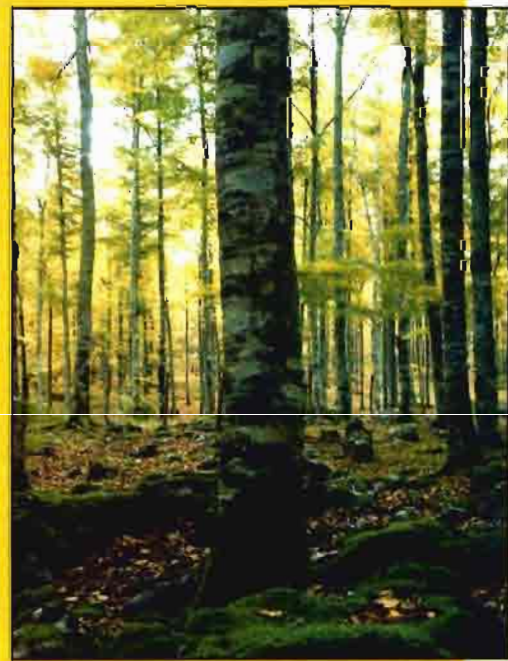


## Las Sierras de Urbasa y Aralar, el corazón de Navarra

Tranquilidad, naturaleza y tradiciones populares



Si lo que buscamos es tranquilidad, naturaleza bien conservada y contacto con la cultura tradicional, lo podemos encontrar en las Sierras de Aralar y Urbasa. Arte, historia, arquitectura popular, gastronomía y tradiciones vivas en el corazón de Navarra.

● **CARLOS GONZÁLEZ DEL PIE.** Periodista.

La Comunidad Autónoma de Navarra cuenta con siete comarcas naturales, siendo la de las Sierras de Aralar y Urbasa, situada en el centro-oeste de la provincia, una de las más llamativas y espectaculares.

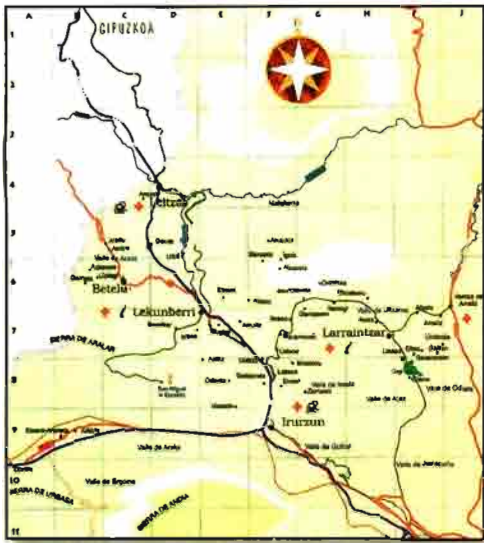
Es una comarca en la que hay muchas cosas que destacar, sobre todo los espléndidos paisajes naturales, donde las cadenas montañosas de Aralar y Urbasa alternan con extraordinarios bosques, como el robledal de Orgi, y magníficos valles. Otro aspecto llamativo es la excelente infraestructura turística de la región, funclamen-

talmente en lo que se refiere al conjunto de actividades de turismo rural.

Para disfrutar de todas sus posibilidades, conviene alternar los diversos itinerarios que existen. En primer lugar, hay que citar la Vía Verde del Plazaola, creada por el Consorcio del Plazaola, que ha impulsado la recuperación de la antigua vía férrea del mismo nombre. Se comenzó a construir en 1902 por la compañía Minero Guipuzcoana y, tras inaugurarse en 1914, duró hasta 1953, quedando desde entonces en desuso. El ayuntamiento de Lecumberri redactó en 1993 el "Proyecto de Recuperación del Antiguo Trazado del Plazaola".

En 1996 el Gobierno de Navarra inició el expediente de expropiación y en el verano del presente año se inauguró la Estación del Plazaola en Lecumberri, totalmente rehabilitada.

Esta Vía Verde del Plazaola ofrece multitud de posibilidades. Desde los paseos de cinco kilómetros donde pueden verse las típicas chabolas cupulares, denominadas "Arkuek", en la Sierra de Aralar, o bien otro de once kilómetros por los robledales del Valle de Ulzama, hasta uno de veinticuatro kilómetros entre dólmenes y santuarios. No obstante, lo más práctico es seguir las rutas ya fijadas que nos permitirán



gios de robledales de la llanura. El robledal de Orgi cuenta con ochenta hectáreas de extensión, con zonas de acogida, de paseo y de conservación. Alrededor hay una red de senderos que permiten conocer el precioso Valle de Ulzama, tanto a pie, como en bicicleta o a caballo.

Complemento indispensable del turismo y para reponer fuerzas tras tanto recorrido es el capítulo gastronómico. Y, en cosas de comer, Navarra es una tierra privilegiada, con una gran personalidad en sus platos, a pesar de ser, por su ubicación, un cruce de culturas culinarias, pues está contigua a Francia y al País Vasco y porque el Camino de Santiago atraviesa la provincia, con la influencia que supone en las costumbres.

De los muchos productos alimenticios propios de Navarra, pues tiene una enorme variedad, destacan sobremanera sus verduras. La riquísima huerta Navarra, asentada sobre el fértil suelo de la cuenca del Ebro, ofrece una gama de verduras de una calidad excelsa. Por ejemplo, el cardo de Mendavia, insuperable, o la borraja. Las alcachofas y espárragos son igualmente superiores. Y de todo el mundo son conocidos los celeberrimos pimientos del piquillo de Lodosa, hoy plato de moda en todos los restaurantes españoles.

Pero, aparte las verduras, son notables los productos de caza y pesca navarros, los quesos como los de Urbasa y el Roncal, y la riquísima y variada micología. Además, hay que destacar los patés y diversos embutidos, como la chistorra y el chorizo de Pamplona. Finalmente, son excelentes las diversas y típicas recetas a base de carne de toro.

Para acompañar este repertorio culinario, Navarra ofrece una variada muestra vinícola, si bien los vinos típicos de la región son los conocidísimos rosados y claretes, de gran calidad. ■

conocer en profundidad las distintas zonas de la región.

La primera es el Valle de Arraiz-Betelu. Saliendo de Lecumberri, termina en la localidad de Betelu y en el citado valle, poblado de diferentes villas desde donde se contemplan excelentes vistas panorámicas de las Malloas, especialmente indicadas para la observación de aves. En Arribe-Atallu se puede visitar la galería de arte Mailope, que ofrece exposiciones continuas. Cerca de Betelu hay un estupendo encinar protegido, con sendero señalizado.

La segunda ruta se denomina Irurzun-Lecumberri. Partiendo de Irurzun, centro de servicios de la comarca, se puede pasear por zonas señalizadas a Dos Hermanas y a la ermita de la Trinidad. Pero lo más interesante de esta ruta es el santuario de San Miguel de Aralar, del siglo XI, que dista diecisiete kilómetros de Lecumberri, donde se puede finalizar el recorrido visitando la mentada Estación del Plazaola.

La ruta de Leizarán-Larraun permite visitar el parque eólico de Kornieta, al que se llega por un sendero marcado. Y desde allí, a diez kilómetros, se encuentra el bosque de Leizalarrea, donde se pueden admirar espectaculares ejemplares de abetos blancos centenarios y un parque botánico con diversas especies. Conviene visitar el casco antiguo de la localidad de Leiza, especialmente el ayuntamiento y casas contiguas, así como el pueblo de Larraun, con enormes casas blasonadas. Igualmente, desde el mirador de Albiasu hay una magnífica vista de las Malloas.

Queda, finalmente, la cuarta ruta, Ulzama-Basaburúa, quizá la más favorecida desde el punto de vista ecológico, pues permite conocer uno de los últimos vesti-



Santuario de San Miguel de Aralar, iglesia románica del siglo XI.

## DÓNDE DORMIR

### Casas rurales compartidas

- Casa Uhaldeko Borda. Aldatz. Teléf.: 948 39 60 13.
- Casa Iturgaitz. Arribe. Teléf.: 948 51 30 72.
- Casa Etxeberri. Atallo. Teléf.: 948 51 31 73.
- Casa Apezteguia. Baraibar. Teléf.: 948 50 41 88.
- Casa Zubiargiñeña. Betelu. Teléf.: 948 51 32 34.
- Casa Munoa. Gorriti. Teléf.: 948 50 43 63.
- Casa Artorena. Lizaso. Teléf.: 948 30 65 30.

### Casas rurales enteras

- Casa Hualdea. Aldatz. Teléf.: 948 50 42 18.
- Casa Anatxonea. Baraibar. Teléf.: 948 39 60 13.



- Casa Benta. Eltzaburo. Teléf.: 948 30 52 07.
- Casa Ipaerrea. Gorriti. Teléf.: 948 50 40 60.
- Casa Ozparrun. Leitzu. Teléf.: 948 51 00 19.

### Campings y albergues

- Refugio de Astitz. Astitz. Teléf.: 948 50 41 85.
- Camping Etxarri. Etxarri Aranatz. Teléf.: 948 46 05 37.
- Camping Aralar. Lecumberri. Teléf.: 948 50 40 11.
- Albergue Oritxenea. Uitzu. Teléf.: 948 60 46 40.

## DIRECCIONES DE INTERÉS

- Oficina de Turismo de Pamplona. Teléf.: 948 22 07 41.
- Oficina de Turismo de Lecumberri. Teléf.: 948 60 46 80.

- Servicio de Turismo del Gobierno de Navarra. Teléf.: 948 42 77 53/52/44.
- Actividades Turísticas. Teléf.: 948 46 48 31.
- Oficina de Turismo de Pamplona. Teléf.: 948 22 07 41.
- Hípica Ultzama. Teléf.: 948 22 07 41.
- Aralar Zalditegia (Paseos y Excursiones). Teléf.: 948 50 42 14.
- Consorcio Plazaola. Teléf.: 948 50 72 05.
- Asociación de Campings de Navarra. Teléf.: 948 26 84 12.
- Hoteles Rurales de Navarra. Teléf.: 948 17 60 05.
- Federación Navarra de Casas Rurales. Teléf.: 948 59 21 77.