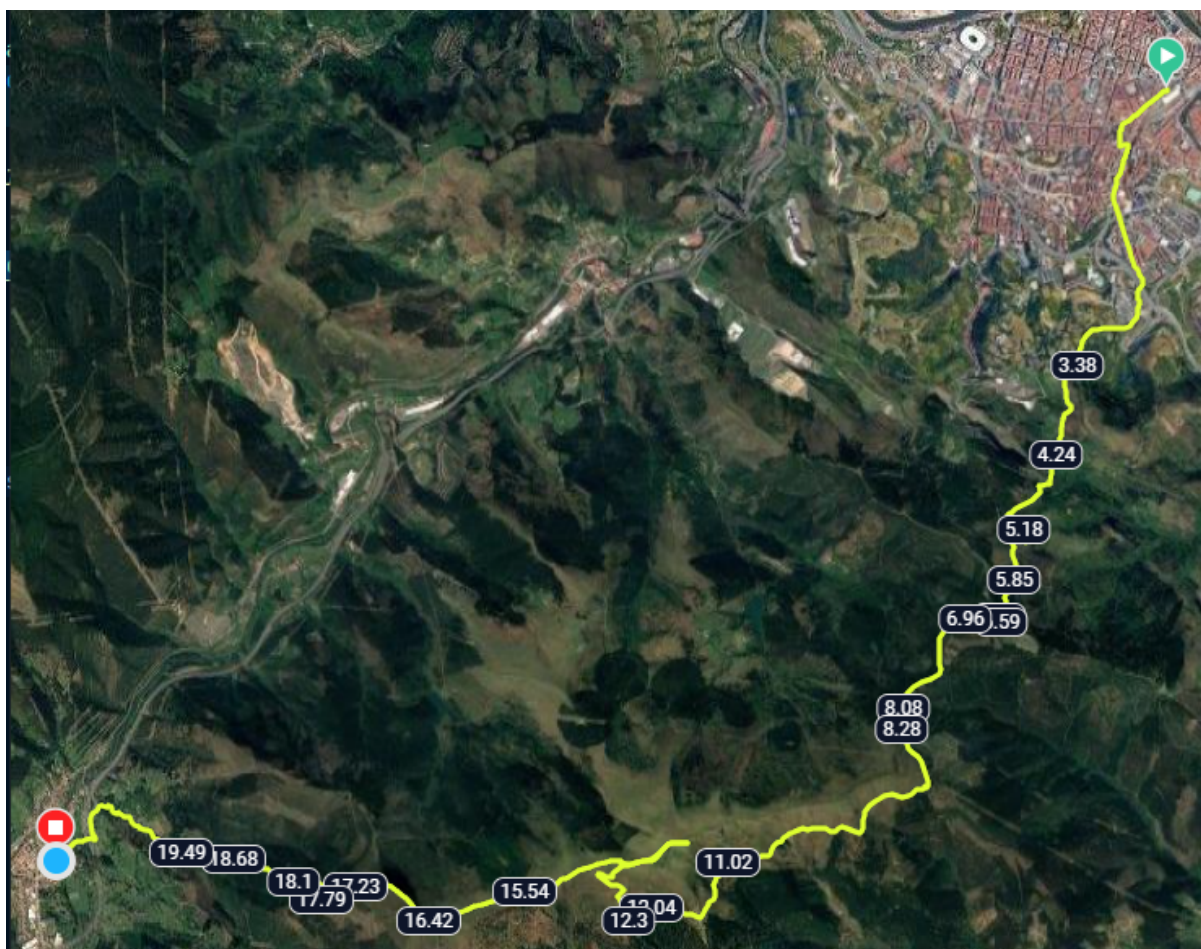


## Primer día



Distancia	Tiempo Ejercicio
21.16 km	06:35:36
Tiempo Total	Vel. Med
06:44:44	3.21 km/h
Mejor Km	Pulsaciones medias
5.54 km/h	113 bpm
Ascenso	Descenso Total
1319 m	1248 m
Carga de entrenamiento	Calorías
287	2439 kcal

Punto de encuentro

A las 9:30 de la mañana



Reunión informativa sobre el día + revisión material

Voy a compartir con ustedes las curiosidades que encontraremos en esta primera etapa. Nuestro recorrido comienza en la Villa de Bilbao, una de las ciudades más prominentes en la parte norte de la península Ibérica. Fue fundada en el año 1300 por Diego López de Haro, Señor de Bizkaia.

La primera montaña a la que ascendemos es el Pagasarri, desde donde se puede contemplar plenamente la ciudad de Bilbao. El Pagasarri constituye uno de los pulmones verdes de la ciudad, un lugar elegido por los habitantes para descansar de la vida acelerada en el entorno urbano. Curiosamente, el nombre oficial de esta montaña es Errestaleku, un dato que mucha gente desconoce.

Junto a la cima se encuentra el famoso refugio, que no es tan reciente como parece, ya que se han encontrado ilustraciones datadas en 1498 donde aparece una cabaña. El edificio actual se construyó en 1915.



Otro punto de interés por el que pasaremos es la fuente Tarin, que recibe su nombre por la forma popular en la que se llamaba a la moneda de 25 céntimos en la época en que se

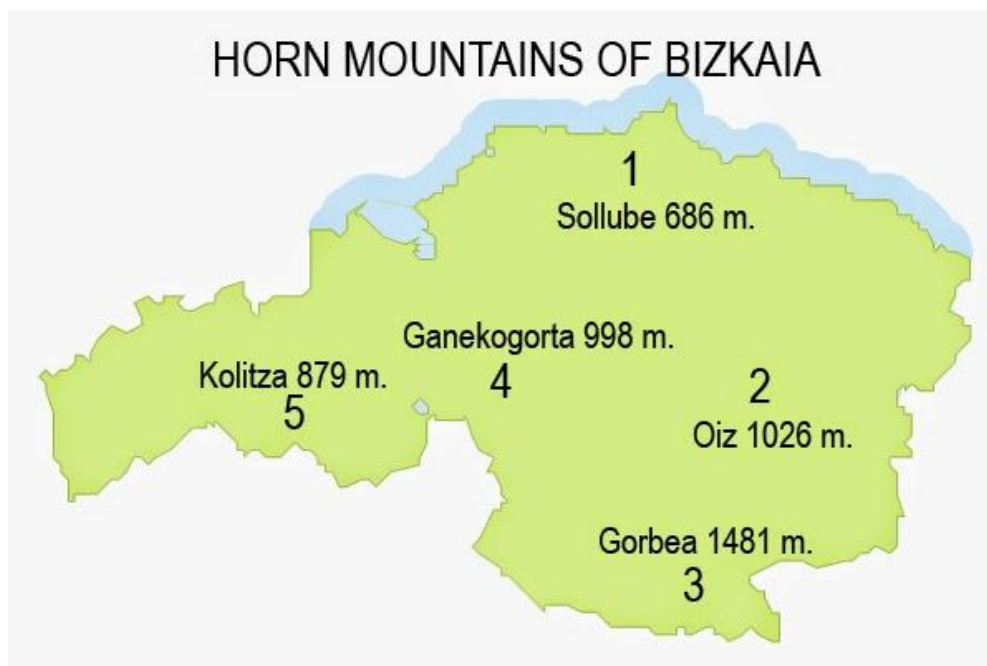
construyó en 1913. Esta denominación se debe a que esa era la cantidad requerida para contribuir a la construcción de dicha fuente.



Después de dejar atrás la zona del Pagasarri y mientras nos dirigimos por la ruta común para ascender al Ganekogorta, nos desviaremos por un camino poco conocido. Antiguamente, este sendero era utilizado por contrabandistas para transportar mercancías entre Araba y Bizkaia. Desde Araba traían aguardiente y desde Bilbao tabaco. Esta área ahora es conocida como la ruta del contrabandista.

Una vez abandonamos la ruta del contrabandista, nos dirigimos al Ganekogorta, la cima por excelencia de todo el entorno, con una altura de 998 metros y parte de los montes Bocineros.

Según la historia, se conocen como montes bocineros (en euskera Deiadar-mendiak) a las 5 cumbres de Bizkaia desde las que se hacían sonar bocinas de cuernos para anunciar a las gentes la celebración de las Juntas Generales del Señorío de Bizkaia mediante señales sonoras y luminosas. Estas cimas, las de los montes de Koltza, Gorbea, Oiz, Ganekogorta y Sollube, eran visibles en todo el territorio histórico y cada una de ellas pertenecía a una merindad distinta del Señorío de Bizkaia.





El primer monte en dar el aviso era el Gorbea y a continuación, los otros montes respondían. Con esta señal sabían que en el siguiente cambio de luna tendrían lugar las Juntas Generales.



Además de esta cima, este día ascendemos dos cimas más, el Paguero y Gallarraga, a esta última es posible acceder de dos formas diferentes, una a través de una pequeña chimenea, con una leve trepada, pero si alguna persona no se siente cómoda con esta subida, existe la posibilidad de acceder por un camino un poco más largo, pero sin necesidad de realizar ninguna trepada



Este primer día de ruta concluye en Sodupe, cuyo significado en Euskera es "subsuelo" o "subterráneo". En la historia de la localidad, destacó la actividad de la fábrica "La Conchita" hasta su cierre en los años 70 del siglo XX. La población está atravesada por los ríos Cadagua y Artxolo.

