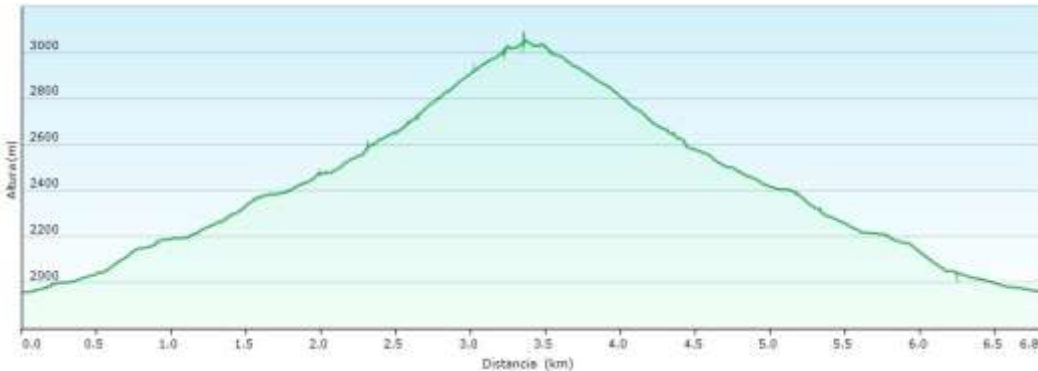


Con lo

Ekintza eguna Día de actividad	Uztailak 23 – 25 de julio
Izena emateko eguna Fecha de inscripción	Uztailak 6 y 13 de julio
Ekintzaren prezioa Precio de la actividad	FEDME eta Nagusia bazkidea 104.5€ mayor socia/o y con tarjeta FEDME FEDME barik eta Nagusia bazkidea 126€ mayor socia/o y sin tarjeta FEDME FEDME eta Nagusia ez bazkidea 116.5€ mayor no socia/o y con tarjeta FEDME FEDME barik eta Nagusia ez bazkidea 138€ mayor no socia/o y sin tarjeta FEDME
Bidaia / Viaje	Autobusez / en autobús
Irteera ordua Hora de salida	05:50 Igorren – 06:00etan Lemoan 05:50 h. en Igorre - 06:00 h. en Lemoa
Gomendioak Recomendaciones	Pirinioak aukerarekin federatuta egotea (derrigorrezkoa) / estar federada/o con opción Pirineos (obligatorio) Egoera fisiko onean egotea / estar en buena forma física Kaskoa beharrezkoa izango da / será necesario casco
COVID-19	Nahitaezkoa da COVID-19 prebenitzeko ezarritako segurtasun-neurriak eta protokoloa errespetatzea. / Es obligatorio respetar las medidas de seguridad y el protocolo establecido para prevenir el COVID-19.
Arduradunak Responsables	Joserra
Ostatua Alojamiento	Refugio de Espingo https://refugedespingo.ffcam.fr/SP_home.html
Oharrak Notas	Aterpean FEDME txartelarekin egiaztatu beharko da, NANaren ondoan / El refugio exigirá acreditarse con la tarjeta FEDME junto al DNI. Prezioan aterpeko bi eguneko pentsioa erdia sartuta dago / En el precio está incluida la media pensión de dos días en el refugio. Joaneko bidaian gosaltzera geldituko da / Durante el viaje de ida se parará a desayunar

Eguraldiaren iragarpena Predicción del tiempo	METEO MONTAGNE SUPERBAGNÈRES 1800M par Météo-France - Prévisions météo gratuites à 15 jours sur la station (meteofrance.com) Tiempo Superbagnères - meteoblue Escarra Peak Weather Forecast (2760m) (mountain-forecast.com)
Ibilbidearen datuak Datos del recorrido	Ibilaldi mota / tipo de recorrido - Zeharkaldia / Travesía Hasiera / inicio - Supergabneres, estación de esquí Amaiera / final - Espingo aterpea Tontorra / cumbre: SE CIRÊR (2403 m) Iraupena / duración - 5 ordu 40 minutu / 5 horas y 40 minutos Desnibela / desnivel - 1068 m ↑ / 911 m ↓ Distantzia / distancia - 13,8 km Zailtasuna / dificultad - Ertaina / media (bakarrik beroa orduagatik) Oharrak / notas: Hora estimada de empezar a andar 11.30. Antes de desviarse a la cima hay una fuente, aun así, será conveniente llevar abundante agua (mínimo 1.5 litros). Marcas rojas y blancas de la GR 10. Mapa - http://www.ganzabalmt.org/wp-content/uploads/2022/06/Mapa1-SeCirer-1.pdf http://www.ganzabalmt.org/wp-content/uploads/2022/06/Mapa2-SeCirer-2.pdf
Ibilbidearen ezteka Link del recorrido	https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/superbagneres-sacirer-espingo-105589752
Grafiko Gráfico	

Ibilbidearen datuak Datos del recorrido	Ibilaldi mota / tipo de recorrido – Joan-etorri / Ida y vuelta Hasiera - amaiera / inicio – final – Espingo aterpea Tontorra / cumbre: ETH QUAIRAT (3060 m) Iraupena / duración – 6 ordu 20 minutu / 6 horas y 20 minutos Desnibela / desnivel – 1100 m ↑ ↓ Distantzia / distancia – 6,8 km Zailtasuna / dificultad – Haundia / alta Oharrak / notas: Pasaremos por chimeneas y terrenos de piedra suelta con posible caída de piedras, uso obligatorio del casco Mapa – http://www.ganzabalmt.org/wp-content/uploads/2022/06/Mapa3-EthQuairat.pdf
Ibilbidearen ezteka Link del recorrido	https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/grand-quayrat-desde-espingo-105589989
Grafiko Gráfico	
Ibilbidearen datuak Datos del recorrido	Ibilaldi mota / tipo de recorrido – Zeharkaldia / Travesía Hasiera / inicio – Espingo aterpea Amaiera / final – Peyregudes, estación de esquí Tontorra / cumbre: HORGADA (2964 m) Iraupena / duración – 6 ordu 30 minutu / 6 horas y 30 minutos Desnibela / desnivel – 1165 m ↑ / 1465 m ↓ Distantzia / distancia – 13,8 km Zailtasuna / dificultad – Haundia / alta Mapa – http://www.ganzabalmt.org/wp-content/uploads/2022/06/Mapa4-Horgada-1.pdf http://www.ganzabalmt.org/wp-content/uploads/2022/06/Mapa5-Horgada-2.pdf
Ibilbidearen ezteka Link del recorrido	https://es.wikiloc.com/rutas-alpinismo/espingo-hourgade-peyragudes-105590112

Grafiko
Gráfico

