dugu eta etxe tradizionalen bat, Mangalem eta Gorica auzo historikoak. Hiria kulturen nahasketak eta hainbat erlijioaren lekukotza da.

### EKAINAK 18: BERAT -APOLONIA-RIVERA ALBANESA- SARANDA

Albaniako hegoalderantz abiatuko gara. APOLONIA geralekua, antzinako greziar kolonia erromatarra, k. a. VI. mendean hasi eta Oktaviano Augusto erromatar enperadore egin zen. Hiriko aztarnarik garrantzitsuenak bisitatuko ditugu, hala nola Agonoteten monumentua, Odeoia, elizpea eta XIV. mendeko erdi aroko monasterio baten barruan kokatutako arkeologia museoa. VLORArantz jarraituko dugu, Itsaso Jonikoko itsasertz malkartsua zeharkatuz. Montenegroko itsasertz malkartsua inguratuz, SARANDAriritsiko gara, Greziako Corfú uhartearren parean dagoen oporgune ezagunera.

### EKAINAK 19: SARANDA-BRUTINTO-SARANDA

Albaniako hegoaldeko muturrera bidaiatuko dugu UNESCOk 1992tik gizateriaren ondare izendatu duen BUTRINTO ezagutzeko. Antzinako hiri greko-erromatarren etorrera eta bisita, erdi Aroaren amaiera arte. Virgiliok, Oktaviano Auguato enperadorearen garaiko erromatar autore ospetsuak, Butinto aipatzen du bere epopeia latinoan, "Eneida", eta hiriaren sorrera troiarrei egozten die, hiriak Troiako erreplika bat dela iritzita. BLUE EYE, ur iturri harrigarría leku idilikoa batean, non hurritz, intxaurreondo, gereziondo,



pinu eta izei basoez inguratutako pasealeku atsegin batera iritsiko garen, urpeko sumendiak balira bezala lurretik sortzen diren iturburu hauek aurkituko ditugu. «Begi Urdin» ospetsua bezala ezagutzen dira, bere forma obalatuagatik eta uraren koloreagatik, erdian urdin sakona eta alboetan urdin argia izateagatik nekez sinets daitekeen irudia sortzen duen fenomeno geologiko bat dena (iturburura iristeko bidezidor erooso batetik joan daiteke gutxi gora-behera 30 minuti). Arratsaldean Sarandara itzuli eta afaria eta ostattua.

### EKAINAK 20: CORFU

Gosaria. Sarandeko portura joango gara Corfurako ferrya hartzeko (irteera 08: 30ean), Greziako uharte jendetsuetako bat. Kanonira iritsi eta bertan irlatxoko eliza bizantziar ederra ikusteko aukera izanen da. Hiriko alde zaharrerantz jarraituko dugu UNESCOk gizateriaren ondare izendatua. San Spyridon eliza ortodoxoa, uharteko Patroia, Veneziar eragin handia duena. Bazkaria. Denbora librea, Corfuko portura joan eta ferrya hartu Sarandara itzultzeo (Corfuko irteera 18:15ean). Sarandara 19:00etan iritsiko gara. Ostattua eta afaria.

### EKAINAK 21: SARANDA-GJIROKASTER- ARDENIKAKO MONASTEGIA-TIRANA

Gosaria. Albaniako hiriburua den Tiranara irteera. Geldialdia GJIROKASTERen, UNESCOren mundu-ondare izendatutako hirian, zeinak modu miresgarrian mantendu baitu Turkiaren eragin handiko arkitektura. Erdi Aroko Gjirokaster gotorlekua bisitatuko dugu, otomandar garaian berreraikia. Bertatik, hiriaren eta inguruko mendien ikuspegia ikusgarriak bistatzeko dira. Albaniako barnealdetik bidaiatuko dugu, Vjosa



## Albania

Ekainak 16-23

ibaiaren ibilbideari jarraituz, Europako azken ibai basatia. Bazkaria. ARDENIKAKO MONASTERIOA ezagutuko dugu, XIII. mendean Artemisa eihizaren jainkosa greziarrari eskainitako antzinako tenplu pagano baten hondakinen gainean eraikia. Afaria eta ostatua.

### EKAINAK 22: TIRANA-KRUJA-TIRANA

Albaniako hiriburuaren bisita panoramikoa, Scanderbeg plazarekin, hiriko gune neuralgikoa, non leku interesgarrienak dauden, hala nola Et ‘hem Beu mezkita, Opera, erloju-dorrea, historia-museo nazionala eta italiar eragineko ministerioak. Bazkaria. Arratsaldean, erdi aroko KRUJAra joango gara, non bere bazar otomandarra eta XV. mendean otomandar erasoa geldiarazi zuen Scanderbeg heroi albaniarren museoa ezagutuko ditugun. Arratsaldean, Tiranara itzuli, afaria eta ostatua.

### EKAINAK 23: TIRANA-MADRIL-DONEZTEBE

Gosaria eta denbora librea Tiranako aireportura joan arte, Madrilera doan hegaldia hartzeko. Madrilera iritsi, maletak hartu eta Donezteberaino autobusez.

#### PREZIOAN SARTZEN DIRENAK:

- Autobus pribatu eta egokitua: Doneztebe - Madril - Doneztebe.
- Bidaiaiak jasotzeko autobusak.
- Madril -Tirana - Madril aireko linea, Ib linea erregularrean. Fakturatutako ekipajea.
- Tasak barne.
- Autobus garraioa ibilbide osoan.
- Gaztelaniaz hitz egiten duen tokiko gida laguntzailea bidaia osoan.
- Pentsio osoa urarekin + kopa bat ardo edo garagardo bat barne.
- Programan adierazitako guneetarako sarrerak + Corfurako ateraldia.
- Bazkaria bideko jatetxean, ekainaren 23an.
- Bidaiako laguntza-asegurua.

#### PREZIOAN SARTU GABEA:

Prezioan sartuak agertzen ez den edozein puntu.

#### Prezioa:

**Binakako logela:** 1825€ pertsonako.

**Logela bakarra:** 2.064€

**Izena emateko egunak:** Urtarrilaren 8 eta 9 an bulegoko 948 450 878 edo 618 567 837 telefonoetara deitzuz.

**Ordainketa eguna:** urtarrila.

**Ezeztapenak:** bulegoan galdetu.

#### Oharra:

#### Beharrezkoak:

**Europako osasun txartela eramatea. (Albaniak ez du Espainiarekin Osasun hitzarmenik)**

**Epe muga 2024ko urria baino beranduago duen NAN**



## Albania

16-23 de junio

### 16 DE JUNIO: DONEZTEBE - MADRID - BERAT.

Presentación a la hora acordada en los puntos indicados y salida en autocar en dirección al aeropuerto de Madrid. Presentación en el aeropuerto 2 horas y media antes para tomar el vuelo con destino a TIRANA. Salida a las 08:00 H. Llegada a las 11:05 H capital albanesa. Tras recuperar su equipaje, le espera nuestro representante para llevarle a su hotel en la ciudad de BERAT, conocida como la ciudad de las mil ventanas y declarada patrimonio de la humanidad por la UNESCO. Almuerzo. Tarde libre. Cena y Alojamiento.

### 17 DE JUNIO. BERAT

Desayuno. Visita de Berat con su inmensa ciudadela, aún habitada hoy en día, que alberga en su interior numerosas iglesias cristianas ortodoxas y el museo Onufri, con sus iconos del siglo XVI. Almuerzo y cata de vinos en una bodega local. Conoceremos la parte baja de la ciudad con alguna de las casas tradicionales, los barrios históricos de Mangalem y Gorica. La ciudad se considera un crisol de culturas y testimonio de distintas religiones. Cena y alojamiento.

### 18 DE JUNIO: BERAT -APOLONIA-RIVERA ALBANESA-SARANDA

Desayuno. Salimos hacia el sur de Albania. Parada en APOLONIA, antigua colonia griega, romana, cuyo origen se remonta hacia el siglo VI a.c y donde se formó el joven emperador romano Octaviano Augusto. Visitaremos los restos más importantes de la ciudad como el Monumento de los Agonotetas, el odeón, el pórtico y el Museo Arqueológico ambientado en el interior de un Monasterio Medieval del siglo XIV. Seguimos hacia VLORA recorriendo el escarpado litoral del Mar Jónico. Almuerzo. Bordeando el escarpado litoral de Montenegro llegamos a SARANDA, popular centro vacacional frente a la isla griega de Corfú. Cena y alojamiento.

### 19 DE JUNIO: SARANDA-BUTRINTO-SARANDA

Desayuno. Viajamos hacia el extremo sur de Albania para conocer BUTRINTO, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO desde 1992. Llegada y visita de la antigua ciudad greco-romana habitada hasta finales del Medievo. Virgilio, renombrado autor romano de la época del emperador Octaviano Augusto menciona Butrinto en su epopeya latina "Eneida" y atribuye la fundación de la ciudad a los troyanos considerando la ciudad una réplica de Troya. Almuerzo. No muy lejos de Saranda nos detendremos a conocer una de esas joyas naturales que aparecen de vez en cuando enriqueciendo nuestro patrimonio natural. BLUE EYE, increíble manantial de agua en un idílico lugar al que llegaremos en un agradable paseo rodeado de bosques de avellanos, nogales, cerezos, pinos y abetos, encontramos estos manantiales que brotan de la tierra como si fuesen volcanes submarinos. Son conocidos como el famoso «Ojo Azul», que es un fenómeno geológico que debido a su forma ovalada y al color del agua, azul profundo en el centro y azul claro en los lados genera una imagen difícilmente creíble (para llegar al manantial se puede ir por un sendero cómodo aprox.30 min), por la tarde regreso a Saranda. Cena y alojamiento.





## Albania

16-23 de junio

### 20 DE JUNIO: CORFÚ

Desayuno. Traslado al puerto de Sarande para coger el ferry hacia Corfú (salida a las 08:30 hrs), una de las islas más concurridas de Grecia. Llegada y traslado a Kanoni para apreciar las vistas a la bellísima iglesia bizantina en islita. Seguimos hacia el casco antiguo de la ciudad, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO de fuerte influencia veneciana con la iglesia ortodoxa de San Spyridon, el santo Patrón de la isla. Almuerzo. Tiempo libre. Traslado al puerto de Corfú para coger el ferry de regreso a Saranda(Salida de Corfu a las 18:15 hrs). Llegada a Saranda a las 19:00 hrs. Alojamiento y cena.

### 21 DE JUNIO: SARANDA- GJIROKASTER – MONASTERIO DE ARDENICA-TIRANA

Desayuno. Salida hacia TIRANA, la capital de Albania. Parada en GJIROKASTER, ciudad declarada patrimonio mundial de la UNESCO, que ha conservado de forma admirable su arquitectura de fuerte influencia turca. Visitamos la imponente ciudadela de Gjirokaster de origen medieval y reconstruida en el periodo otomano desde donde se abren unas espectaculares vistas a la ciudad y montañas alrededores. Viajamos por el interior de Albania siguiendo el curso del río Vjosa, el último río salvaje de Europa. Almuerzo. Conocemos el MONASTERIO DE ARDENICA, construido en el siglo XIII sobre las ruinas de un antiguo templo pagano dedicado a la diosa griega de la caza Artemisa. Llegada a Berat. Cena y alojamiento.

### 22 DE JUNIO. TIRANA-KRUJA-TIRANA

Desayuno. Visita panorámica de la capital de Albania con su plaza Scanderbeg, centro neurálgico de la ciudad donde se sitúan los mayores sitios de interés como la mezquita de Et'hemBeu, la Opera, la torre de reloj, el museo nacional de historia y los ministerios de influencia italiana. Almuerzo. Por la tarde conducimos a la población medieval de KRUJA donde conoceremos su bazar otomano y museo del héroe albanés Scanderbeg quien frenó el avance otomano en el siglo XV. Por la tarde, regreso a Tirana. Cena y Alojamiento.

### 22 DE JUNIO. TIRANA-KRUJA-TIRANA

Desayuno y tiempo libre hasta la hora del traslado al aeropuerto de Tirana para tomar el vuelo con destino a Madrid. Salida del vuelo a las 11:45 H. Llegada a las 15:10H, recogida de equipaje y traslado en Bus hasta Doneztebe.

#### EL PRECIO INCLUYE:

- Autocar privado y acondicionado para acercamiento Doneztebe - Madrid - Doneztebe.
- Autocares de apoyo para recogidas.
- Aéreo Madrid -Tirana -Madrid, en línea regular Ib. Equipaje facturado.
- Tasas incluidas.
- Autocar para el transporte durante todo el recorrido.
- Guía local acompañante durante todo el viaje de habla castellana en destino.
- Pensión completa con agua + 1 copa de vino o 1 cerveza incluidos.
- Entradas a los sitios indicados en el programa + excusión a Corfú.
- Almuerzo en restaurante en ruta día 23 Junio.
- Seguro de asistencia en viaje.

**No incluido en el precio:** Cualquier punto no especificado en el precio incluye.

#### Precio:

**Habitación doble:** 1825€ persona

**Habitación individual:** 2064€

#### Fechas de inscripción:

8 y 9 de enero llamando al 948 450 878 o 618 567 837.

#### Fecha de cobro:

**Cancelaciones:** preguntar en la oficina.

#### Obligatorio:

**DNI en vigor con fecha de caducidad más tarde de octubre de 2024**

**Tarjeta Sanitaria Europea (Albania no tiene convenio sanitario con España)**

## Aralarko Santutegia (Atautxi-amatxien eguna)

Uztailak 26

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**12:00** Meza Aralarko Santutegian

**14:00** Bazkaria Gorraizko Gazteluan

### MENUA

Itsaski krema

Baserriko arrautza-kokotea, Ultzamako onddoekin eta patata trufatuaren aparrarekin

Ajoarrieroa gure erara

Tenperatura baxuan erretako bildotsa

Torrija karamelizatua Baileys lingotearekin eta Oreo gaieta izozkiarekin

Ura, ardo beltza, gorria eta txuria

Kafea eta txupitoa

**16:00** Dantzaldia

**19:00** Autobusen irteera.

**Prezioa:** 60€

**Izena emateko egunak:** ekainaren 3, 4 eta 5ean herri bakotzeko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** uztaila.

## Aralar (Fiesta de la/os abuela/os)

26 de julio

La salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.

**12:00** Misa en el Santuario de San Miguel de Aralar.

**14:00** Comida en el Castillo de Gorraiz

### MENÚ

Crema de marisco

Cocotte de huevo de casrío a 62º con hongos de Ultzama y espuma de patata trufada

Ajoarriero a nuestro estilo

Cordero asado a baja temperatura

Torrija caramelizada con lingote de Baileys y helado de galleta Oreo

Agua, tinto crianza, rosado y blanco

Café y txupito

**16:00** Bailables

**19:00** Salida de los autobuses.

**Precio:** 60€

**Fechas de inscripción:** 3, 4 y 5 de junio con el delegado de cada pueblo.

**Fecha de cobro:** julio.



## Arantzazu

Abuztuak 31

Autobusen irteerako ordua herriko delegatuari adieraziko zaio.

**12:00** Meza Arantzazuko Santutegian

**14:00** Bazkaria Urnietako Oianume jatetxean

### MENUA

Barazki menestra

Legatza plantxan

Bildots errea

Tarta izozkiarekin

Sagardoa, ardoa eta ura

Kafea eta txupitoa

**16:00** Dantzaldia

**19:00** Autobusen irteera

**Prezioa:** 53€.

**Izena emateko egunak:** uztailaren 22, 23 eta 24an herriko delegatuarekin.

**Ordainketa data:** abuztua

## Arantzazu 31 de agosto

*La hora de salida de los autobuses se comunicará al delegado de cada pueblo.*

**12:00** Misa en el Santuario de Arantzazu

**14:00** Comida en Oinanume

### MENÚ

Menestra de verduras

Merluza a la plancha

Cordero asado

Tarta con helado

Sidra, vino agua y pan

Café y txupito

**16:00** Baile

**19:00** Salida de los autobuses

**Precio:** 53€.

**Fechas de inscripción:** 22, 23 y 24 de julio con el delegado de cada pueblo.

**Cobro:** agosto

# MASAJEAK

Astelehenero Arkupeak-eko Doneztebeko egoitzan  
Cada lunes en la sede de Arkupeak en Doneztebe



Hitzordua hartzeko  
*Para pedir cita* **649 531 070**

- Jeriatrikoa
- Erlaxantea
- Deskontrakturantea
- Aurpegi eta burukoa
- Esku eta oinetakoa
- Bentosarekin

Eskualdeko beste herri batean gutxieneko talde interesaturik balego, bertara joango nintzateke.

*Si en otra localidad hubiera un grupo mínimo interesad@, me podría trasladar al lugar.*

Jaione Irisarri naiz, kiromasajista eta apiterapeuta, masaje desberdinetan titulatua.

*Soy Jaione Irisarri, kiromasajista y apiterapeuta, titulada en distintos tipos masajes.*

# > Ikastaroak | Cursos

Ikastaroetako laguntzak zuzendaritza batzordeak ezarritako baremoaren arabera izanen dira.

*Las ayudas para los cursos se ajustaran al baremo establecido por la junta directiva.*

HERRIA PUEBLO	IKASTAROA CURSO	MONITOREA MONITOR-A	EGUNA DÍA	ORDUTEGIA HORARIO
AMAIUR	JUBIOTEKA	AMAIA IRIONDO		
ARIZKUN	JUBIOTEKA	AMAIA IRIONDO	ASTEARTEA/MARTES	16:00-19:00
ARANTZA	YOGA	MARINA PINTOS	OSTIRALA/VIERNES	17:00-19:00
BERA	FRANTZES FRANCÉS	MARIE DENISE MARCKERT	ASTEAKENA MIÉRCOLES	09:30-11:00 11:00-12:30
BERA	MUGIKORRAREN ERABILERA USO DEL MÓVIL	ZEHAZTU GABE/ SIN ESPECIFICAR		09:30-11:00 11:00-12:30
BERA	PINTURA	ITZIAR MIKELPERIZENA	OSTIRALA VIERNES	17:30-19:00 19:00-21:00
BERA	LOREZAINZA JARDINERIA	J.M.ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
BERA	BARATZA HUERTA	J.M.ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
BERA	RURALVIA	CAJA RURAL NAVARRA	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
BERA	IKUSMENA VISTA	MERTXE IBARRA	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
DONAMARIA	GIMNASIA	DANIEL FIORAMANTE	ASTELEHENETA ASTEAKENA LUNES Y MIÉRCOLES	15:00-17:00
DONEZTEBE	LUZAKETAK ESTIRAMIENTOS	DANIEL FIORAMANTE	OSTIRALA VIERNES	10:30-11:30
DONEZTEBE	LUZAKETAK ESTIRAMIENTOS	ANA TOVAR	ASTEARTEA MARTES	08:00-09:00 09:00-10:00
DONEZTEBE	DANTZA BAILE	REBECA ACADEMIA	OSTEGUNA JUEVES	10:00-11:30
DONEZTEBE	YOGA	PATXI CHOCARRO	ASTELEHENETA ASTEAKENA LUNES Y MIÉRCOLES	15:30-16:30
DONEZTEBE	EGUR ZIZELKETA TALLA	J.I.TELLETXEA M, ETXEBERRIA	ASTELEHENETA ASTEAKENA LUNES Y MIÉRCOLES	16:00-18:00
DONEZTEBE	LOREZAINZA JARDINERÍA	JUAN MARI ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
DONEZTEBE	IÑAUSKETA PODA	JUAN MARI ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
DONEZTEBE	BARATZA HUERTA	JUAN MARI ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE SIN ESPECIFICAR	
DONEZTEBE	PIROGRABATUA PIROGRABADO	J.L. OLAIZOLA	OSTEGUNA JUEVES	16:00-18:00

HERRIA PUEBLO	IKASTAROA CURSO	MONITOREA MONITOR-A	EGUNA DÍA	ORDUTEGIA HORARIO
DONEZTEBE	PILATES	ANA TOVAR	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
DONEZTEBE	PUNTO, VAINICA, GANCHILLO	LIDIA DIEZ	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
DONEZTEBE	RURALVIA	CAJA RURAL NAVARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
DONEZTEBE	IKUSMENA VISTA	MERTXE IBARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
DONEZTEBE	LO ONDO EGITEN IKASI CONTROLA EL SUEÑO	MERTXE IBARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
ELIZONDO	JIBILOTEKA	AMAIA IRIONDO	ASTEAKZENA <i>MIÉRCOLES</i>	16:00-19:00
ELIZONDO	PINTURA	ITZIAR MIKELPERIZENA	ASTELEHENEA / LUNES ASTEARTEA / MARTES	18:30-20:30 19:00-21:00
ELIZONDO	YOGA	PATXI CHOCARRO	ASTEARTEA ETA OSTEGUNA <i>MARTES Y JUEVES</i>	15:30-16:30
ELIZONDO	LOREZAINZTA JARDINERÍA	JUAN MARI ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
ELIZONDO	IÑAUSKETA PODA	JUAN MARI ARTAZCOZ	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
ELIZONDO	RURALVIA	CAJA RURAL NAVARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
ERRATZU	JIBILOTEKA	AMAIA IRIONDO	OSTEGUNA <i>JUEVES</i>	16:00-19:00
IRURITA	ANTZERKIA TEATRO	AMAIA IRIONDO	ASTEARTEA <i>MARTES</i>	
LEITZA	ZERAMIKA	MIKELA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
LEITZA	INFORMATIKA	AINARA DE MIGUEL	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
LEITZA	RURALVIA	CAJA RURAL NAVARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
LEITZA	IKUSMENA VISTA	MERTXE IBARRA	ZEHAZTU GABE <i>SIN ESPECIFICAR</i>	
ORONOZ- MUGAIRI	MEMORIA TAILERRA TALLER DE MEMORIA	RAMONI ORDOKI	OSTIRALA/VIERNES	16:00-17:30
SUNBILLA	YOGA	PATXI CHOCARRO	OSTEGUNA <i>JUEVES</i>	18:00-19:30
URDAZUBI	JIBILOTEKA	AMAIA IRIONDO	ASTELEHENEA/LUNES	16:00-19:00
ZUGARRA- MURDI	JIBILOTEKA	AMAIA IRIONDO	ASTELEHENEA/LUNES	16:00-19:00

**2024. URTEKO ORDEZKARIAK  
COMPOSICIÓN DELEGADOS 2024**

HERRIA/PUEBLO	IZENA/NOMBRE	TELEFONOA
ALMANDOZ		
AMAIUR	Mª VICTORIA JUANICOTENA IRIBARREN	948453019/649184498
ANIZ-ZIGA-BERROETA		
ARANO	Mª JESÚS ZUGARRAMURDI (laguntzailea)	948514299
ARANTZA	GABI GOIA IPARRAGUIRRE	690790403
ARIZKUN	JUAN JOSE OSCARIZ MENDIBERRI	948453048/619858594
ARRAIOZ	JOAQUINA BENGOCHEA ORQUIN	948580992
AZPILKUETA	CONSOLACION ZUBIRI IRIBARREN	948453348
BERA	PAULA ETXEVERRIA IRIGOYEN	948630441/677440277
BERA	ALFONSO AGIRRE OROZ	948630600/647917712
BERA	PILI ALBISTUR MICHELENA	620766188
DONAMARIA/GAZTELU	JUANA Mª BERTIZ IRIARTE	948450297
DONEZTEBE	Mª SOL ITURRIA RUIZ	948450116
DONEZTEBE		
ELGORRIAGA	JOSE IGNACIO TELLECHEA INDA	686153968
ELIZONDO	Mª EUGENIA AROZARENA SANZBERRO	948580245/617649272
ELIZONDO	ROSA MENDIBURU GUILLENEA	628573847
ERATSUN	CALIXTO ESTANGA GOROSTIAGA	679884379
ERRATZU	ANGEL ERREGERENA MORTAENA	618774320
ETXALAR	ARANTXA MIKELESTORENA ZUBIETA	666745485/948635117
EZKURRA	BIXENTA PERURENA SUCUNZA	948615093/626318271
GOIZUETA	ISABEL ECHEVERRIA ZUBIRI	675711652/948514017
IGANTZI	JOSE JAVIER URTXEGI HUITZI	678897944
IGANTZI	IGNACIO GOIENETXE ZUBIETA (Laguntzailea)	650413673
IRUN	PILI URROZ ARRASTIO	628866379
IRURITA	PABLO URTASUN IRIGOYEN	948580195/638848056
ITUREN	Mª CRISTINA APEZTEGUIA SALDIAS	948450473/610386723
LABAIEN	CANDIDA GOÑI ALBISTUR	948451502/616325568
LEITZA	FERMIN AZPIROZ MARTINCORENA	948510279/690159444
LEITZA	LURDES ERVITI CABALLERO	948510461/636375753
LESAKA	CANDIDO MUTUBERRIA OSCOZ	948637998/633388761
NARBARTE-LEGASA	PAQUITA MIQUELARENA SARRATEA	948450253/609400145
OIZ	PILI URROZ ARRASTIO	628866379
ORONoz-OIEREGI	ROSA Mª BERTIZ IRIARTE	948592084/675190375
SALDIAS	MARTIN URRUTIA GRAJIRENA	948386569/649180151
SUNBILLA	JUAN ANTONIO IBARRA LECUMBERRI	948450590/670900539
URDAZUBI	TERESITA VIDART SANCHOTENA	948599138/678315325
URROZ	MARCOS JUANENA IRIBARREN	948450214/638588573
ZUBIETA	ANA Mª HUALDE INDACOECHEA	669071617
ZUGARRAMURDI	GURUTZE AZKARATE IANTZI	627457421

# **ZUZENDARITZA BATZORDEA**

## **COMPOSICIÓN JUNTA DIRECTIVA**

### **PRESIDENTEA / PRESIDENTE**

INAZIO GOYENECHE ZUBIETA 650 413 673

### **PRESIDENTEORDEA / VICEPRESIDENTA**

MARITXU TELLETXEA SAGASETA 674 480 719

### **IDAZKARIA / SECRETARIO**

KONTXI AGERRE AGERREBERE 689 990 101

### **IDAZKARIORDEA / VICESECRETIARIO**

KATY LASARTE BARAIBAR 619 981 648

### **DIRUZAINA / TESORERA**

GEMA GAMIO LARRABURU 618 962 590

### **BAZKIDEAK / VOCALES**

Mº LOURDES ERVITI CABALLERO 636 375 753

Mº ROSA MENDIBURU GUILLENEA 628 573 847

PILI ALBISTUR MICHELENA 620 766 188

MARISA TELLECHEA TELLECHEA 629 007 867

### **ORDEZKO / SUPLENTE**

FERMIN AZPIROZ MARTINCORENA 690 159 444

ROSA MARIA VERTIZ IRIARTE 675 190 375

PAKITA MIKELARENA SARRATEA 609 400 145



# Kiroldegiak - Polideportivos

**-40%**

Taldeko jardueretan.  
En las actividades de grupo.

**-20%**

Kuota edo bono eta matrikuletan.  
En cuotas o bonos y matriculas.

## Bera

**Pilates**  
**Spinning**  
**Helduentzako gimnasia**  
Gimnasia para adultos  
**Gap**

**Ziklo Indoor/Ciclo Indoor**  
**Fitness**  
**Martxa nordikoa/Marcha nórdica**



## Doneztebe

**Yoga**  
**Luzaketak / Estiramientos**  
**Dantza / Baile**



## Elizondo

**Aquagym**  
**Gorputz jarrera landu / Reeducación postural**  
**Pilates**  
**Yoga**  
**Helduendako gimnasia / Gimnasia para adultos**  
**Igeriketa / Natación**



## Leitza

**Yoga**  
**Luzaketak / Estiramientos**  
**Taichi**  
**Ziklo Indoor / Ciclo Indoor**  
**Hipopresiboak / Hipopresivos**

**Zumba**  
**Gimnasia**



## Lekunberri

**Igeriketa / Natación**



## Lesaka

**Aquagym**  
**Pilates**  
**Spinning**  
**Igeriketa / Natación**

