

**TODO UN RETO
¿TE ATREVES?**

5 Kms

0,6km Pista

Forestal.

4,4km Pista de

Cemento.

Avituallamiento

en Meta.

Dificultad Media-Alta.

Desnivel acumulado,

650m.

24/09/2011

ARRIBIDE PIQUA

CRONOESCALADA en BTT y A PIE

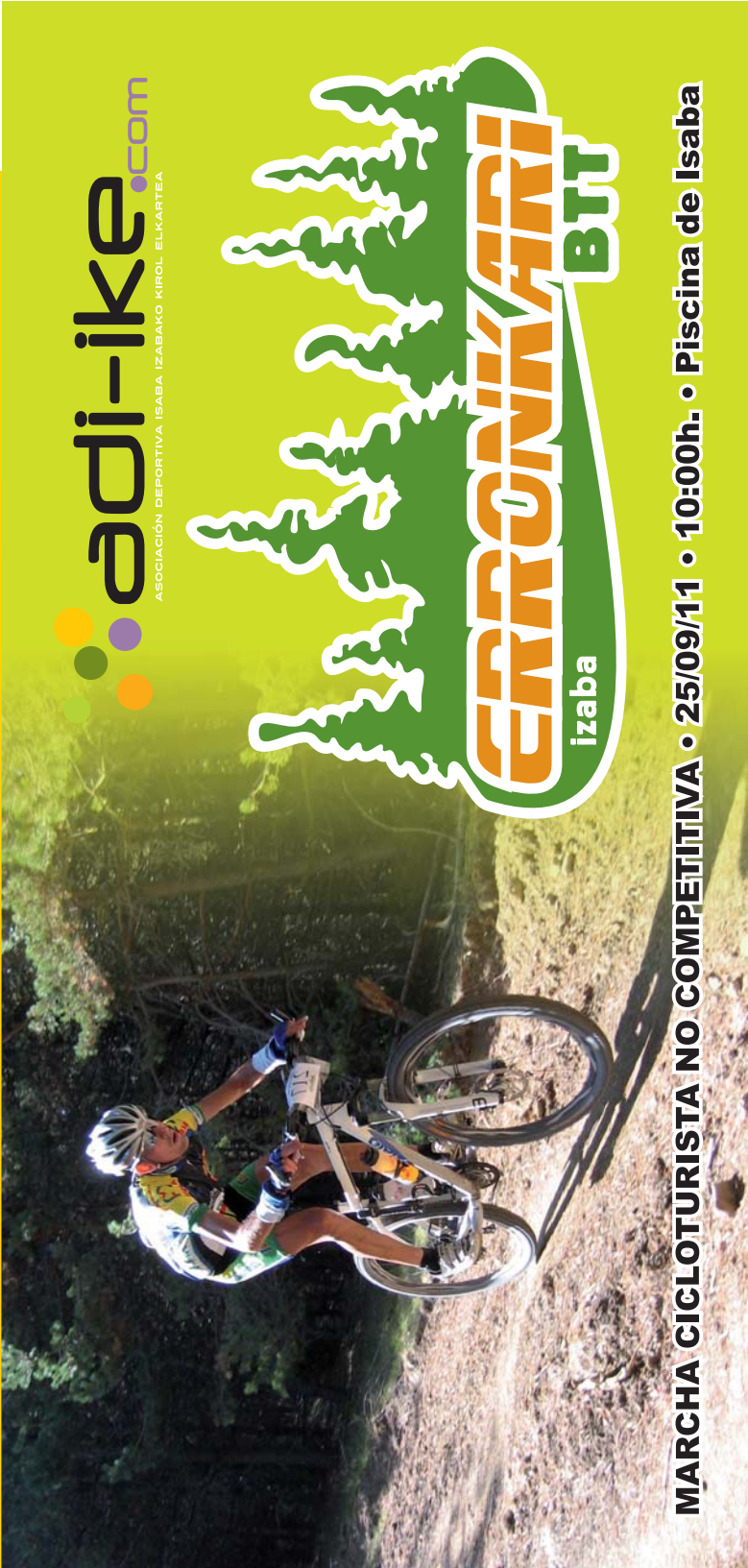
ISABA-IZABA

Parque de Bomberos

16.00h.



adi-ike
ASOCIACIÓN DEPORTIVA ISABA IZABAKO KIROL ELKARTEA
adi-ike.com



adi-ike
ASOCIACIÓN DEPORTIVA ISABA IZABAKO KIROL ELKARTEA
adi-ike.com



MARCHA CICLOTURISTA NO COMPETITIVA • 25/09/11 • 10:00h. • Piscina de Isaba



A: Isaba, Uztarroze, Burgiarte, Alto de Laza, Bidankoze, Krutxetxuria, Erronkari, Garde, La Corona, Punta Barrena, Urzainki, Izaba.

B: Isaba, Uztarroze, Burgiarte, Alto de Laza, Bidankoze, Krutxetxuria, Roncal, Urzainki, Izaba.

Avituallamientos: Alto de Laza (líquido), Bidankoze (sólido/líquido), Erronkari (líquido), Garde (sólido/líquido), Urzainki (líquido).

Recorrido, que en su mayor parte transcurre por pistas forestales del Valle del Roncal. Comienza con un tramo de 7 kms. de carretera, para afrontar la primera pista: Burgiarte, que nos llevará, por la punta El Castillo hasta el Alto de Laza en un constante sube y baja.

Desde allí, por una pista forestal, pasando por el Portillo de Hilarión, llegaremos hasta Bidankoze, en agradable bajada. Se vuelve a empinar el camino, para afrontar la subida a Krutxetxuria, para bajar hasta Roncal. Los que hayan optado por el recorrido corto, tomarán la carretera hasta Izaba, pasando por Urzainki.

A los que se quedan ganas de mas cañía, les proponemos recorrido largo: de Erronkari a Garde por carretera, y desde allí la subida a Punta Barrena, por La Corona, para alcanzar la cota máxima (1.483 m). Después una vertiginosa bajada hasta Urzainki, y de allí a la meta en Izaba por carretera.



CIRCUITO A: 77 km
Desnivel: 1.860m.
Altitud máx: 1.485m.
(Punta Barrena)

CIRCUITO B: 55 km
Desnivel: 1.100 m.
Altitud máx: 1.300m.

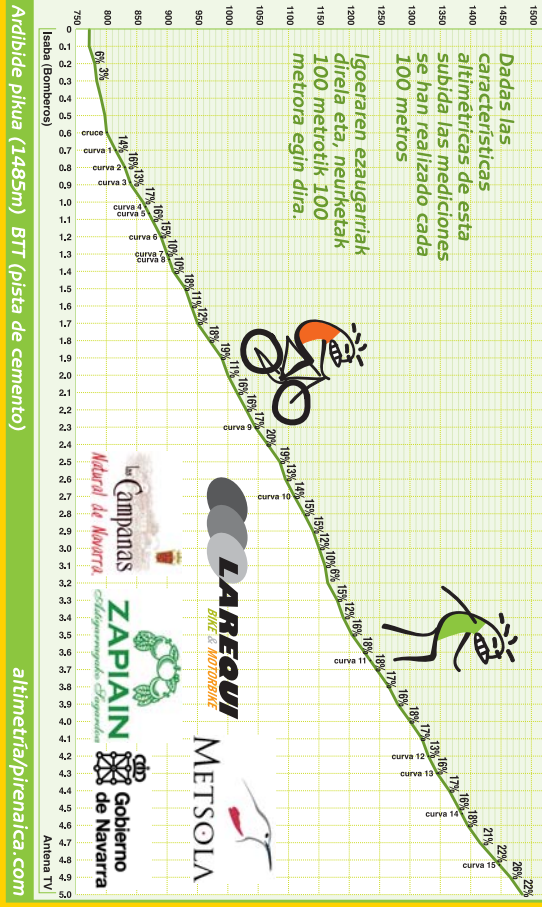


hotel
apartamentos
isaba
www.isabaha.com



PREMIOS
1er. Clasificado: material deportivo y queso
2º Clasificado: material y queso
3er. Clasificado: material y queso
1er. Clasificado del Valle de Roncal: material deportivo.

En la entrega de premios se hará un sorteo entre los participantes con jugosos premios.



A PIE

¿Lo quieres probar?

Pocas veces una persona a pie es más rápida que en bici. En Ardidbeipikua las fuerzas se igualan y pedalear cuesta tanto como correr. Animate y sube los 650 metros de desnivel corriendo. Un reto vertical en el que podrás superar porcentajes que lleguen al 26%. Son 5 kilómetros de subida hasta las antenas de la televisión. Un desafío con el que tus piernas pueden ir más rápidas corriendo que en bici.

www.ardidbeipikua.com



BTT

¿Te atreves?

La pista de cemento que sube desde Isaba hasta el repetidor de TV en Ardidbeipikua reúne unas características únicas en Navarra. Un reto en forma de Cronosescalada con BTT, por pista de cemento: 5 Km. al 17% de media, con un final de infarto al 26%! Es, por porcentaje la subida más dura de Navarra y una de las más duras del Pirineo. A Ardidbeipikua le corresponde un coeficiente de dureza de 428 puntos (Larraun 380 puntos y Tourmalet 309).