

Ermuko Udalak ibilbide hau diseinatu du herritarrek ohiturak osasuntsuagoak izan daitezen eta modu honetan kirola egitera animatu. Ibilbidea Okin Zuriko parkean hasiko dugu ibaia eta errepede ondoan dagoen bidetik doa, zati hau antzinako Errege Bidea da. Anbre Baserrira heltzen garenean errepedea zeharkatuko dugu eta Beranonagusirantz igoko gara. **PR-BI 70.1 (2,4 Km.)** bariantearekin topo egin ahala aukera bi ditugu; bariantetik jarraituz Mikel Deunaren bazeliza bisita daiteke edo Antonio Deunaren bazeliza eta Urizar baserria ikus daitezke **PR-BI 70** ibilbidea jarraituz. Biak luzeera berdina dute eta Arteagan berriro elkartzen dira (3,5 Km.). **Laster Beranotxikira helduko gara, auzo honetan San Jurki bazeliza bisita daiteke (4,5 Km.). Ibilbidea jarraitzeko egurrezko zubia kurutzatuko dugu eta erreka ondoko bidetik jarraituko dugu Errekaldeko atsedenekura iritsi arte. Drogeten iturria pasatu eta gure pausoak Okin Zurira eramango ditugu ibilbidea osatzeko.**

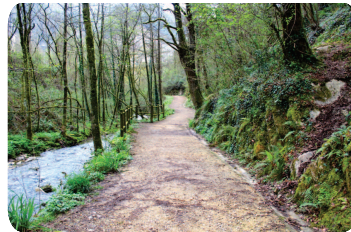


El Ayuntamiento de Ermua ha diseñado esta ruta para fomentar hábitos saludables entre la ciudadanía y animarla a practicar deporte. Iniciaremos el recorrido en el parque del barrio de Okin Zuri, por el camino que discurre junto a la carretera y el río que forma parte del antiguo Camino Real. Llegamos al caserío Anbre. Cruzaremos la carretera e iniciaremos la subida hacia Beranonagusi. Nos encontraremos con la variante PR-BI 70.1 (2,4 Km.). Deberemos elegir entre visitar la ermita de San Miguel Egia por la variante o la ermita de San Antonio y el caserío Urizar continuando por el PR-BI 70, ambas opciones tienen la misma longitud y se vuelven a encontrar en Arteaga (3,5 Km.). Enseguida llegaremos al barrio de Beranotxiki donde podremos visitar la ermita de San Jurki (4,5 Km.). Seguiremos el sendero cruzando un puente de madera y por un camino junto al río hasta llegar al área de descanso de Errekalde y la fuente Drogeten. Pasada la fuente nuestros pasos nos llevarán a Okin Zuri para completar el recorrido.



San Jurki bazeliza
Baseliza zoragarri hori inguru baketsu batean kokaturik dago, Beranotxiki auzoan. Aterpe xume du hatseden hartzeko.

Ermita de San Jurki
Esta encantadora ermita está situada en un tranquilo paraje, en el barrio de Beranotxiki. Posee un sencillo pórtico o aterpe donde podremos descansar.



Ibai erriberaren ibilbide paraleloak, bide hori Ermutik Markinarako irteera naturala izan zen mendetan zehar. XVIII. mendetik aurrera "Errege Bide" bilakatu zen, gurdi eta karrozen igarotzea ahalbidetuz.

El recorrido paralelo a la ribera del río, fue durante siglos la salida natural desde Ermua hacia Markina. A partir del siglo XVIII se convirtió en Camino Real, permitiendo el tránsito de carros y carrozas.



AYUNTAMIENTO DE LA VILLA DE ERMUA
ERMUA HIRIKO UDALA



Urizar baserria
XVIII. mendeko barroko motako eraikuntza soil bat da. Sarrerako arkuaren goialdean, Urizar jatorriko armak zoragarri bat aurki dezakegu.

El caserío Urizar
Es un sobrio edificio de estilo barroco del siglo XVIII. Sobre el arco de entrada, su fachada luce un bello escudo de armas del linaje de los Urizar.



Errekaldeko eremua ibilbidearen azken partean dago, Ego ibaiaren ibaiadarra den Okineko ubidearen alboan. Ibilbidea burutu ondoren freskatzeko aukera eskaintzen du.

El área de Errekalde está situada prácticamente al final del recorrido, junto a la regata de Okin, afluente del río Ego. Es una atractiva opción para refrescarse tras el recorrido.

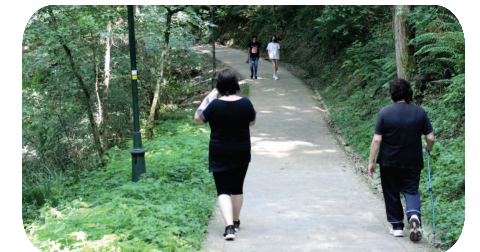


6 Km baino gehiagorekin, Ermuko ibilbidea gure inguruak ezagutzeko aukerak eskaintzen dizkigu. Ibilbidean zehar auzoak, baselizak eta monumentuak ikusiko ditugu. Dударik gabe, hainbat altxor aurkitu dezakegu.

Con más de 6 Km, el sendero de Ermua nos invita a conocer lugares de gran interés, tanto paisajístico, ecológico como cultural. Barrios, ermitas y monumentos son algunos de los atractivos que podremos descubrir caminando por este sendero señalado.



IBILI - Camina



● **Ibiltzeak tentsio arteriala hobetzen du, muskulatura indartzen du eta gehiegizko pisua kontrolatzen laguntzen digu.**

Andar mejora la tensión arterial, fortalece la musculatura y nos ayuda a controlar el sobrepeso.

● **Arnasketaren erritmoa areagotzeko bezain indartsua izan behar da, baina hitz egiten uzten duena.**

Debe ser lo suficientemente vigoroso como para que aumente el ritmo de la respiración, pero sin que impida hablar.

● **Hoberena erregularitasunez egitea da. Astean lau edo bost bider.**

Lo ideal es hacerlo con regularidad. Cuatro o cinco veces por semana.

I



Ibilbide hau seinalatzatuta dago. Hala ere zure telefonoarekin jarraitu dezakezu.

Este recorrido se encuentra seinalizado. No obstante, puedes seguirlo con tu teléfono.

PR-BI 70.1

ERMUAKO IBILBIDEA

>1h 30'

DISTANTZIA
Distancia
6,3 Km

>45'

DESNIBEL METATUTA
Desnivel acumulado
654 m.



PAUSUAK
Pasos
8.800

- Ibilbidearen jarraipena**
Camino correcto
Correct path
- Norabide okerra**
Dirección equivocada
Incorrect path
- Norabide aldaketa**
Cambio de dirección
Change of direction

