



**RUTAS PIRINEOS**  
Rutas de montaña, senderismo y excursiones



Paisajes  
pintorescos



Familias  
y niños



Lagos, ríos y  
cascadas



Flora y  
fauna



Español



## La Foz de Lumbier (paseo corto)

Cómodo paseo por el interior de la espectacular garganta de la Foz de Lumbier

Lumbier, Cuencas Prepirenaicas, Navarra, España



**Dificultad** Baja



**Tiempo total efectivo** 1:00h



**Distancia total** 3,6 km



**Desnivel acumulado** 20m



**Altitud máxima** 440m



**Altitud mínima** 430m



**Punto de salida / llegada** Aparcamiento de la Foz



**Población más cercana** Lumbier



Cartografía del Instituto Geográfico Nacional. 1:25.000.

 itinerario

 sentido de la ruta

 inicio / final



## PUNTOS IMPORTANTES DE PASO (WAYPOINTS)

Punto de paso	Tiempo	Altura	Latitud	Longitud
① Aparcamiento de la Foz de Lumbier	0:00h	430m	42.6379272°	-1.3072929°
② Primer túnel / inicio de la Foz de Lumbier	0:05h	435m	42.6352932°	-1.3051538°
③ Inicio del segundo túnel	0:25h	440m	42.6270251°	-1.3018053°
④ Fin del segundo túnel / puente del Diablo	0:30h	440m	42.6251650°	-1.3017150°
① Aparcamiento de la Foz de Lumbier	1:00h	430m	42.6379272°	-1.3072929°

Sistema de coordenadas geográficas. Datum Europeo 1950

## ¿SABÍAS QUE...

Como tantos otros ríos del Pirineo, el río Irati era una vía de transporte fluvial de la madera que se extraía de los bosques de los altos valles pirenaicos? Los almadieros transportaban los troncos desde el Pirineo hasta Zaragoza u otros destinos lejanos.

## INTRODUCCIÓN

Os proponemos una excursión fácil y corta donde conoceremos la garganta de la Foz de Lumbier. Avanzamos en todo momento por un camino ancho y cómodo que recorre el trazado de un antiguo ferrocarril, "El Irati", que fue el primer tren eléctrico de la península ibérica. El camino avanza por la base de los acantilados de la garganta en paralelo y muy cerca del río Irati. Durante el recorrido cruzamos dos túneles, uno de 167m y otro de 206m, y llegamos hasta los restos del llamado puente del Diablo. La vuelta se realiza por el mismo camino.

La Foz de Lumbier está situada al sur de la población de Lumbier, en el extremo occidental de la sierra de Leire. Es una de las gargantas ("foces" en castellano y sobre todo en la zona de Navarra) más espectaculares de Navarra. Este desfiladero de imponentes paredes calizas ha sido modelado a lo largo de millones de años por la acción del río Irati. El difícil acceso a la garganta la ha mantenido aislada de la actividad humana durante siglos. Este hecho y la gran riqueza geológica del lugar hicieron que fuera declarada Reserva Natural en 1987. La Foz de Lumbier también es un lugar ideal para la observación de aves rapaces: buitres, alimoches,... De hecho, junto con la Foz de Arbayún, es uno de los lugares más destacados de Navarra para observar aves.

## LO MEJOR DE ESTA RUTA

- ✓ El **interés ornitológico** de la ruta: es muy fácil **observar buitres y otras especies de aves**.
- ✓ Descubrir como la roca caliza ha sido erosionada durante miles de años por el río Irati, que ha quedado completamente **encajonado entre grandes paredes verticales**.
- ✓ Conocer el origen y la historia del **antiguo ferrocarril "El Irati"**.



## MÁS INFORMACIÓN

**DURACIÓN:** Medio día

**TIEMPO TOTAL EFECTIVO (SIN PARADAS):** 1:00h en total: 0:05h hasta el primer túnel, 0:20h desde este punto hasta el inicio del segundo túnel, 0:05h para cruzar el segundo túnel y 0:30h para hacer el camino de vuelta.

**DESNIVEL ACUMULADO:** 20m

**DIFICULTAD TÉCNICA:** Baja. El camino es llano y cómodo. Es un itinerario accesible con cochecitos de niños pequeños, en silla de ruedas y, en general, adaptado para personas con movilidad reducida. Si bajáis hasta el lecho del río en días de lluvia, prestad mucha atención a sus posibles crecidas. Atención también a posibles caídas de piedras por desprendimientos.

**ÉPOCA:** Todo el año.

**MATERIAL:** Es recomendable llevar prismáticos para observar en detalle las aves. Una linterna también es recomendable si se va con niños pequeños: se sentirán como pequeños exploradores cruzando los túneles.

### **CARTOGRAFÍA:**

· Cartografía del Instituto Geográfico Nacional. 1:25.000.

**OBSERVACIONES:** Este itinerario es muy concurrido durante los meses de verano. Si estáis habituados a caminar, es posible que la ruta que os proponemos en esta guía para visitar la Foz de Lumbier se os quede corta. Existe la opción de visitar la Foz siguiendo un itinerario circular (5,5 km, 175m de desnivel y unas 2h aproximadamente) que primero rodea la Foz por su lado oriental (E) y, de vuelta, recorre la Foz por su interior (el tramo que en esta guía seguimos tanto de ida como de vuelta); este itinerario circular está señalizado con marcas verdes y blancas y comienza justo antes del primer túnel.

## **NO TE PIERDAS..**

Bajar al lecho del río en aquellos puntos del itinerario donde hay algún sendero que nos lo permite. Podemos sentir muy cerca las aguas del río Irati, un río que nace en la Selva de Irati y que desemboca aguas abajo en el río Aragón. Si lo deseamos, incluso en verano, podemos refrescarnos en sus gélidas aguas.

## CÓMO LLEGAR EN COCHE

Desde la carretera **A-21** (que une Pamplona y Jaca) tomamos la carretera **NA-150** en dirección a la población de **Lumbier**. Justo en la entrada del pueblo tomamos a mano derecha la carretera de la **Foz de Lumbier** (está indicado). Después de 2 km llegamos al **aparcamiento de pago** (2€) que hay habilitado para visitar la Foz. En este lugar encontramos varios servicios: aseos, agua, papeleras, una zona para poder sentarse y comer, y unas barbacoas. Durante los periodos de vacaciones y fines de semana el aparcamiento está vigilado. Durante los meses de verano también hay un punto de información turística.

 **RECORRIDO**

Comenzamos el paseo desde el **1** **aparcamiento de la Foz de Lumbier (0:00h - 430m)**. Primero caminamos por una estrecha pista asfaltada que cruza varios campos de cultivo. A nuestra izquierda podemos identificar el extremo occidental de la sierra de Leire, con la ermita de la Trinidad en lo alto. Pronto llegamos a una zona de descanso donde hay una fuente, bancos y un panel informativo. En este punto comienza, a mano izquierda, el circuito circular "Paseo largo de la Foz de Lumbier". Nosotros no lo tomamos, seguimos adelante por el camino que nos lleva directamente hacia el desfiladero de la Foz de Lumbier.

Inmediatamente llegamos al **2** **primer túnel (0:05h - 435m)** del recorrido. Un **mirador** que hay a nuestra derecha nos permite ver como el río Irati se adentra en la Foz, abriéndose paso por entre sus grandes paredes verticales. Hasta principios del siglo XX sólo se podía acceder a la Foz por el río o descendiendo desde la parte alta de las paredes interiores, menos escarpadas que las de la entrada a la Foz. El primer túnel tiene unos 160m de longitud. No está iluminado, pero no nos será nada difícil cruzarlo una vez los ojos se nos acostumbren a la oscuridad. El túnel nos deja al inicio de la Foz. Frente a nosotros se levantan paredes de hasta 150m de altura.

En este punto, justo en la salida del primer túnel, a mano derecha, un sendero estrecho nos permite **bajar hasta el lecho del río**. Si bajamos llegamos a una pequeña playa que está situada debajo de una impresionante cueva. En este tramo el río se presenta calmado y tranquilo. Las cuevas o agujeros que hay en las paredes de la Foz -en muchas ocasiones situadas muchos metros por encima del nivel actual del río- han sido provocadas por la erosión directa de las aguas del río sobre la roca. El efecto combinado del agua y los cambios de temperatura también ha ido generando grietas en la roca caliza, hasta el punto de provocar derrumbes que han ido ensanchando la parte central de la Foz.

Regresamos al camino principal y retomamos nuestro recorrido por la Foz. Avanzamos por una pista llana y cómoda con algunos tramos excavados en la roca. Estamos siguiendo el antiguo trazado del ferrocarril El Irati y en algunos puntos podemos identificar restos del sistema eléctrico que alimentaba el antiguo tren: algunos postes de cemento al lado del camino, soportes de hierro oxidados en las paredes,... Poco a poco el camino se ensancha, las paredes de la Foz se separan y su parte inferior ya no es tan vertical.

**EL TREN "EL IRATI"**

El recorrido por la Foz de Lumbier transcurre por el primitivo trazado del antiguo tren conocido como "El Irati", que comunicaba Pamplona con Sangüesa (Zangoza en euskera). La línea de ferrocarril, de 58 km de longitud, permaneció en funcionamiento durante 44 años (desde el mes de abril de 1911 hasta el mes de diciembre de 1955). La llegada del ferrocarril en esta región terminó con su aislamiento. "El Irati" fue el primer tren eléctrico de la península. Esta circunstancia le valió numerosas reseñas en los periódicos de la época y en las enciclopedias. Aunque inicialmente fue proyectado para trasladar la madera pirenaica de la zona de Irati hasta la fábrica de Aoiz, finalmente fue utilizado para el transporte de viajeros. Actualmente 6 km del itinerario -entre Lumbier y Liédena- están condicionados como vía verde.



Durante todo el recorrido no podemos dejar de mirar al cielo y a las paredes. Si nos fijamos bien podemos observar aves descansando en las grietas y repisas de la roca. En algunos lugares la pared está manchada de blanco, son los excrementos de las aves. Si localizamos estas manchas es probable que por encima veamos un buitre. También, volando entre las paredes de la Foz, se pueden ver durante todo el año buitres, grajillas y cornejas. Y en primavera y verano también es posible observar aviones roqueros (una especie de ave de la familia de las golondrinas) y alimoches.

Poco antes de adentrarnos en el segundo túnel podemos tomar a la derecha un sendero irregular que baja al río. Vale la pena bajar hasta el lecho para observar las formas extrañas y caprichosas que el agua ha esculpido en la roca. Regresamos al camino principal y nos adentramos en el **3 segundo túnel (0:25h - 440m)**, de poco más de 200m de longitud. Este túnel tampoco está iluminado y la curva que presenta hace que en algún momento sea difícil ver. Una linterna puede sernos de ayuda.

Una vez llegamos al **4 final del segundo túnel (0:30h - 440m)**, pocos metros más adelante, encontramos un panel explicativo que nos informa del antiguo **punto del Diablo**. Este puente fue construido en el siglo XVI y también es conocido como **punto de la Foz** o **punto de Jesús**. Fue destruido por los soldados franceses en 1812, durante la Guerra de la Independencia. Según una leyenda, se denomina punto del Diablo porque el constructor pidió ayuda al diablo para poder finalizar la construcción. Podemos llegar a sus restos siguiendo un sendero que sale a mano derecha. ¡Atención!: el terreno es resbaladizo y peligroso; este sendero no es recomendable hacerlo con niños o con personas que sufren vértigo.

Regresamos por el mismo camino hasta llegar nuevamente al punto de inicio de la excursión, en el **1 aparcamiento de la Foz de Lumbier (1:00h - 430m)**.



## ¿QUÉ MÁS PODEMOS VISITAR?



### Centro de interpretación de las Foces

El Centro de interpretación de las Foces está situado en el centro del pueblo de Lumbier (en la Plaza Mayor) y ofrece información para conocer mejor las foces y sus ecosistemas. El Centro es, además, un Punto de Información Ornitológica y una Oficina de Turismo. Más información: [www.focesdenavarra.es](http://www.focesdenavarra.es) o en el teléfono 948 880 874.

Coordenadas GPS: 42.6533943° -1.3067069°



### Foz de Arbayún

La Foz de Arbayún es la reina de las foces navarras: su dimensión y espectacularidad nos dejan boquiabiertos. Situada entre Lumbier y Navascués, al norte de la sierra de Leire, es la foz más inaccesible de todas y, gracias a su excelente estado de conservación, es un refugio natural de muchas especies de animales entre las que destacan las grandes aves rapaces. En la carretera NA-2160 encontramos un excelente mirador de la foz.

Coordenadas GPS: 42.6915105° -1.1843097°



### Monasterio de Leyre

El monasterio de Leyre es uno de los conjuntos monásticos más destacados de España gracias a su relevancia histórica y su gran valor arquitectónico. Se encuentra situado a los pies de la sierra de Leyre, en un balcón natural sobre el valle del río Aragón, con el embalse de Yesa al fondo. Más información en la web: [www.monasteriodeleyre.com](http://www.monasteriodeleyre.com).

Coordenadas GPS: 42.6357325° -1.1712205°

Todas las rutas han sido realizadas sobre el terreno por RUTAS PIRINEOS. Las rutas pueden variar mucho en función de la época del año, de la nieve y de las condiciones meteorológicas. La señalización (marcas, paneles, balizas) que podemos encontrar a lo largo de la ruta también puede variar con el tiempo. RUTAS PIRINEOS no se responsabiliza de cualquier mal uso de sus guías y recomienda que cada uno sea responsable y prudente en la montaña. Igualmente, os invitamos a documentaros con libros y guías especializadas para complementar la información descrita. Todos los tiempos son efectivos y toman un carácter orientativo, no se han tenido en cuenta las paradas por pequeñas que sean. Para cualquier sugerencia, RUTAS PIRINEOS os invita a enviar un correo a [info@rutaspirineos.org](mailto:info@rutaspirineos.org).