

*FEDERACIÓN RIOJANA  
DE MONTAÑISMO*

*CALENDARIO DE ACTIVIDADES*

*2022*



## ACTIVIDADES DOCENTES 2022

### FORMACIÓN PERMANENTE DE DEPORTISTAS

24 - 28 DE ENERO	Curso de Escalada sobre Estructura Artificial (E.A.E.).
FEBRERO (fechas a concretas en función de condiciones)	Progresión sobre terreno nevado/helado.
9 -15 DE MAYO	Curso de Progresión sobre Aristas y Terrenos Escarpados.
13 – 19 DE JUNIO	Progresión y aseguramiento en vías ferratas.
24 – 28 DE OCTUBRE	Curso de Escalada sobre Estructura Artificial (E.A.E.).
DICIEMBRE (fechas a concretar 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; PRIMEROS AUXILIOS; ORIENTACIÓN EN MONTAÑA; JORNADAS SOBRE PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA PREPARACIÓN FÍSICA Y LA NUTRICIÓN EN LOS DEPORTES DE MONTAÑA; OTROS CURSOS PREVIA SOLICITUD.

Los interesados en cualquiera de estos cursos deberán realizar la preinscripción correspondiente en la Federación Riojana de Montañismo (Teléfono: 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

03 DE ABRIL

SAN FELICES-CAMPAS DEL SORIANO-  
GOBERA-PEÑA ESCALERA-SAN FELICES

Para obtener este Trofeo es necesario participar y clasificarse en la marcha arriba mencionada y participar en la **XLVIII MARCHA INTERTERRITORIAL** cuya fecha y recorrido será el siguiente:

### XLVIII MARCHA INTERTERRITORIAL

19 DE JUNIO

ABALOS-PUERTO HERRERA-COCINAS-  
CERRALUNCHA-ABALOS

## CLUB DE MONTAÑA CALAHORRA

17 DE ABRIL

RUTA CIRCULAR ASCENDIENDO VARIAS  
CUMBRES EN LAS PROXIMIDADES DE LA  
ESTACIÓN DE ESQUÍ LUNADA (BURGOS)

26 DE JUNIO

ASCENSIÓN MALLO DE ACHERITO  
(2.374 m.)

27 DE NOVIEMBRE

ASCENSIÓN PICO SAN MILLÁN (2.132 m.)

## SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA

19 DE MARZO

RUTA POR LAS PEÑAS DE AIA/AYA (806 m)

23 DE ABRIL

RECORRIDO DEL RIO LINARES DESDE  
VALDEPERILLO HASTA SAN PEDRO  
MANRIQUE.

14 DE MAYO

ASCENSIÓN AL MONCAYO (2313 m)

25 DE JUNIO

ASCENSIÓN AL PICO DE URBIÓN (2228 m)  
DESDE LAS VINIEGRAS

9-10 DE JULIO

ASCENSIONES POR LA MONTAÑA  
PALENTINA

8 DE OCTUBRE

ASCENSIÓN AL BISAUÍN (2670 m)

20 DE NOVIEMBRE

ASCENSIÓN A VARIAS CUMBRES DE LA  
SIERRA DE TOLOÑO

31 DE DICIEMBRE

ASCENSIÓN A SAN LORENZO (2262 m)

Las actividades están organizadas por la sociedad de Montaña Iregua, abiertas a los montañeros federados asociados a otros clubes de montaña adscritos a la FEDME.

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

#### **CLUB DE MONTAÑA FUENTE TEJA**

24 DE ABRIL	SENDERISMO SIERRA ARALAR (RUTA DE LOS DOLMENES)
1-31 DE AGOSTO	SALIDA AL MACIZO DE LOS ALPES
13 DE NOVIEMBRE	SENDERISMO. SISTEMA IBÉRICO. COVALEDA-VINUESA.

#### **CLUB DE MONTAÑA EMETEBE**

ENERO	TRAVESÍA PUERTO SANTA INÉS
MARZO	SENDERISMO RONCESVALLES - ZUBIRI
OCTUBRE	ASCENSIÓN AL MONCAYO

#### **CLUB DE MONTAÑA K-2**

30 DE ENERO	PEÑA SAIDA DESDE NALDA
20 DE FEBRERO	RUTA POR EL VALLE DEL JUBERA
27 DE MARZO	SUBIDA AL GORBEA
24 DE ABRIL	RUTA POR LA SIERRA DE LA DEMANDA
21 Y 22 DE MAYO	MARCHA A VALVANERA
19 DE JUNIO	HOCES DEL RUDRÓN
17 DE JULIO	VALLE DE LOS COLORES
4 DE SEPTIEMBRE	RUTA POR LA SIERRA CEBOLLERA
9 DE OCTUBRE	RUTA POR LOS MONTES DE ARRASATE
6 DE NOVIEMBRE	RUTA POR EL VALLE DEL LEZA
4 DE DICIEMBRE	RUTA POR LOS MONTES DE OCA

# ACTIVIDADES DE DIVULGACIÓN

## CLUB DE MONTAÑA CALAHORRA

21 - 27 DE NOVIEMBRE

JORNADAS DIVULGATIVAS DE MONTAÑA

## SOCIEDAD DE MONTAÑA SHERPA

07-11 DE NOVIEMBRE

XLII JORNADAS DE DIVULGACIÓN DE  
LOS DEPORTES DE MONTAÑA

## SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA

14 - 20 DE NOVIEMBRE

XXXIV SEMANA DE DIVULGACIÓN DE  
LOS DEPORTES DE MONTAÑA

## CLUB DE MONTAÑA EMETEBE

AGOSTO (Fecha a determinar)

JORNADA DIVULGATIVA DE MONTAÑA

## CLUB CALCETENSE DE MONTAÑA SAMPOL

24-26 DE NOVIEMBRE

JORNADAS DE MONTAÑA

# OTRAS ACTIVIDADES DE LOS CLUBES

## SOCIEDAD DE MONTAÑA SHERPA

23 DE ENERO	RAQUETAS SANTA INÉS
20 DE MARZO	SAN PEDRO DE ENRIQUE AL VILLAR DE ENCISO
03 DE ABRIL	CERVERA MARCHA
24 DE ABRIL	MARCHA POR ASARTA- NAZAR- YOAR- AZUELO
8 DE MAYO	MARCHA ALDEA SANTA INÉS- URBIÓN- VINIEGRA DE ABAJO
27 - 28 - 29 DE MAYO	VALVANERADA POR MONTE
5-11 DE JUNIO	TEIXEDAL DE CASAIO
26 DE JUNIO	MARCHA POR CALAMANTIO
11 DE SEPTIEMBRE	ASCENSIÓN CABEZO DE PIQUERAS
18-25 DE SEPTIEMBRE	CIRCULAR POR ANDORRA
15 - 16 DE OCTUBRE	MARCHA MACIZOS GUARDIANES DE LOS PIRINEOS
23 DE OCTUBRE	MARCHA PICO CUERVO.
13 DE NOVIEMBRE	MARCHA OPAKUA.
27 DE NOVIEMBRE	MARCHA POR SIERRA DE LA HEZ
18 DE DICIEMBRE	MARCHA DEL BELÉN.

## CLUB DE MONTAÑA K-2

20 DE MARZO	DÍA FORESTAL. REOCRRIDO MONTES DE NÁJERA
08 DE MAYO	NÁJERA XTREM
11 DE SEPTIEMBRE	LVI SUBIDA AL CASTILLO
17 DE DICIEMBRE	COLOCACIÓN BELÉN FAMILIAR
18 DE DICIEMBRE	MONTES PANCRUDOS. PUESTA DEL BELÉN
	“LA RIOJA MOUNTAIN RACES” Presencia Club de Montaña K2
20 DE FEBRERO	OGRO, AUTOL
13 DE MARZO	TRAIL PEÑA ISASA, ARNEDO

3 DE ABRIL	FONCEA TRAIL
24 DE ABRIL	SAMPOL EXPERIENCE, SANTO DOMINGO DE LA CALZADA
8 DE MAYO	XTREM, NÁJERA
21 DE MAYO	MATUTRAIL, MATUTE
29 DE MAYO	ZEGAMA- AIZKORRI, PAIS VASCO
2 Ó 3 DE JULIO	TRAIL NUTRIUM, SAN ROMÁN DE CAMEROS
18 DE SEPTIEMBRE	ULTRATRAIL PICOS DE LA DEMANDA, EZCARAY

### **CLUB DE MONTAÑA FUENTE TEJA**

16 DE ENERO	MONTAÑISMO. PICO BISAURIN- LIZARA. PIRINEOS
20 DE FEBRERO	MONTAÑISMO. PICO PETRECHEMA-LINZA. PIRINEOS
27 DE MARZO	MONTAÑISMO. PEÑA FORCA-SELVA DE OZA
15 DE MAYO	MONTAÑISMO. SALINAS DE AÑANA
12 DE JUNIO	MONTAÑISMO. CASTILLO DE ACHER-SELVA DE OZA. HUESCA
17 DE JULIO	MONTAÑISMO. GRAN FACHA- REFUGIO DE RESPUMOSO. HUESCA
09 Y 10 DE SEPTIEMBRE	MONTAÑISMO. PICOS DEL INFIERNO. PANTICOSA
15 Y 16 DE OTUBRE	CONCENTRACIÓN DE ESCALADORES
18 DE DICIEMBRE	MONTAÑISMO. PICO URBIÓN
31 DE DICIEMBRE	MONTAÑISMO. ASCENSIÓN PEÑA ISASA (1.474 m.)

### **CLUB DE MONTAÑA EMETEBE**

FEBRERO	SENDERISMO ZARZOSA
ABRIL	SENDERISMO BOSQUE ENCANTADO, SIERRA DE URBASA
15 DE MAYO	XIX MARCHA VILLA DE PRADEJÓN
22 DE MAYO	XIV MARCHA CHIQUI
JUNIO	MONTAÑISMO. PICOS DE EUROPA
JULIO	SENDERISMO. CAÑÓN RIO LEZA

AGOSTO	MARCHA NOCTURNA
SEPTIEMBRE	SENDERISMO SIERRA DE TOLOÑO
NOVIEMBRE	SENDERISMO SIERRA DE LA HEZ
18 DE DICIEMBRE	PUESTA DEL BELÉN

**SECC. MON. A.D. TOLOÑO**

16 DE ENERO	MONTAÑA CAMERO VIEJO
30 DE ENERO	MONTAÑA SIERRA DEL GORBEIA (ÁLAVA)
13 DE FEBRERO	SENDERISMO SALIDA INVERNAL SIERRA DE LA DEMANDA I
20 DE FEBRERO	SENDERISMO SALIDA INVERNAL SIERRA DE LA DEMANDA II
06 DE MARZO	SENDERISMO MACIZO DE HERNIO
20 DE MARZO	MONTAÑA CASCADAS DE TOBERIA, SIERRA DE ENTZIA
03 DE ABRIL	MONTAÑA SIERRA DE LA DEMANDA
24 DE ABRIL	SENDERISMO GR93 MUNILLA-ENCISO
8 DE MAYO	TRAVESÍA EZCARAY - VALVANERA
22 DE MAYO	DOSMILES DE LA CEBOLLERA
5 DE JUNIO	MONTAÑA MACIZO DE AMBOTO
19 DE JUNIO	SENDERISMO RECORRIDO POR LOS MONTES OBARENES
09 Y 10 DE JULIO	PICOS DE EUROPA
24 DE JULIO	LAGUNAS DE NEILA
27 Y 28 DE AGOSTO	MONTAÑA ASCENSIÓN PICOS DEL INFIERNO (3.076 m.) PIRINEOS
17 Y 18 DE SEPTIEMBRE	ASCENSIÓN PICO ASPE (2.640 m.) PIRINEOS
25 DE SEPTIEMBRE	RECORRIDO POR LA SIERRA DE TOLOÑO
09 DE OCTUBRE	MONTAÑA SIERRA DE URBASA
13 DE NOVIEMBRE	MONTAÑISMO SIERRA DE ZARAIA.
27 DE NOVIEMBRE	SIERRA DE ARBALAN
04 DE DICIEMBRE	SIERRA DE TUYO



18 DE DICIEMBRE

SENDERISMO SIERRA DE TOLOÑO.  
ASCENSIÓN AL PICO TOLOÑO (1.277 m.)

**CLUB DE MONTAÑA TROTARIOJA**

30 DE ENERO

MARCHA GR-38. ALBAINA - ESTIBALIZ

6 DE FEBRERO

SALTO DEL NERVIÓN

27 DE FEBRERO

MARCHA LARRUN

27 DE MARZO

MARCHA PINEDA - PICO MENCILLA

24 DE ABRIL

LAS CUATRO CIMAS DEL BAZTÁN

15 DE MAYO

RUTA DE LOS DESPOBLADOS DE LINARES

19 DE JUNIO

LAS 13 CIMAS DE ARALAR

3 DE JULIO

FARO DE AJO

18-25 DE SEPTIEMBRE

CIRCULAR POR ANDORRA

09 DE OCTUBRE

AMAIUR PIRINEO NAVARRO

27 DE NOVIEMBRE

VENTA DE GOYO- VALVANERA

18 DE DICIEMBRE

MARCHA DE NAVIDAD

Para poder acudir a las marchas es **OBLIGATORIO** estar  
en posesión de la Licencia Federativa FEDME 2022

**CLUB CALCETENSE DE MONTAÑA SAMPOL**

23 DE ENERO

RUTA CON RAQUETAS SIERRA DE LA  
DEMANDA

5 Y 6 DE FEBRERO

CURSO DE ESQUI Y RAQUETAS DE  
MONTAÑA BELAGUA-LARRA

6 DE MARZO

ACTIVIDAD MONTES OBARENES

27 DE MARZO

ASCENSIÓN A LOS PANCRUDOS

3 DE ABRIL

RUTA POR LA COSTA VIZCAINA

24 DE ABRIL

MARCHA Y CARRERA SAMPOL  
EXPERIENCE VII

8 DE MAYO

ASCENSIÓN A LOS TRIGAZAS

22 DE MAYO

VALLE DEL JUBERA

09-12 DE JUNIO

ASCENSIÓN AL TEIDE

25 DE JUNIO

SIERRA DE LA DEMANDA

24 DE JULIO

TRAVESÍA VALLE DEL OJA

3-4 DE SEPTIEMBRE	ASCENSIÓN AL ANETO
25 DE SEPTIEMBRE	LAGA-OGOÑO-AKORDA-SAN PEDRO DE ATXARRE-LAIDA-LAGA
08-09 DE OCTUBRE	PARQUE NATURAL DE REDES
29-1 DE OCTUBRE/NOVIEMBRE	CAMINO DE SANTIAGO DEL NORTE
11 DE DICIEMBRE	SUBIDA AL SAN LORENZO
<u>COLABORAN EN:</u>	
23 DE FEBRERO	3º CURSO DE PROGRESIÓN INVERNAL

### **SOCIEDAD DE MONTAÑA IREGUA**

23 DE ENERO	MONTES OBARENES
27 DE FEBRERO	VALLES DE OCÓN
6 DE MARZO	RUTA FAMILIAR Y APTA PARA NIÑOS POR EL LEÓN DORMIDO
3 DE ABRIL	ASCENSIÓN A PEÑALMONTE
1 DE MAYO	RUTA POR LAS CASCADAS DE ALTUZARRA, RUTA FAMILIAR
5 DE JUNIO	ASCENSIÓN AL PICO CEBOLLERA
4 DE SEPTIEMBRE	ASCENSIÓN PICO VERDE
30 DE OCTUBRE	ASCENSIÓN AL PICO ADI DESDE ZILBETI
4 DE DICIEMBRE	PEÑAS DEL TOBIA, RUTA FAMILIAR
18 DE DICIEMBRE	ACEBAL DE VALGAÑÓN Y PICO DE LAS PALOMERAS

### **AGRUPACIÓN DEPORTIVA TURZA**

15 Y 16 DE ENERO	ASCENSIÓN A LAS CASCADAS DEL CANAL ROYA (HUESCA)
4-6 DE FEBRERO	CURSO DE INICIACIÓN AL ALPINISMO EN BENASQUE
12 O 19 DE FEBRERO	EXCURSIÓN A PEÑA ISASA
26 DE MARZO	ASCENSIÓN AL PICO SAN LORENZO
9 Y 10 DE ABRIL	PARQUE NATURAL AIZKORRI-ARATZ
1 DE MAYO	RUTA CIRCULAR POR LOS PICOS DE SIERRA CEBOLLERA

21 DE MAYO	EXCURSIÓN A LA MINA DEL RÍO CAMBRONES
11 DE JUNIO	INICIACIÓN A LA ESCALADA EN ANGUIANO
6 DE AGOSTO	EXCURSIÓN A LOS PANCRUDOS-CABEZA PARDA- SAN LORENZO- VALDEZCARAY
14 DE AGOSTO	ASCENSIÓN AL PICO ALCASTE
9-11 DE SEPTIEMBRE	EXCURSIÓN AL PARQUE NACIONAL DE ORDESA Y MONTE PERDIDO (HUESCA)
12 DE OCTUBRE	ASCENSIÓN AL PICO SAN MILLÁN POR SANTA CRUZ
17 DE DICIEMBRE	ASCENSIÓN AL PICO URBIÓN PARA COLOCAR EL BELÉN DE NAVIDAD

## 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)

### ASOCIACIÓN DEPORTIVA TOLOÑO:

Instalación Deportiva El Mazo, planta baja.  
Apdo. de Correos, 52.  
26200 – HARO  
Tel. 670.54.71.31

Web: [www.tolono.es](http://www.tolono.es)  
Email: [asociaciondeportivatolono@gmail.com](mailto:asociaciondeportivatolono@gmail.com)

CLUB CALCEATENSE DE MONTAÑA SAMPOL:

c/ San Francisco, nº122, 1ºizq  
26250 - SANTO DOMINGO DE LA CALZADA.  
Blog: <http://clubcalceatensesampol.blogspot.com/>  
Email: [clubcalceatensesampol@gmail.com](mailto:clubcalceatensesampol@gmail.com)

AGRUPACIÓN DEPORTIVA TROTA RIOJA:

c/ Alemania, 9, 1ºB  
26007 – LOGROÑO  
Tel. 680.78.73.61  
Email: [trotarioja@yahoo.es](mailto:trotarioja@yahoo.es)

AGRUPACIÓN DEPORTIVA TURZA:

Plaza Elías Romero s/n  
26329 - VINIEGRA DE ABAJO  
Email: [cmvalleurbion@gmail.com](mailto:cmvalleurbion@gmail.com)