

*FEDERACIÓN RIOJANA  
DE MONTAÑISMO*

*CALENDARIO DE ACTIVIDADES*

*2020*

**ACTIVIDADES DOCENTES 2020**

**FORMACIÓN PERMANENTE DE DEPORTISTAS**

09 - 13 DE MARZO	Curso de Escalada sobre Estructura Artificial (E.A.E.).
14 – 26 DE ABRIL	Primeros Auxilios en Montaña.
11 -17 DE MAYO	Curso de Progresión sobre Aristas y Terrenos Escarpados.
01 – 05 DE JUNIO	Jornadas sobre Principios Básicos de la Preparación Física y la Nutrición en los Deportes de Montaña.
26 – 30 DE OCTUBRE	Curso de Escalada sobre Estructura Artificial (E.A.E.).
FECHAS A DETERMINAR (en función de la disponibilidad de las instalaciones)	Curso de Seguridad y Autorrescate en Montaña.

*Las fechas para estos cursos son orientativas y podrán ser modificadas por razones meteorológicas u organizativas.*

**OTROS CURSOS**

**METEOROLOGÍA EN MONTAÑA; ORIENTACIÓN EN MONTAÑA; OTROS CURSOS  
PREVIA SOLICITUD.**

Los interesados en cualquiera de estos cursos deberán realizar la preinscripción correspondiente en la Federación Riojana de Montañismo (Teléfono – Fax: 941.21.18.42);  
(E-mail: [info@ferimon.com](mailto:info@ferimon.com)).

Para realizar cualquiera de los cursos es necesario tener un mínimo número de cursillistas.

# ACTIVIDADES INTERSOCIALES

## CLUB DE MONTAÑA BILIBIO

### XLII TROFEO DE MONTAÑA BILIBIO

04 DE OCTUBRE

EZCARAY; LA PUERCA; BONICAPARRA;  
TURZA; EZCARAY.

### XLVIII MARCHA INTERTERRITORIAL

31 DE MAYO

MONASTERIO DE SAN MIGUEL; PEÑALRAYO;  
CRUZ DE MOTRICO; PEÑA ESCALERA; SAN  
FELICES.

Las clasificaciones en la pruebas de este XLII TROFEO DE MONTAÑA “BILIBIO” son individuales, pudiendo ir una persona en cada prueba con un equipo diferente.

Para obtener este Trofeo es necesario participar y clasificarse en las dos marchas arriba mencionadas.  
**Todos los participantes estarán en posesión de la Tarjeta Federativa FEDME 2020.**

## CLUB DE MONTAÑA CALAHORRA

12 DE ABRIL

ASCENSIÓN PICO ADI (1.458 m) CIRCULAR  
DESDE SOROGAIN.

28 DE JUNIO

ASCENSIÓN MALLO DE ACHERITO  
(2.374 m.)

18 DE OCTUBRE

RUTA CIRCULAR. LUNADA; PICO DE LA  
BRENA; ALTO DE LAS CORVAS; PICO  
DELA MIEL; CASTRO VALNERA; CUBADA  
GRANDE; EL BERNACHO.

29 DE NOVIEMBRE

ASCENSIÓN PICO SAN MILLÁN (2.132 m.)

## SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA

19 DE ENERO

EXCURSIÓN PICO URBIÓN (2.228 m.)

15-16 DE FEBRERO

ASCENSO PICO ORI (2.017 M.) -SIERRA DE  
ABODI (PIRINEO NAVARRO)

15 DE MARZO

EXCURSIÓN POR LOS MONTES DEL PAÍS  
VASCO (ruta a definir)

26 DE ABRIL

ASCENSIÓN LA MESA DE CEBOLLERA  
(2.164 m.)

17 DE MAYO

EXCURSIÓN EN EL ENTORNO DE  
RABANERA.

24 DE MAYO	ASCENSIÓN AL SAN LORENZO. III ENCUENTRO DE MONTAÑEROS
28 DE JUNIO	ASCENSIÓN PICO PALOMARES (1.443 m.) SIERRA CANTABRIA.
18 - 19 DE JULIO	ASCENSIÓN PICO LARISTE (2.168 m.) - IBON DE ACHERITO (SELVA DE OZA)
13 DE SEPTIEMBRE	ASCENSIÓN PICO GATÓN (2.037 m.)
04 DE OCTUBRE	TRAVESÍA DESDE FORMIGAL. ANAYET (2.545 m.); CANAL ROYA; CANDANCHÚ.
25 DE OCTUBRE	RUTA CIRCULAR RONCESVALLES.
13 DE DICIEMBRE	EXCURSIÓN DOLINAS DE CENZANO - SANTA MARINA.
31 DE DICIEMBRE	ASCENSIÓN AL SAN LORENZO (2.271 m.)

**Inscripciones en: [iregua.excursiones@gmail.com](mailto:iregua.excursiones@gmail.com)**

**Para asistir a las actividades de montaña de la S.M. Iregua es condición necesaria estar federado en algún club de Montaña - FEDME.**

#### **CLUB DE MONTAÑA FUENTE TEJA**

26 DE ABRIL	SENDERISMO. SIERRA ARALAR (RUTA DE LOS DOLMENES)
10 DE NOVIEMBRE	SENDERISMO. LAGUNA NEGRA - VINUESA. SISTEMA IBÉRICO

#### **CLUB DE MONTAÑA EMETEBE**

FEBRERO	TRAVESÍA PUERTO SANTA INÉS
SEPTIEMBRE	TRAVESÍA POR LA SELVA DE IRATI
OCTUBRE	SENDERISMO RONCESVALLES - ZUBIRI

#### **CLUB DE MONTAÑA K-2**

12 DE ABRIL	IX NAJERA XTREM (Puntuable para el Campeonato de España de Carreras por Montaña en Línea)
-------------	---

# ACTIVIDADES DE DIVULGACIÓN

## CLUB DE MONTAÑA CALAHORRA

23 - 29 DE NOVIEMBRE

JORNADAS DIVULGATIVAS DE MONTAÑA

## SOCIEDAD DE MONTAÑA SHERPA

02 – 08 DE NOVIEMBRE

XLII JORNADAS DE DIVULGACIÓN DE  
LOS DEPORTES DE MONTAÑA

## SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA

09 - 15 DE NOVIEMBRE

XXXIII SEMANA DE DIVULGACIÓN DE  
LOS DEPORTES DE MONTAÑA

## CLUB DE MONTAÑA EMETEBE

AGOSTO (Fecha a determinar)

JORNADA DIVULGATIVA DE MONTAÑA

## CLUB DE MONTAÑA K-2

24 DE FEBRERO – 01 DE MARZO

XXVII SEMANA CULTURAL

# OTRAS ACTIVIDADES DE LOS CLUBES

## SOCIEDAD DE MONTAÑA SHERPA

19 DE ENERO	SENDEROS POR NALDA. PICO ÁGUILA
22-23 DE FEBRERO	CAMPAMENTO DE INVIERNO. MULADARDO; OTERO
08 DE MARZO	MARCHA DIMA Y MAÑARIA. LEUNGANE
22 DE MARZO	MARCHA CAÑÓN RIO CARACENA
05 DE ABRIL	MARCHA PIPAÓN - CERVERA. SIERRA CANTABRIA
26 DE ABRIL	MARCHA BUTRONES. BUTRÓN SUPERIOR
10 DE MAYO	MARCHA CALAMANTINO. PANCRUDO
24 DE MAYO	SAN LORENZO - INTERCLUBES
29 - 30 - 31 DE MAYO	VALVANERADA POR MONTE
21 DE JUNIO	ASCENSIÓN AL SANTOSONARIO
05 DE JULIO	MARCHA DE VERANO. URDAIBAI
13 DE SEPTIEMBRE	MARCHA CERRO IBAYA
10 - 11 - 12 DE OCTUBRE	MARCHA TEIXEDAL DE CASAIO.
25 DE OCTUBRE	MARCHA PICO CUERVO.
08 DE NOVIEMBRE	MARCHA URBASA. MAIZA.
15 DE NOVIEMBRE	MARCHA VENTA EL HAMBRE-PRADILLO
28 - 29 DE NOVIEMBRE	MARCHA VALLE DE OCÓN. SIERRA HEZ.
20 DE DICIEMBRE	MARCHA DEL BELÉN.

## CLUB DE MONTAÑA K-2

12 DE ENERO	RECOGIDA DEL BELÉN
26 DE ENERO	SENDERISMO. GR 99. BAÑOS DE SOBRÓN - MIRANDA DE EBRO
23 DE FEBRERO	SENDERISMO. GR 86 - SENDERO IBÉRICO SORIANO. DURUELO DE LA SIERRA - NAVALENO / SAN LEONARDO DE YAGÜE
01 DE MARZO	MARCHA SOCIAL DEL CLUB
22 DE MARZO	ASCENSIÓN AL GORBEA (PAÍS VASCO)

10 DE MAYO	SENDERISMO. CASTRO VALNERA DESDE EL BERNACHO
16 - 17 DE MAYO	MARCHA A VALVANERA. RUTA MONASTERIOS
24 DE MAYO	III ENCUENTRO DE MONTAÑEROS - PICO SAN LORENZO
20 – 21 DE JUNIO	SALIDA (A concretar)
19 DE JULIO	JAIZKIBEL. VALLE DE LOS COLORES
06 DE SEPTIEMBRE	RUTA POR LA SIERRA CEBOLLERA
18 DE SEPTIEMBRE	MONTAÑISMO. LIII SUBIDA AL CASTILLO
04 DE OCTUBRE	RUTA POR LOS MONTES DE ARRASATE - MONDRAGÓN
08 DE NOVIEMBRE	SENDERISMO. HOCES DEL RUDRÓN. TABLADA - VALDELATEJA.
13 DE DICIEMBRE	SENDERISMO. GR 38. RUTA DEL VINO Y DEL PESCADO. ETAPA 4B/5: LEGUTIO - OTXANDIO/DURANGO
20 DE DICIEMBRE	PANCRUDOS. COLOCACIÓN DEL BELÉN

#### **CLUB DE MONTAÑA FUENTE TEJA**

19 DE ENERO	MONTAÑISMO. RAQUETA DE NIEVE EN SIERRA CEBOLLERA.
23 DE FEBRERO	MONTAÑISMO. PICO BISAUIN. PIRINEOS
15 DE MARZO	MONTAÑISMO. PANCRUDOS. CORDILLERA IBÉRICA
09 – 12 DE ABRIL	MONTAÑISMO. PEÑALARA. SISTEMA CENTRAL
06 - 09 DE JUNIO	SENDERISMO. NARANJO DE BULNES. PICOS DE EUROPA
19 DE JULIO	MONTAÑISMO. VALLE DE HECHO. PIRINEOS
1 – 31 DE AGOSTO	MONTAÑISMO. ALPES (FRANCIA)
06 - 08 DE SEPTIEMBRE	MONTAÑISMO. PICO PALAS - BAITUS. PIRINEOS
17 – 18 DE OCTUBRE	ESCALADA. CONCENTRACIÓN DE ESCALADORES.
20 DE DICIEMBRE	MONTAÑISMO. SIERRA URBIÓN
31 DE DICIEMBRE	MONTAÑISMO. ASCENSIÓN PEÑA ISASA (1.474 m.)

## **CLUB DE MONTAÑA EMETEBE**

ENERO	ASCENSIÓN M. SAN TIRSO
MARZO	ASCENSIÓN PICO AIZKORRI
ABRIL	SENDERISMO BOSQUE ENCANTADO
10 DE MAYO	XIX MARCHA VILLA DE PRADEJÓN
17 DE MAYO	XIV MARCHA CHIQUI
JUNIO	PICOS DE EUROPA
JULIO	PURUJOSA
14 DE AGOSTO	MARCHA NOCTURNA
NOVIEMBRE	SENDERISMO POR SIERA LA HEZ
DICIEMBRE	PUESTA DEL BELÉN

## **SECC. MON. A.D. TOLOÑO**

12 DE ENERO	SENDERISMO ASCENSIÓN A LA FONFRIA (1.304m.)
26 DE ENERO	MARCHA SIERRA DE LA DEMANDA
09 DE FEBRERO	SENDERISMO PICO DE LA PERDIZ (9.083m.)
23 DE FEBRERO	MARCHA SIERRA DE LA DEMANDA. EZCARAY- MARUYA-TURZA- EZCARAY
08 DE MARZO	SENDERISMO SIERRA DE LOKIZ
22 DE MARZO	SENDERISMO CASCADAS DE TOBERIA. SIERRA DE ENTZIA
05 DE ABRIL	SENDERISMO GR-93. MUNILLA-ENCISO
26 DE ABRIL	ASCENSIÓN PICO RECILLA (SIERRA DEL TOLOÑO)
10 DE MAYO	TRAVESÍA EZCARAY - VALVANERA
24 DE MAYO	III ENCUENTRO DE MONTAÑEROS
31 DE MAYO	SENDERISMO. GR 99 PUENTE ARENAS - TRESPADERNE
14 DE JUNIO	DÍA DEL CLUB. RECORRIDO POR LOS MONTES OBARENES
21 DE JUNIO	MONTAÑA MACIZO DE AMBOTO
04 -05 DE JULIO	ASCENSIÓN A TORRE BERMEJA (2.392m.)



19 DE JULIO	DOSMILES DE LA SIERRA CEBOLLERA
02 DE AGOSTO	ASCENSIÓN PICO DOS HERMANAS (1.934 m.) SIERRA DE LA DEMANDA
29-30 DE AGOSTO	ASCENSIÓN PICOS DEL INFIERNO (3.076 m.) PIRINEOS
06 DE SEPTIMBRE	SENDERISMO MONTES OBARENES. ENTORNO DE SAN FELICES
19-20 DE SEPTIMBRE	ASCENSIÓN PICO ASPE (2.640 m.) PIRINEOS
04 DE OCTUBRE	ASCENSIÓN AL CASTILLO DE VIGUERA (1.047 m.)
08 DE NOVIEMBRE	MONTAÑA BUJARILLO (1.079 m.) - RECUENCO (1.069 m.) DESDE BOZOO
22 DE NOVIEMBRE	MONTAÑISMO SIERRA DE ZARAIA.
06 DE DICIEMBRE	SENDERISMO POBLADO FANTASMA DE OCHATE
20 DE DICIEMBRE	SENDERISMO SIERRA DE TOLOÑO. ASCENSIÓN AL PICO TOLOÑO (1.277 m.)

#### **CLUB DE MONTAÑA TROTARIOJA**

12 DE ENERO	MARCHA GR-38. LAGUARDIA - ALBAINA (ETAPA 2)
16 DE FEBRERO	CASTILLO GANIQUETE
15 DE MARZO	MARCHA ALREDEDORES DE LARRÚN
19 DE ABRIL	SENDERISMO. SALTO DEL NERVIÓN: IZARRA - BERBERANA
17 DE MAYO	ASCENSIÓN PICO MENCILLA (1.932m.)
24 DE MAYO	MARCHA. SAN LORENZO
28 DE JUNIO	MARCHA CANTABRIA INFINITA POR TIERRA, MAR Y AIRE.
27 DE SEPTIEMBRE	12 + 1 CIMAS DE ARALAR
18 DE OCTUBRE	REMONTANDO EL RÍO PORTILLA
25 DE OCTUBRE	MARCHA DE SANTURDEJO
22 DE NOVIEMBRE	TROTACAPARRONADA - ANGUIANO
20 DE DICIEMBRE	MARCHA DE NAVIDAD

### **AGRUPACIÓN DE MONTAÑA AMIGOS DE LA TIERRA LA RIOJA**

18 DE ENERO	EXCURSIÓN A SAN TIRSO (1.333m.) - SIERRA DE CANTABRIA
15 DE FEBRERO	EXCURSIÓN AL YERGA (1.101 m.)
14 DE MARZO	EXCURSIÓN AL MONCAYO (2.314 m.)
18 DE ABRIL	EXCURSIÓN AL GORBEA (1.481 m.)
15 DE MAYO	EXCURSIÓN AL LEÓN DORMIDO (1.245 m.)
16 DE JUNIO	EXCURSIÓN POR EL ENTORNO DE VIGUERA
17 DE OCTUBRE	EXCURSIÓN POR LA DEHESA DE NAVARRETE
14 DE NOVIEMBRE	EXCURSIÓN POR LA DEHESA DE VALGAÑÓN
05 DE DICIEMBRE	EXCURSIÓN AL TOLOÑO (1.277 m.)

### **CLUB DE ESCALADA RAW**

23 DE FEBRERO	ESCALADA BLOQUE JAIZQUIBEL. ESCALADA DEPORTIVA PASAJE DE SAN JUAN. PUNTAS GUIPÚZCOA
26 DE ABRIL	ESCALADA DEPORTIVA CALCENA (ZARAGOZA)
28 DE JUNIO	ESCALADA DEPORTIVA LAGUNA NEGRA
15 DE NOVIEMBRE	ESCALADA DEPORTIVA EL CARRASCAL

## CLUBES QUE HAN PRESENTADO ACTIVIDADES INTERSOCIALES Y DE DIVULGACIÓN

### CLUB DE MONTAÑA BILIBIO:

c/ Portugal, 1, 2º-D  
26200 - HARO  
Tel. 941.31.25.97  
Web: [www.cmbilibio.com](http://www.cmbilibio.com)  
Email: [cmbilibio@cmbilibio.com](mailto:cmbilibio@cmbilibio.com)

### CLUB DE MONTAÑA CALAHORRA:

c/ Miguel de Cervantes, 1.  
Apdo. de Correos 59.  
26500 - CALAHORRA  
Blog: [clubdemontanacalahorra.wordpress.com](http://clubdemontanacalahorra.wordpress.com)  
Email: [clubdemontanacalahorra@gmail.com](mailto:clubdemontanacalahorra@gmail.com)

### SOCIEDAD DE MONTAÑA SHERPA:

c/ Carnicerías, 4, 1º-Izda.  
26001 - LOGROÑO.  
Horario: Lunes y Viernes de 20,30 - 21,30  
Web: [www.sherparioja.es](http://www.sherparioja.es)  
Email: [Ssdadsherpa@gmail.com](mailto:Ssdadsherpa@gmail.com)

### SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA:

c/ Doctor M. Navarro Díez s/n  
26141 - ALBERITE  
Lugar de contacto: Bar El Cid  
Web: [www.smiregua.es](http://www.smiregua.es)  
Email: [correo@smiregua.es](mailto:correo@smiregua.es)

### CLUB DE MONTAÑA K-2:

c/ Guindalera, 3. Apartado de Correos 77.  
26300 - NAJERA  
Tel.: 941.36.13.42 640.02.83.67  
Web: <https://clubdemontanak2.blogspot.com/>  
Email: [clubk2najera@hotmail.com](mailto:clubk2najera@hotmail.com)

### CLUB DE MONTAÑA FUENTE TEJA:

c/ Reyes Católicos, 12.  
Apdo. de Correos, 175.  
26580 – ARNEDO  
Contacto: Bar la Gua Gua (21:30 a 23:00)  
Tel. 699.52.65.14 (de 15,30 h. a 21,30h.)  
Email: [fuentes-teja@hotmail.com](mailto:fuentes-teja@hotmail.com)

### CLUB DE MONTAÑA EMETEBE:

c/ Alta, 10.  
26510 - PRADEJÓN.  
Blog: [emetebe.blogspot.es](http://emetebe.blogspot.es)  
Email: [emetebe.club@gmail.com](mailto:emetebe.club@gmail.com)