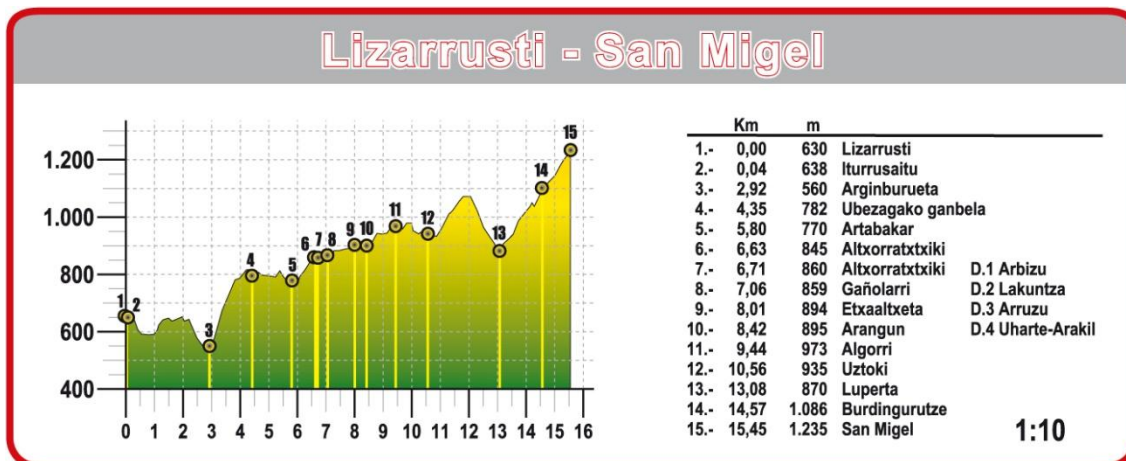


Etapa 1 Lizarrusti – San Migel



15,54 km	1.159 m	546 m	5:40	5:05	2	2	2	3


Esta etapa comparte su primer tramo hasta Arginburueta con el antiguo trazado y desde allí se adentra en la sierra de Aralar tomando altura sobre el valle del Arakil utilizando los antiguos caminos que unen las bordas de pastoreo. Además puede aprovecharse cualquiera de las derivaciones que unen esta etapa con las localidades de la Sakana: Arbizu, Lakuntza, Arruazu, Uharte Arakil...

La unión entre Lizarrusti y San Migel ofrece la posibilidad a los mendizales de caminar por lugares inéditos visitando antiguas askas que recogen el agua de las regatas para ser utilizadas por el ganado. El karst y las distintas especies que encontremos en los bosques nos acompañan en el recorrido.

1 Lizarrusti									
	△ 630 m		0 km		0 m		0:00 h		5:05 h
GR 12 GR 121 GR 35									

Lizarrusti es un punto de confluencia de todo tipo de viales. En la antigua casa de Mikeletes hoy se encuentra un albergue y un centro de interpretación del parque de Aralar.

Desde el mismo alto del puerto jalonado por varios postes indicadores y al par de los paneles del GR 20 y GR 12 ascendemos hacia el oeste hasta encontrar un paso metálico junto al caserío que vigila el paso de la carretera.




2 Iturrsaitu						
	△ 638 m	 0,04 km	↗ 9 m	↘ 0 m	🕒 0:02 h	🕒 0:00 h
	GR 12 GR 121					

Por senda que llanea y casi sin darnos cuenta llegamos al paraje de Iturrsaitu. Es aquí donde el GR 12 y GR 121 abandonan en ascenso el recorrido del GR 20 o viceversa.

La senda sigue llaneando y llevando la alambrada a la izquierda, este, la seguimos hasta que termine. Es en este punto cuando el GR 20 desciende hacia el barranco abandonando el cómodo camino. Supera el barranco y al par de una granja sigue en dirección sur sobre una campa, en ocasiones con helechos, hasta alcanzar una torreta eléctrica y girar a la izquierda, oeste, y tomar altura en un paraje de carboneras.


Tras tomar la altura seguimos por senda que ladea hasta ir perdiendo casi la traza antes de llegar a una zona despejada y realizar un giro para contactar con otra regata, Beheko Basoa.

Tras suave ascenso el camino se hace cada vez más amplio al iniciar el descenso.

3 Arginburueta						
	△ 560 m	 2,92 km	↗ 107 m	↘ 165 m	🕒 0:50 h	🕒 4:15 h
	 					


En la parte final del descenso salimos a un puente sobre Txortxorreko erreka alcanzamos la carretera NA-120 que seguimos hacia la derecha, sur. Nos encontramos ya en el tramo renovado de este GR que antiguamente proseguía por el camino anterior al puente en dirección sur.

Al par de un quitamiedos encontramos el poste balizado de Arginburueta. Abandonamos la carretera e iniciamos una fuerte ascensión por la ladera arbórea hasta llegar a Pipuletako lepoa.

4 Ubezagako ganbela						
	△ 782 m	 4,45 km	↗ 374 m	↘ 193 m	🕒 1:45 h	🕒 3:30 h


Desde el collado tomamos una senda hacia el este y perdemos suavemente altura hasta llegar al aska de Ubezako ganbela. Desde aquí el camino sigue ascendiendo suavemente y alcanzará otra pequeña regata. Entre la maleza de la izquierda encontraremos otro aska: Irasagako ganbela.

El camino se irá perfilando cada vez más y convirtiéndose en un vial herboso para iniciar un suave descenso.

⑤ Artabakar						
	△ 770 m	 5,80 km	↗ 406 m	↘ 248 m	🕒 2:10 h	🕒 3:10 h
PR-NA 135						


Al llegar a un cruce, Artabakar, contactamos con el PR-NA 135. Llega por la derecha, oeste, ascendiendo desde las campas de Sandindegi en la localidad de Arbizu.

Giramos a la izquierda, oeste, y poco después nos encontramos con la borda del mismo nombre que nos ofrece una mesa de madera para repostar fuerzas.


⑥ Altxorratxiki						
	△ 845 m	 6,63 km	↗ 492 m	↘ 248 m	🕒 2:25 h	🕒 2:57 h
PR-NA 135						

Al par de la borda se inicia una subida por suelo calizo que nos anticipa la segunda parte kárstica de este recorrido.

Juntos el PR y el GR discurren hasta llegar al paraje de Altxorratxiki. El PR sigue hacia la izquierda, norte, para continuar hasta la borda de Mezeriain y la cueva de Irutxin.


⑦ Altxorratxiki						
	△ 860 m	 6,71 km	↗ 498 m	↘ 248 m	🕒 2:27 h	🕒 2:56 h
PR-NA 135						

El GR sigue por la pista semiherbosa hasta encontrarse con otro poste indicador en el mismo término rústico. Nuevamente contacta con el PR-NA 135 que tras realizar un precioso recorrido desciende.

⑧ Gañolarri						
	△ 859 m	 7,06 km	↗ 501 m	↘ 248 m	🕒 2:30 h	🕒 2:50 h
PR-NA 135 GR 20 D.1						


Casi sin apenas distancia recorrida el PR-NA 135 nos abandona para descender hacia la borda de Sandindegi y cerrar su bucle. Comparte su trazado con el GR 20 D.1 que nos lleva hasta Arbizu.

En este cruce de Gañolarri el camino vuelve a iniciar el ascenso y la pista se va a convertir poco apoco en más herbosa.

⑨ Etxaaltxea						
	△ 894 m	 8,01 km	↗ 534 m	↘ 253 m	🕒 2:45 h	🕒 2:40 h


En el ascenso pasaremos un escorte (portillo de alambrada). Llegamos a un cruce de caminos donde vemos un aska de hormigón en mal estado. En el cruce un poste balizado nos ofrece ir al Guardetxe por pista sin balizar.

Giramos ala derecha, sur, y nos dirigimos hacia la balconada del Arakil. El camino discurre por el hayedo y se adentra en una zona kárstica.

⑩ Arangun						
	△ 895 m	 8,42 km	↗ 541 m	↘ 265 m	🕒 2:50 h	🕒 2:30 h
GR 20 D.2						

Cuando parece que se va a llegar a zona abierta el camino hace un cambio de dirección de más de 270°. Hemos llegado a Arangun lugar desde el que podemos descender hasta la localidad de Lakuntza por el GR 20 D.2


El trazado serpentea por karst y nos muestra otra versión de Aralar. Al salir de la zona boscosa y antes de coronar un pequeño collado encajonado en roca podemos salirnos del recorrido y a escasos 25 m encontrar el acceso de la cueva de Txapalardi.

① ① Algorri						
	△ 973 m	 8,42 km	↗ 618 m	↘ 265 m	🕒 3:10 h	🕒 2:15 h

Tras abandonar la balconada llegamos a un aska en el término de Algorri. Fin y principio de dos tramos muy diferentes. A Algorri llega la pista que une Etxaaltxea con este paraje alcorzando sobre Arangun.

Abandonamos la pista para adentrarnos en el tramo de hayedo y hojarasca perdiendo altura sobre la ladera y alcanzar la parte baja de la hoyo. La suave senda se dibuja entre la hojarasca y nos dirige tomando altura poco a poco sobre un amplio collado entre dos masas rocosas. El ambiente es otro y las estampas se suceden mientras volvemos a descender por una lengua mullida hasta alcanzar un paso entre el murete de piedra y seguir por fina senda sorteando un pequeño barranco.

El camino toma dirección sureste y abandona el hayedo para encontrarse con una zona de arbolado más bajo.

1 2 Uztoki						
	△ 935 m	 10,56 km	↗ 648 m	↘ 327 m	🕒 3:30 h	🕒 1:55 h
GR 20 D.3						

Entre sendas de ganado y pistas que se pueden observar al norte salimos a un raso. Son las campas de Uztoki donde se encuentran las ruinas de las bordas de Arruatzu. Al sur, derecha, dejamos la derivación GR 20 D.3 que nos llevaría a Arruatzu.

Pasamos el portillo y por pista realizamos un giro sobre el barranco. Un camino herboso lo va remontando pero no lo seguimos. Poco después nos izamos por pistas descarnadas y salimos a la derecha, sur, por una que morirá poco después. Antes de que finalice una fina senda nos conduce hasta un paso sobre la alambrada que nos deja en un nervio calizo de la sierra. Vamos ascendiendo hacia el este por el cordal y pasamos un pequeño abrigo en la roca. La alambrada a la izquierda nos ayuda a mantener un punto de referencia claro en el camino.


El camino marcado se acerca en ocasiones al balcón para mostrarnos buenas vistas con el monte Beriain enfrente.

Sin darnos cuenta alcanzamos en un raso la cima de Saldisgain cerca de un paso sobre la alambrada.

Iniciamos el descenso por zona cómoda y estamos atentos cuando la ladera sur comienza a tomar pendiente para seguir cerca de la cresta rocosa y al llegar a un roble buscar el camino que nos ayuda a descender a las bordas de Uharte.

Descendemos algo más y contactamos con el camino que se dirige a la mina junto a una pequeña balsa de agua.


Giraremos a la derecha, sur, e iniciaremos un suave descenso por este camino.

1 3 Luperta						
	△ 870 m	 8,42 km	↗ 798 m	↘ 535 m	🕒 4:30 h	🕒 0:55 h
GR 20 D.4						

El camino de la mina nos conduce hasta el término de Luperta. Encontramos un poste balizado que nos indica que podemos seguir descendiendo hasta Uharte por el GR 20 D.4, giramos a la izquierda y nos adentramos en un pequeño valle ascendente dibujado entre roca, hayedo y hojarasca. Existe una opción que es descender algo más por el camino de la mina y al encontrar un poste que nos indica el dolmen de Luperta seguir ese camino ascendente que nos lleva nuevamente hasta contactar con el GR 20 en Burdingurutze.






ARALARKO ITZULIA - VUELTA A ARALAR - TOUR D'ARALAR

El camino que asciende con rapidez por el valle boscoso encuentra una senda en la parte superior y la seguimos a la derecha, sur, hasta salir el hayedo en una zona de raso donde hacemos un giro al este, izquierda.

1 4 Burdingurutze						
	△ 1.086 m	 14,57 km	↗ 1.020 m	↘ 546 m	⌚ 5:10 h	🕒 0:20 h

Por camino amplio llegamos al cruce donde confluye la ascensión habitual de Uharte al Santuario.

Desde aquí el camino serpentea entre el raso y el hayedo para casi contactar primero con una curva de la pista hormigonada y tras salvar el talud de otra curva cruza la pista y se encarama a superar la última ladera de la ascensión.

1 5 San Migel						
	△ 1.235 m	 15,54 km	↗ 1.159 m	↘ 546 m	⌚ 5:40 h	🕒 0:00 h
   						

El último tramo se realiza por senda zigzageante que nos deja bajo la disimulada escombrera que da paso al Santuario. Este complejo perteneciente al arzobispado de Pamplona rememora las viejas leyendas de Aralar.