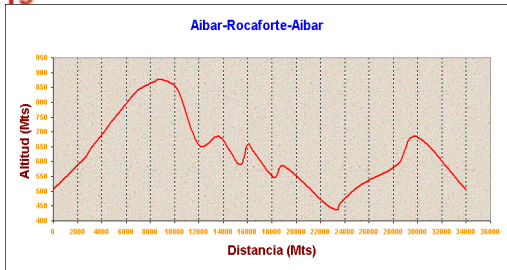




23
22
21
20
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0



Descripción Ruta: RSGÜ001 (Aibar-Rocaforte-Aibar) Sangüesa

Ruta no muy exigente con los alicientes de las vistas desde la Sierra de Izco y recorrer un tramo del Camino de Santiago. Para llegar a Aibar desde Pamplona tomamos en Noain la carretera a Jaca NA-240 y en la rotonda de desvío a Lumbier (Km 36 desde Pamplona) tomamos la NA-5340 dirección Aibar. En el pueblo según llegamos a mano derecha veremos el antiguo lavadero, este será nuestro punto de Partida.

Esta ruta une dos rutas ya documentadas y señalizadas en un proyecto del Gobierno de Navarra, por ello encontraremos postes indicadores de ruta BTT y flechas amarillas de dirección. Así mismo y en la parte que circula por el Camino de Santiago encontraremos los típicos mojones de cemento así como las flechas amarillas características del mismo.

La salida parte del antiguo lavadero del pueblo, en este punto podemos encontrar un panel con los datos de la ruta. La pista de todo uno es una ascensión hasta el parque eólico de la Sierra de Izco, comenzando con una suave pendiente que gradualmente se tornará un poco mas dura, a los siete kilómetros llegaremos al parque.

Si queréis podéis dar una vuelta por la zona de los molinos para disfrutar de las vistas y volver a retomar la ruta, existen caminos en los molinos así como un recorrido de tipo SL (Senda Local) que si lo deseáis podéis probar.

Del parque y siguiendo la ruta llegaremos al mirador de La Ereta desde el que tras disfrutar de las vista nos lanzaremos en un fuerte descenso para alcanzar la carretera de Lumbier a Aibar.

Al llegar a la carretera la remontaremos para alcanzar el punto en que esta se cruza con el Camino de Santiago, tomaremos el Camino, en su sentido contrario, para enlazar con el otro tramo de ruta. Este tramo del Camino es una pequeña senda de leve bajada en la que podemos disfrutar.

Dejamos el Camino al llegar al abrevadero, donde comenzamos la segunda ruta de BTT, ascenderemos hasta un cruce de pistas para cambiar de valle y tras cruzar una puerta de alambre y después de un fuerte descenso tomar la pista que nos conducirá directamente a Rocaforte.

A la llegada a Rocaforte debajo podremos ver Sangüesa y la moderna planta de biomasa. Ascenderemos al pueblo por la pista de cemento que nos conducirá directamente al cruce del Camino de Santiago que pasa por el pueblo.

En el pueblo tenemos fuente y con un poco de suerte desviándonos del camino a la entrada del pueblo podemos encontrar el bar abierto.

Nosotros tomaremos el Camino de Santiago en dirección a Izco, es decir volvemos. Seguiremos el camino para volver al abrevadero por el que ya habíamos pasado y por la senda que ya conocemos volveremos a la carretera para por esta directamente bajar a Aibar. Fin de ruta.

Gastronomía

Nuestra recomendacion es bajar a Sangüesa por al carretera NA-132 donde podemos encontrar varios restaurantes.

Links

http://sitna.tracasa.es/navegar	Página origen de los planos utilizados en nuestra web
http://www.unav.es/arte/cmn/sanguesa/lam1.html	Parroquia San Pedro de Aibar
http://www.ehn.es/esp/textos/noticia20010409.html	Noticia de EHN de la creación de las rutas que vamos a realizar.
http://es.wikipedia.org/wiki/Sang%C3%BCesa_(Navarra)	Sangüesa en la enciclopedia Wikipedia
http://turismo.navarra.com/media/index.html	Indice de servicios en Navarra.com
http://www.caminosantiago.org/cpperegrino/cpetapas/jacasanguesa.html	Página del camino en la etapa que recorreremos
http://www.navarra.net/pueblos/sanguesa.htm	Links de interes de la Merindad de Sangüesa

RSAL001 Uscarres-Vidangoz-Iciz-Uscarres(Resumen puntos referencia)

Km 0. Uscarres partimos del camino que encontramos junto a la fuente en el mismo pueblo (Foto 2). La salida tiene a los pocos metros dos cruces de caminos, el primero (Foto 3) lo tomamos a nuestra derecha y el segundo (Foto 4) que termina en la pista principal que tomaremos a la izquierda para comenzar una fuerte ascensión de unos tres kilómetros y una pendiente media del 14%. Tramo muy duro para el que deberemos estar preparados y dosificar mucho.

Km 3,100. Terminamos la ascensión. A nuestra derecha encontramos una desviación que nos llevaria a la borda de Contin, nosotros continuamos por la pista de la izquierda.

Km 3,650. Tras pasar a nuestra derecha la borda de Palacios, encontramos un cruce de pistas, tomaremos la pista grande a la izquierda. Comenzamos con un descenso por pista con piedras.

Km 4,985. El descenso por la pista nos conduce al cruce de pistas. Al frente la pista con puerta (posteriormente a esta foto se quito la puerta y coloco langa), a nuestra izquierda la pista-cortafuego que veniamos, a nuestra derecha un poco escondida entre los arboles la pista que tomaremos. Nos conduce a un rapido y corto descenso.

Km 5,520. El pequeño descenso nos lleva a un claro donde dejaremos el camino que va hacia la derecha y continuaremos al frente para ascender. Durante el ascenso cruzaremos en los puntos 5,700Km y 6,420 sendas puertas de alambradas. En el 7,890 (1036Mts) coronaremos para comenzar un técnico y trialero descenso hacia Vidangoz que terminará en la carretera comarcal NA-2132.

Km 9,650. Salimos a la carretera a Vidangoz tomamos a nuestra izquierda para llegar al pueblo y acercarnos al frontón para tomar agua de la fuente o entrar en el bar junto a esta.

Km 11,100. Vidangoz la fuente, el bar y el frontón, nos tomamos un respiro y reaprovisionamos líquidos. Luego volveremos por donde vinimos para tomar la carretera que dejamos antes de llegar al pueblo, donde nos indicaba Guesa NA-178. En este punto comenzamos un ascenso de dos kilómetros por la carretera hasta tomar la cañada de los Roncaleses.

Km 14,000. Tras la ascensión llegamos al cruce de la carretera con la ruta de los Roncaleses. Tomamos esta en dirección sur.

Km 14,561. Cruzamos la alambrada y la cañada se estrecha y se empina, nos bajamos de la bicicleta y estamos atentos al camino que se desvía por una pequeña senda a derechas. Los próximos 500 metros no son ciclables fuerte pendiente y piedras. Ascenderemos hasta nuestra próxima referencia el paso del monte.

Km 15,010. Llegamos al paso, cambiamos a la otra ladera. A pocos metros encontramos la borda destruida de Txapatero, continuamos al frente siguiendo el camino. Aunque muy pocas en algún árbol encontramos marcas rojas y blancas de la cañada. Seguiremos la senda sin perder altura. Esta al principio por claros y luego por bosque cerrado, nos llevará al paso que nos permitirá alcanzar la otra ladera para luego descender. Pequeños pasos no ciclables.

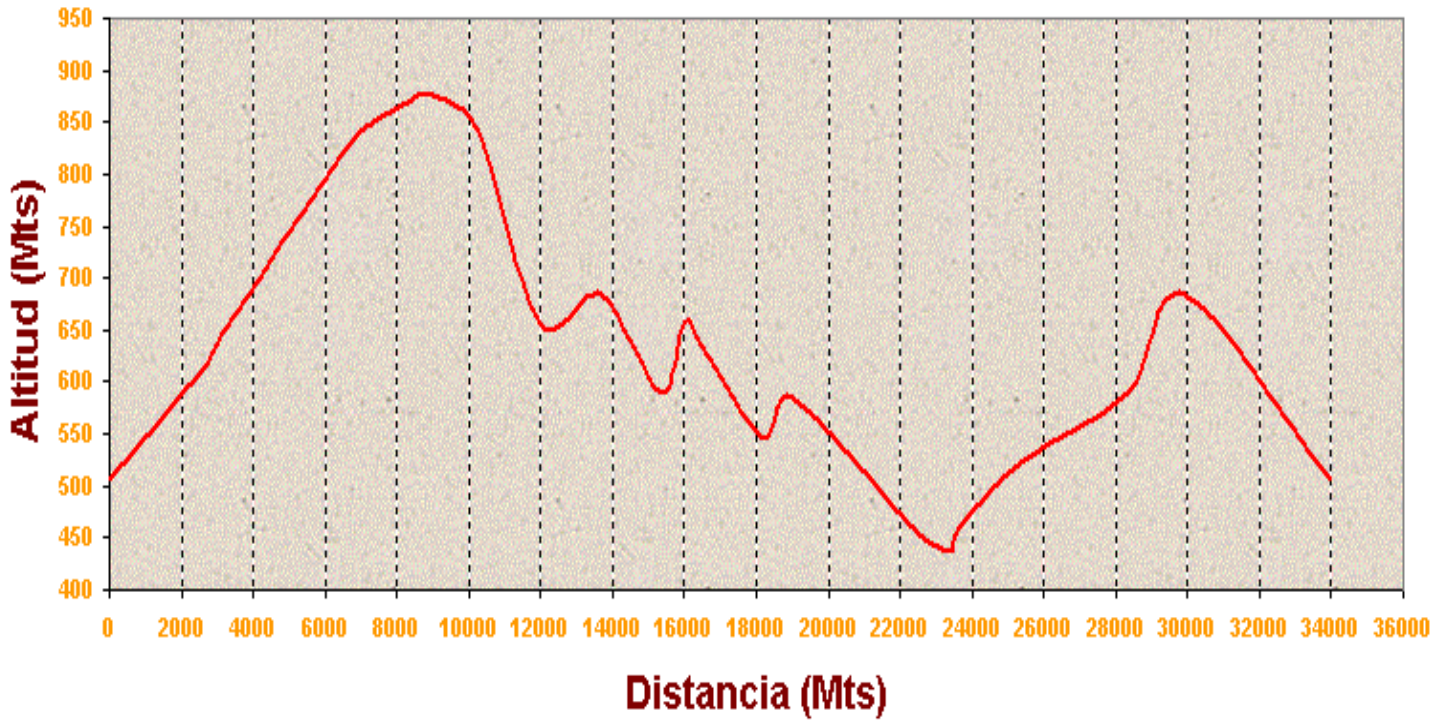
Km 16,000. Terminamos el ascenso, comenzamos un largo y divertido descenso. En el kilómetro x,xx pasaremos por una verja metálica, si no se puede abrir pasar por encima las bicicletas.

Km 18,318. El descenso nos conduce al punto donde la ruta de ida y de regreso se juntan. Ahora tomaremos la puerta de la alambrada que sale a nuestra derecha. Al fondo vemos la pista cortafuegos por donde vinimos a nuestra izquierda a la par el camino a Vidangoz. Este tramo comienza con un fuerte descenso por el pinar para convertirse en pista.

Km 23,069. El descenso se une con la nueva pista cortafuegos (Foto 1), seguimos por la pista hasta llegar a Iciz, al llegar encontramos una pista que nos conduce a la carretera NA-178 la dejamos y tomamos la pista que nos conduce al pueblo (Foto 2) Entramos en Iciz (Foto 3), en este tomaremos la NA-2121 que va de Iciz a Uscarres, esta circula paralela a la 178 .

Km 24,252. La carretera nos conduce a Uscarres punto de partida y final de la ruta, la iglesia y la fuente.

Aibar-Rocaforte-Aibar



Punto referencia 1



Km 0,000. Aibar, salimos del lavadero por la pista de cemento. El agua de la fuente no es potable. La ruta esta señalizada en todo su recorrido, seguiremos los pequeños postes de madera o las flechas amarillas. Comenzamos el ascenso a la sierra de Izco en la que se situa el parque eólico. Siete kilometros de ascensión.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 2



Km 2,605. La pista se divide seguimos por la izquierda.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 3



Km 3,136. Encontramos un desvío a la derecha, seguimos por el robledal al frente.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 4



Km 6,595. La pista sigue ascendiendo por los tramos más duros, al frente los molinos, subiremos hasta la cima.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 5



Km 7,143. Llegamos al parque de molinos, a nuestra izquierda se desvia la pista para ascender a un molino. Seguimos la frente si se quiere subir por arriba circula una pista que se puede enlazar más adelante con la ruta

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 6



Km 7,xxx. En el parque eólico, algunas fotos de molinos y de los valles cubiertos por nubes bajas.





Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 7



Km 8,732. La pista ofrece la posibilidad de desviandonos a izquierda bajar directamente a la carretera NA-5340. Nosotros seguimos al frente, hacia el mirador de la Ereta.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 8

Km 0,000. Vistas de los valles bajo las nieves Aldunate, Tabar, Lumbier.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 9



Km 10,222. Mirador de Ereta, comienza un fuerte descenso, casco y cuidado en la bajada.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 10



Km 11,991. El descenso nos conduce a la carretera de Lumbier a Aibar NA-5340. Tomamos a la izquierda dirección Lumbier. Ascenderemos un pequeño tramo de esta hasta encontrar el cruce del camino de Santiago.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 11



Km 13,684. A nuestra derecha encontramos el cruce del Camino de Santiago con la carretera, tomamos a nuestra derecha por la pista para unos metros mas abajo encontrarnos con la senda del camino que ha pasado por un pequeño tunel por debajo de la carretera. La senda del Camino resulta muy divertida por ser en leve descenso pero por un estrecho sendero. Indicamos que estamos haciendo el camino en sentido contrario.



Altitud:

Dificultad tramo: Media

Comentarios:

Punto referencia 12



Km 15,322. Llegamos al cruce donde dejamos el Camino de Santiago, tomamos a la izquierda por el camino de BTT que indica Rocaforte. Tramo de ascenso.

Altitud:

Dificultad tramo: Media

Comentarios:

Punto referencia 13



Km 16,042. El camino nos eleva a la pista todouno, a nuestra derecha gira la pista, nosotros seguimos al frente.

Altitud:

Dificultad tramo: Baja

Comentarios:

Punto referencia 14



Km 16,514. La pista se convierte en camino donde encontramos una alambrada que pasamos para comenzar un fuerte descenso. Que nos lleva de nuevo a una pista de todouno que tomamos a derecha.



Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 15



Km 18,212. La pista se bifurca tomamos a la derecha para afrontar un pequeño ascenso.

Altitud:

Dificultad tramo: Media

Comentarios:

Punto referencia 16



Km 19,036. La pista se convierte en camino de tierra, seguimos al frente..

Altitud:

Dificultad tramo: Baja

Comentarios:

Punto referencia 17



Km 22,476. Dejamos al pista y tomamos a la derecha el camino que nos sube a Rocaforte. Debajo podemos observar la planta de biomasa de Sangüesa.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 18



Km 23,432. Llegamos a Rocaforte para ascender a la parte alta del pueblo seguimos la pista de cemento.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 19



Km 23,636. La pista nos conduce al cruce con el Camino de Santiago, Tomamos a derecha para seguir el camino, esta vez en la dirección de los peregrinos. La pista nos conducirá de nuevo al cruce de la fuente del punto de la ruta numero ...

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 20



Km 0,000. Encontramos un desvio a la derecha, continuamos al frente.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 21



Km 28,309. Llegamos de nuevo a la fuente con el cruce de la marca hacia Rocaforte, seguimos por el sendero del Camina por el que habíamos venido.

Altitud:

Dificultad tramo: Alta

Comentarios:

Punto referencia 22



Km 0,000. Volvemos al cruce del Camino de Santiago con la carretera, giramos a nuestra izquierda y comenzamos el descenso por carretera hasta el mismo Aibar donde terminamos la ruta.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios:

Punto referencia 23

Km 33,980. Llegamos a Aibar fin de la ruta.

Altitud:

Dificultad tramo: Ninguna

Comentarios: