

BERMEO



Turismo Bulegoa / Oficina de Turismo
 Larrea 2/g. 48370 Bermeo (Bizkaia)
 946 17 91 54 / turismoa@bermeo.eus
 www.bermeo.eus/turismoa.html

Udalaren Kirol Patronatua
 Patronato Municipal de Deportes
 Arene Auzoa, 2/g. 48370 Bermeo (Bizkaia)
 946 17 91 80 / kiroldegia@bermeo.eus
 www.bermeo.eus



CENTRO NORDIC WALKING GUNEA

Bermeoko Nordic Walking Zentroak zailtasun desberdineko lau ibilbide egiteko aukera eskaintzen du, ibilketa nordikoa praktikatzeko.

El Centro Nordic Walking de Bermeo ofrece la posibilidad de realizar cuatro rutas de distinta dificultad para la práctica de la Marcha Nórdica.

Bastoiak lagunduta ibiltzean, muskulu-talde gehiago lantzen dira, eta, aldi berean, oso onuragarria da gure osasunerako.

Al caminar con la ayuda de dos bastones se ejercitan más grupos musculares, obteniendo a su vez múltiples beneficios sobre la salud.



Ibilbideak Las rutas

Ibilbidea Ruta	Distantzia (Km) Distancia (Km)	Desnibela (m) Desnivel (m)	Denbora Tiempo
● Demiku	3,9	189	1h 05'
● Arane	7	222	2h
● Almika	15,3	710	4h 25'
● Arranotegi	24,3	1233	7h

OSO ERRAZA MUY ASEQUIBLE ERRAZA ASEQUIBLE ZAILA EXIGENTE OSO ZAILA MUY EXIGENTE

- IKURRAK LEYENDA**
- Irteera puntua Punto de salida
 - Informazio panela Panel de información
 - Aparkalekua Parking
 - Eraikin interesgarria Edificio de interés
 - Eraikin erlijiosoa Edificio religioso
 - Museoa Museo
 - Kirol portua Puerto deportivo

112 SOS DEIAK LARRIALDIK EMERGENCIAS



GEO TECH, S.L. - gparatutako kartografia / Cartografía desarrollada por GEO TECH, S.L.