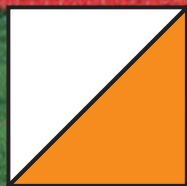


INICIACION A LA ORIENTACION



¡No te lo pierdas!



11/12

La Orientación es mucho más que practicar un deporte, es vivir una aventura en plena naturaleza poniendo a prueba, tanto tu forma física como tu capacidad de concentración y pensamiento lógico.

FUNDACIÓN FUNDAZIOA

Estadio

Caja Vital Vital Kutxa



La Fundación Estadio Fundazioa y el Club de Orientación Araba te ofrecen la oportunidad de aprender a orientarte, conociendo a fondo esta apasionante actividad.

Seminario de Orientación

El seminario de Orientación te permitirá aprender las nociones básicas sobre este deporte:

- lectura de mapas
- manejo de la brújula
- técnicas útiles de orientación

Durante el seminario nos orientaremos por los alrededores de la ciudad para, más tarde, poder adentrarnos en los bosques de Arava/Alava.

Para poner en práctica los conocimientos del curso, cada seminario incluye una salida práctica de Orientación en la mañana del domingo siguiente. Armado de mapa y brújula, acompañado por un monitor, podrás internarte en los desconocidos bosques de Álava/Araba para disfrutar de la libertad que te proporciona la Orientación.

EL CORREO



radio vitoria

PROGRAMA DE SEMINARIOS

Edad mínima: 16 años

Inscripciones: en Recepción del Estadio o, si eres abonada/o por t. 945131345 o en "Estadio online", hasta una semana antes del Seminario. Grupos: Máximo 40 personas.

Condiciones especiales para clientes de Caja Vital Kutxa: 15% de descuento para personas titulares de tarjeta TeleCaja Joven o Gente Vital que abonen su inscripción con su tarjeta.

Período Denboraldia	Programa Egitaraia	Fechas(Día) Datak (Eguna)	Horario Ordutegiak	Lugar Tokia	€ ABONADO	€ NO ABONADO
Otoño 11	CURSO (1) SALIDA	S15/Oct D16/Oct	9 - 14 h. 9 - 14 h.	Aula Estadio Aretoa Albertia - Legutio	25	30
Primavera 12	CURSO (1) SALIDA	S10/Mar D11/Mar	9 - 14 h. 9 - 14 h.	Aula Estadio Aretoa Albertia - Legutio	25	30

(1) Los cursos incluyen profesorado, mapas, dossieres de aprendizaje y salida a Albertia-Legutio (D16/Oct/11 o D11/Mar/12)
(2) Las salidas incluyen monitor-guía y transporte de ida y regreso. Las salidas son puntuales, en la puerta principal del Estadio, por Cervantes lb. 20. No se incluye la manutención.

INICIACION AL SENDERISMO

11/12

Recorrer a pie y sin prisas, disfrutando de la naturaleza, las antiguas rutas, senderos y cañadas de Araba/Álava.

Descubrir historias y parajes insospechados.

Esto es el Senderismo. Una actividad para cualquier edad y condición física en la que ahora puedes iniciarte de la mano de Fundación Estadio Fundazioa y Caja Vital Kutxa.



Si te gusta andar sin grandes "aventuras", disfrutar de la naturaleza, observar el paisaje y conocer aquello que la marcha te ofrece... te pasionará el Senderismo. Hemos escogido para tí parajes insospechados de gran belleza e interés, paseos de pequeño recorrido.

Los senderos naturales

Son una red de itinerarios peatonales, formados por la conexión de caminos, veredas, cañadas y pistas perfectamente señalizadas, que tratan de evitar el tránsito por carreteras y enlazan, a lo largo de cientos o incluso miles de kilómetros, culturas, regiones y países distantes. Son herederos de las antiguas rutas culturales y comerciales y están diseñados para proporcionar al senderista el placer de la naturaleza y el descubrimiento de la historia y las costumbres del lugar.

Salidas: 3^{er} sábado de cada mes

Te proponemos el conocimiento de algunos senderos alaveses de pequeño recorrido en excursiones mañaneras. Nos detendremos para poder apreciar monumentos, ruinas o parajes interesantes. Cada salida tendrá un carácter especial. ¡Ánimate! recuerda que el Senderismo es apropiado para cualquier edad y condición física.

PROGRAMA DE SALIDAS

Edad mínima: 12 años

Inscripciones: en Recepción del Estadio o, si eres abonada/o por t. 945131345 o en "Estadio online", hasta una semana antes de la salida.

Grupos: Máximo 40 personas por salida

Condiciones especiales para clientes de Caja Vital Kutxa: 15% de descuento para personas titulares de tarjeta Telecaja Joven o Gente Vital que abonen su inscripción con su tarjeta.

Charla presentación "Por las Rutas de Araba/Álava": el J15/Sep a las 19.30 h. en el Aula Estadio Aretoa a cargo de Alfonso Antúnez y Jaime Oz. Urbina.

Recorridos y fotos: De cada salida subimos a fundacionestadio.com la ficha del recorrido, la crónica y algunas fotos de la salida para que la puedas recordar, descargar o repetir cuando quieras.

Período Denboraldia	Fechas (Día) Datak (Eguna)	Lugar Tokia	€	
			ABONADO	NO ABONADO
Otoño 11	S17/Sep	Onraita-Sta. Elena-Onraita	8	11
	S15/Oct	Legran-Pipaon (GR1)		
	S19/Nov	Corres-Quintana (P.N. Izki)		
	S17/Dic	Hueto Arriba-Letona (GR25)		
	S14/Ene	Assa-Laguardia (GR38)		
Primavera 12	S18/Feb	Basquiñuelas-Tuesta	8	11
	S17/Mar	Unza-Puerto de Orduña		
	S21/Abr	Barrio-Quejo		
	S19/May	Okina-Andollu (GR38)		
	S16/Jun*	Legutiano-Otxandio (GR38)		

Horario: de 9 a 14 h.

(1) Las salidas incluyen monitor-guía y transporte de ida y regreso. Las salidas son puntuales, en la puerta principal del Estadio, Pº Cervantes lb. 20. No se incluye manutención.

(*) A la vuelta de la salida, para cerrar la temporada, comeremos en el Estadio.