“ECOEXPERIENCIAS VERANO EN TIERRAS DE IRANZU 2022”

ASOCIACIÓN TIERRAS DE IRANZU-KO LURRAK

Al abrigo de la Sierra de Ubasa y Andia

La Asociación Tierras de Iranzu, presenta su proyecto "Ecoexperiencias de verano en Tierras de Iranzu" para este año 2022.

Una gran oferta de Turismo activo, Cultural, Enoturismo y Turismo Gastronómico. Todas nuestras propuestas han sido rediseñadas, y adaptadas para configurar un producto singular, diferenciado y con gran capacidad de atracción turística.

Este verano contamos con una gran oferta acuático deportiva en el Embalse de Alloz Paseos en barco de Vela, Paddle sup, Yoga Sup, Windsurf, paseos en Hidropedales y paseos en Piragua doble e individual.

Además, ofertamos este verano una gran experiencia "Respirando el románico" Naturaleza, Yoga, Sonido y Románico", todos los fines de semana de verano.

Este verano, contamos con muchas novedades, hemos aumentado nuestra oferta de visitas guiadas a queserías, siendo 4 de las 6 que tenemos en Tierras de Iranzu, las que realizan visitas guiadas

- **Quesería Lezaun en Lezaun**
- **Quesería Susperregui en Abárzuza**
- **Quesería Aldaia**
- **Quesería Axuribeltz**

Con respecto al Turismo activo también tenemos novedades este año ofertamos:

Esta Semana Santa también, contamos con nuestra gran oferta de Senderismo y Geocaching, recientemente actualizada, en el que destacamos el sendero Hayedo de Lezaun con toda la señalización renovada y accesible para personas con diferentes capacidades y en el que hemos incorporado una interpretación de la flora y fauna del hayedo con las huellas y rastros de todos los animales que habitan en este bosque. También se ha renovado toda la señalización del Elimendi en BTT, Dulanz, El Viaducto Romano, en el cual se ha señalizado el despoblado de Arrastia y formación geológicas de interés. Además, todos los turistas, podrán deleitarse con el resto de nuestra oferta de senderos, 19 en total y Geocaching en los senderos de Iranzu.

Completando este gran paquete, ofertamos visitas a talleres de ecodiseño, bodegas, enoturismo, actividades acuáticas en el embalse de Alloz, Granja escuela Basabere, ganaderías, safaris, queserías, mielerias, románico y una increíble oferta de Monasterios y Museos. Todas ellas en este informe detallado.

ECOEXPERIENCIAS VERANO EN TIERRAS DE IRANZU
ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN EL EMBALSE DE ALLOZ

SUP YOGA

Disfruta de uno de los deportes más relajantes en el Embalse de Alloz, una actividad diferente, aúna los beneficios del yoga (tonificación, elasticidad, pranayama, relajación con el reto del equilibrio, la estabilidad y la fuerza del paddle surf y todos en pleno contacto con la naturaleza en un entorno paradisiaco, como es el Embalse de Alloz.

Dotación de material: Tabla de Paddle Sup
Precio:30€ clase. Tabla incluida, chaleco, monitor, salvavidas y neopreno corto
Horario: de 9:30H a 11:00H. Hora y media de duración
Telf: 689 701 495 /644 358 423
Fechas: de Semana Santa al 5 de septiembre con reserva previa

VISITA EN BARCO DE VELA POR EL EMBALSE DE ALLOZ

Una hora de navegación por el Embalse de Alloz recorriendo las zonas de mayor belleza y encanto de este embalse, donde el turista podrá disfrutar de la gran riqueza ecológica y natural de uno de los parajes de mayor belleza de Tierras de Iranzu. Clases prácticas de navegación a vela con los mejores monitores de la Escuela Navarra de Vela.
Telf: 689701495/ 644358423
Fechas: de Semana Santa al 5 de septiembre con reserva previa.
P**recio por persona**: 10€ adultos y 8€ niños / 1H

VISITA EN PIRAGUA POR EL EMBALSE DE ALLOZ

En esta visita podrás disfrutar de la navegación en piragua en las tranquilas y relajantes aguas turquesas del embalse de Alloz. Equipamiento completo, chaleco remos y piragüa Alquiler de piraguas de fácil manejo, autovaciables, dobles e individuales para adultos y niños/as.
Tlf.: 689701495/ 644358423
Fechas: de Semana Santa al 5 de septiembre.
Duración 1H/ **precio** por persona: 10€. piragua doble y 7€ individual

PASEO EN HIDROPEDALES POR EL EMBALSE DE ALLOZ

Alquiler por horas para disfrutar de un paseo y un baño, en las tranquilas y relajantes aguas turquesas del Embalse de Alloz. frutar de un paseo en Hidropedales en las tranquilas y relajantes aguas turquesas del Embalse de Alloz.
Tlf.: 689 701 495 /644 358 423
Fechas: de Semana Santa al 5 de septiembre.
para 4 personas
Media hora (para 4 personas) 10€**, una hora 18€**

BAUTISMO DE WINDSURF POR EL EMBALSE DE ALLOZ(LERATE)

Disfruta de una de las actividades más excitantes en Tierras de Iranzu
Esta actividad se oferta para grupos con un mínimo de 5 personas.
Practicando windsurf obtendrás sensaciones increíbles y comprobarás su sencillo manejo, desarrollando el equilibrio sobre la tabla y el manejo básico de la vela, navegando rumbo de través.
Breve explicación teórica de los fundamentos de la técnica.
Práctica en el agua.

Telf: 689 701 495 /644 358 423
Fechas: de Semana Santa al 5 de septiembre con reserva previa
Precio por persona: 20€. Dos horas e incluye, chaleco, monitor, salvavidas y neopreno corto

BAUTISMO DE PADDLE SUP POR EL EMBALSE DE ALLOZ(LERATE)

Disfruta de uno de los más novedosos deportes acuáticos, que está arrasando en todas nuestras costas.
Consiste en desplazarse por encima del agua de pie en una tabla de surf con la ayuda de un remo. La posición erguida sobre la tabla te da una magnífica visión de lo que te rodea.
Otra ventaja es que es accesible para todo tipo de público, no se necesitan condiciones especiales para disfrutar del Paddle Sup.
Telf: 689701495/ 644358423
Fechas: todos los días. Desde Semana Santa hasta septiembre
Precio por persona: 15€ una hora de travesía con monitor especializado.

RESPIRANDO EL ROMÁNICO. NATURALEZA, YOGA, SONIDO Y ROMÁNICO. SÁBADO 16 DE ABRIL. SEMANA SANTA. 11:00.H

Una experiencia donde conectar con tu propia naturaleza a través de tus sentidos, el movimiento, el sonido, la respiración y el románico, en la ermita románica de San Martín de Montalban. Estas ermitas románicas las situaron en lugares estratégicos donde se respira una energía muy especial, en plena naturaleza y con unas vistas increíbles. Aprovecharemos este entorno para vivir una experiencia de despertar y sentir el cuerpo a través de todos los sentidos, a través del movimiento, la escucha, los sonidos, el tacto, olfato, gusto…etc. Una manera diferente de acercarte a estos lugares, respirando el románico en plena naturaleza, sintiéndolo, escuchándolo e interactuando con él.

- Pequeña y sencilla caminata. –
- Práctica de yoga y meditación.
- Relajación con sonidos en directo. Cuencos cantores, tibetanos, Gong, Tambor Chamánico, voz en la ermita románica de San Martín de Montalbán

Contacto: Txari Eleta
Duración: 2,5 horas

Teléfono: (+34) 657 86 78 87
Precio: 22 euros/pax. Descuentos para grupos
Fechas: Todos sábados y domingos, Con reserva

E-mail: eztitsumieleria@gmail.com

VISITA GUIADA A TALLER ECODISEÑO BAKU BARRIKUPEL CON ALMUERZO ARTESANO

En el corazón del Valle de Yerri, en Zábal, se diseñan y fabrican de forma artesanal las lámparas sostenibles, de Baku Barrikupel.
Visita el taller artesano Baku Barrikupel. Un proyecto basado en el ecodiseño y la reutilización de materiales. En el podrás ver como producen nuevos productos con materiales de desecho, en especial con barricas de vino.
Visita (con recuerdo) = 7€
Visita (con recuerdo + almuerzo) = 12€ / Niños/as 5€

Almuerzo: Productos de la zona ahumados a la parrilla con brasas de barrica de vino junto con una bebida artesanal de la zona.

Contacto: Amaia Prieto y Jesús Prieto
Teléfono: (+34) 697898256
E-mail: info@barrikupel.com / https://www.barrikupel.com

TURISMO CULTURAL Y GASTRONÓMICO

VISITA GUIADA AL MONASTERIO DE IRANTZU

Visita guiada al románico cisterciense del Monasterio, historia, arte, cultura y aspectos costumbristas de la época. Visita todas las estancias del Monasterio en un entorno privilegiado como son las estribaciones del Parque natural de Urbasa y Andía.

Además de la magnífica exposición , "Maestros de la hidraúlica" con cañerias medievales, podrás disfrutar en la visita de monumentales estancias en el Monasterio como el magnífico Claustro, la Cillería, la monumental Cocina medieval, única en Europa, la Iglesia, el refectorio, la ermita románica de San Adrián, la sala del capítulo, las salas de castigo, el cementerio medieval, el comedor, el lavatorio, la exposición de cañerías medievales, la sacristía y la enfermería.

Horario de apertura es de: 10:00H a 14:00H y de 16:00H a 18:30H
Lunes. Entrada gratuita y a la tarde cerrado

TLF: 948 520012/ 646185264
Precio: 3€ entrada y jubilados 2,5€ y niños menores de 12 años gratuito
Contacto: 948-520012

VISITA GUIADA CENTRO LENAERTS Y JARDÍN DE PAULETTE.

Visita a la casa museo, donde vivió el escultor belga Henri Lenaerts y a las 22 **esculturas de bronce del jardín de Paulette, en un entorno natural de gran belleza y con vistas al Embalse de Alloz.**

Esta exposición de este genial artista, al aire libre, es única en todo Europa. Las mejores obras de su vida del 1950 al 2002.
Hay dos tipos de visitas

- **Al jardín: máximo 18 personas en 3 turnos desde las 11h. de la mañana a las 14h. 3€**
- **A la Casa Museo y Jardín: máximo 6 personas desde las 11h del mañana a 14h. 8€**

RESERVAS: 661 760 564
Fechas-. Domingos y Festivos. El resto de días de la semana con reserva, grupo mínimo de 4 personas.

VISITA GUIADA AL ROMÁNICO DE SANTA CATALINA DE ALEJANDRÍA

Visita guiada al mejor románico de Santa Catalina de Alejandría, uno de los mejores ejemplos de románico rural en Navarra.

Los visitantes podrán deleitarse de una visita llena de historia, dónde el monstruario románico toma su mayor protagonismo en los canecillos exteriores de la iglesia.

Tlf: 630 747 966 / 646 185 264
Precio: 3 €,
Fechas: Todos los días. Con reserva

VISITA GUIADA AL ROMÁNICO DE LA NATIVIDAD GARISOAIN

¡Visita al mejor románico de Garisoain y descubre su belleza en un marco incomparable!
Esta iglesia constituye un magnífico museo de Bernabé Imberto, el mejor tallista del siglo XVI de Navarra, sus cinco retablos son realmente su mejor obra.

TLF: 680706272 / 646185264
Precio: 3€
Fechas: Todos los días. Con reserva

TURISMO ACTIVOTURISMO ACTIVO

GEOCACHING EN TIERRAS DE IRANZU

Busca nuestros 12 tesoros o caches en los senderos de Iranzu, próximos al Monasterio de Iranzu.
Se trata de una ruta de 8 km, con gran belleza paisajística, de frondosos hayedos, en la están escondidos estos 12 tesoros, actividad muy apropiada para ir en familia.

VUELOS EN PARAPENTE CON MOTOR Y SIN MOTOR. ESCUELA NAVARRA DE PARAPENTE

Vuelos biplaza tanto en libre como en paramotor en el entorno del Embalse de Alloz ven a volar y a disfrutar con nosotros. La actividad se basa en vuelos en biplaza (con monitor), cursos de iniciación y progresión. Todos los visitantes podrán disfrutar de un paisaje único de Tierras de Iranzu, desde el cielo.

Fechas: Todo el año con reserva
Lugar: Lerate, Embalse de Alloz y Sierra de Urbasa
TELF; 618403759
Buscanos en Facebook e Instagram. Escuela Navarra de Parapente
Email: escuelanavarradeparapente@gmail.com

LA TRIALBICI ROS. MONASTERIO DE IRANTZU

Domina el mundo de la rueda practicando trialbici, en un lugar de la gran riqueza ecológica y natural, uno de los parajes de mayor belleza en Tierras de Iranzu, EL MONASTERIO DE IRANTZU.
Clases prácticas con los mejores monitores, de Navarra, con 30 años de experiencia y numerosos premios en diversos campeonatos
ESTE VERANO SE REALIZAN CAMPAMENTOS DE PERFECCIONAMIENTO

Fechas: Todo el año
Lugar: Monasterio de Irantzu
Teléfono: 656908458

SAFARI A LA CASTA NAVARRA. GANADERIA ALBA RETA (Grocín)

En esta visita el turista puede disfrutar de un verdadero safari a la casta Navarra en los bosques de encinos del Valle de Yerri con degustación de productos artesanos. En esta visita el turista podrá disfrutar de una de las experiencias más excitantes, en Tierras de Iranzu.

- **Recepción de los visitantes, presentación en video de la ganadería.**
- **Visita a las Instalaciones, Cercado de toros, Plaza de Tientas, Sistemas de alimentación**
- **Visita a la ganadería en cuatro por cuatro, a sus instalaciones donde el público podrá disfrutar del contacto directo con los animales en su habitat natural en las praderas del Valle de Yerri**
- **Degustación de productos artesanales de Tierras de Iranzu a la brasa**

TAMBIÉN DESDE TIERRAS DE IRANZU OFERTAMOS CAPEAS Y RECORTADORES.

Tlf: 636038218. Cristina
Duración: 2,30 h.
Fechas: fines de semana. Hora. 11h. con reserva previa.
Email: ganaderiasreta@hotmail.com

GRANJA ESCUELA BASABERE.

Este verano, podrás disfrutar del contacto directo con la naturaleza, visitando nuestros animales de granja, animales silvestres del centro de rescate, huerto y con un montón de actividades para todos los niños. Situada en un entorno natural privilegiado, cuenta con numerosas especies tanto exóticas como salvajes o de granja, cuentan con un equipo educativo, el cual se encarga de diseñar una gran variedad de actividades, juegos y talleres. Realizan comidas y aperitivos con productos locales, de nuestro entorno

Visitas guiadas en Castellano y euskera +degustación o comida: Desde 8€. adultos y 6€ Niños. Todos los días desde las 11:00H hasta las 18:30H

FECHAS: TODOS LOS DÍAS ABIERTO
POSIBILIDAD DE COMER BAJO RESERVA

LUGAR: Lezaun
Telf: 637 21 43 3
Mail: info@basabere.com

INICIACIÓN A LA ESCALADA EN ERAUL CON MUGITU AVENTURA

Descubriréis un emocionante y divertido deporte de aventura con Mugitu Aventura, de la forma más segura y en plena naturaleza, disfrutando desde las alturas del fantástico entorno de las Peñas de San Fausto.

Lugar de encuentro: Lavadero de Eraul
Duración: 3h.
Precio: 25€ incluye monitores material y seguro
Mínimo: 4 personas
Edad: A partir de los 10 años (menos de 10 años consultar)

Teléfono: (+34) 948555515
Teléfono: (+34) 602539621
E-mail: info@mugitu.net

TURISMO GASTRONÓMICO.
VISITA GUIADA A LAS SALINERAS GIRONÉS(Salinas de Oro)

Visitas guiadas a las salineras de manantial natural, con demostración de extracción de sal, degustación de sales.
Explicación geológica del diapiro y demostración de cómo se producen de manera 100% artesanal los distintos tipos de sal BIO, en función de los vientos y la meteorología.
Cata de diferentes sales

Tlf: 628 407 127/ 948 357139 / 657 606 055
Email: info@salinasgirones.com
Precio: 3€, 2€ niños/
Duración. 1,30
Fechas: Semana Santa, Junio, julio, agosto y septiembre

VISITA GUIADA A LA FINCA ECOLÓGICA DE GANADO VACUNO, CABALLAR Y CAPRINO CON DEGUSTACIÓN DE CARNE ECOLÓGICA (SALINAS DE ORO)

Visita guiada a la finca Sarbil en la Sierra de Sarbil . Excursión de mediodía con explicación detallada del manejo del ganado ecológico, vacuno, caballar y caprino. Degustación de carne de carne ecológica.
En esta visita este año los niños podrán montar a caballo en Jaca Navarra.

Tlf: Iosu Gironés: 628 407 127/ 948 357139 / 657 606 055
Email: info@carneecologicafincasarbil.com
WEB: www.carneecologicafincasarbil.com
Precio: 5€ y niños 3€ con degustación 7€ y 5€ con degustación
Fechas: Todos los días con reserva previa

BODEGAS Y ENOTURISMO

BODEGAS PACHARÁN AZANZA (Abarzuza)

Visita guiada a la bodega y a los endrinos con degustación de Cocktel y Cata de variedades pacharanes.

- Recepción de los visitantes en la Bodega
- Explicación de la historia del pacharán en Navarra. Recorrido por la Bodega, proceso de elaboración del pacharán, los diferentes procesos, embotellado, maceración etc
- Cata de tres variedades de pacharán
- TIENDA ONLINE

Tfno: 948 520 040
Precio: 4€, niños gratis. / 1H.
Fechas: Todos los días
Email: licoresazanza@llanosmail.com

BODEGAS RESTAURANTE AROA

Bodegas Restaurante Aroa ha creado un conjunto de instalaciones, actividades y servicios pensando en la sorpresa, el descubrimiento y la satisfacción de quienes les visiten. Una experiencia para compartir, exclusiva y diferente en cada ocasión.

- **VISITA A LA BODEGA CON CATA DE 3 VINOS ECOLÓGICOS Y APERITIVO: 12€.**
- **MENÚ DE TEMPORADA DE MIÉRCOLES A VIERNES CON VISITA GUIADA**
- **MENÚ DEGUSTACIÓN AROA DE VIERNES A DOMINGO Y FESTIVOS CON VISITA GUIADA.**

Lugar: Aroa Bodegas. Apalaz, 13. Zurukuain
Tlf: (+34) 948921995 / (+34) 696779711
Fechas: De Miércoles a Domingo y festivos

BODEGAS LEZAUN (LACAR)

Bodegas Asador Lezaun nos ofrece cuatro magníficas visitas de enoturismo ecológico, en un entorno privilegiado, junto al Camino de Santiago.

- **Visita a los viñedos en carreta de caballos con degustación de vino ecológico en el propio viñedo** / 10€ adulto y 5€ niños
- **Visita a la bodega con cata comentada de vinos 9€**
- **Visita a la bodega con menú degustación ecológico** / 42€ iva incluiedo
- **Visita a la bodega con copa en mano. 5€**

Lugar: Lácar
Tlf: 948 54 13 39
Fechas: Todos los días

BODEGA TANDEM (LORCA)

Visita guiada a la bodega, y viñedos con degustación de sus mejores vinos.

Bodegas Tándem nos ofrece una visita guiada dónde la arquitectura de la propia bodega.
El vino y el Camino de Santiago actúan como protagonistas de la propia visita.

Tlf: 948 536031-667 363 646
E-mail: bodega@tandem.es
Fechas: Todo el año.
Duración: 2H// Horario 12H.

QUESERÍA ALDAIA. Lezaun

Quesería Aldaia nos ofrece varias propuestas gastronómicas

- **Visita guiada a la quesería y a la granja con degustación de quesos D.O. Idiazabal, chorizo de oveja y Gazta- zaharra.**
6€ Adultos y niños 3€
- **Visita guiada a la quesería y granja con Comida en la borda de la Sierra de Andía con menú de pastor.**
Adultos 25€ y niños 12.50€.
Comida sin visita 20€

Lugar: Lezaun
Tlf: 619 077580/ 948 542273
Fechas: Todos los días

QUESERÍA LEZAUN. Lezaun

Quesería Lezaun nos ofrece varias propuestas gastronómicas Con sabor de antaño, cada año, cada día, nuestro empeño es el seguir elaborando un queso de sabor a campos y sierras. El doble atractivo de esta visita está en conocer la elaboración del queso en la queseria de Lezaun y conocer una cuadra original de madera, además de una borda original en la Sierra de Urbasa y Andia.

- **Visita guiada a la quesería y a la borda en el parque de Urbasa y Andia con degustación de quesos de oveja latxa, crema de queso y quesos ahumados. Precio: 6€ adultos y 3€ niños.**

Visita a la borda cupular antigua junto a la quesería

Lugar: Lezaun. Carretera Estella Lizarraga punto 15.500, 31177 Lezaun
Tlf: (+34) 627351587 / grkdz43@gmail.com
Fechas: Todos los días

QUESERÍA SUSPERREGUI (Abárzuza)

Visita guiada al mundo del queso y los pastores con degustación de distintas variedades de quesos (crema de queso, queso con nueces, queso con aroma de hongos, queso con aceitunas, queso al vino o a la sidra), cuajada y requesón fresco de oveja latxa.. Explicación del proceso de elaboración e historia.

Susperregui es un ejemplo de quesería familiar, en la que la tradición tanto en la forma de criar el ganado como en la elaboración de los quesos se ha transmitido sin alteraciones de una generación a otra.
Lugar: Abárzuza.
Tlf: 686217050
Hora: 12H.
Precio: 4€ adulto y 3€ niños
Fechas: Todos los días

QUESERÍA AXURIBELTZ. GAZTANDEGIA. ITURGOIEN

Quesería ecológica que elabora queso de oveja latxa ecológico, en Iturgoien . Sus ovejas pastan la mayor parte del año en la Sierra de Andia,
Visitas agroecológicas a la Quesería y al Rebaño de ovejas y yeguas. Talleres
Visita guiada a la quesería ecológica con degustación de queso ecológico y visita al rebaño de ovejas y yeguas en la Sierra de Andia, con degustación de quesos ecológicos

Precios: Visita a la quesería con degustación 3€ y con la visita a la Sierra 10€
Fechas: Todo el año con reserva
Duración: Visita a la Quesería 45 minutos y a la Sierra 2 horas.

VISITA GUIADA A LA MIELERÍA EZTITSU.

Descubre el apasionante mundo de la apicultura a través de diferentes experiencias, todo ello acompañado con diferentes degustaciones. Menú apícola y venta de productos.
Eztitsu es un centro de interpretación de la apicultura, con una visión holística del mundo de las abejas. Por ello ofrecemos diferentes experiencias apícolas, como son:

- **Manejo apícola y extracción de miel**
- **La Trashumancia mágica nocturna**
- **Apiterapias, la Apicultura y la salud. (Grupal o Personal)**
- **Relajación a través de la vibración. (Grupal o Personal)**

Lugar: Lorca
Tlf: 620316175- 657867887
Mail: eztitsumieleria@gmail.com
Fechas: Todos los días. Con reserva

VISITA GUIADA A LA MIELERÍA LA SACRISTANA

Los visitantes pueden disfrutar de los secretos de la apicultura en sus diferentes manejos, trabajos en el colmenar, extracción de miel, explicación detallada, todo ello acompañado de una excelente cata de mieles. En caso de alojarse en la propia casa rural, la entrada a la mieleria es gratuita.

Lugar: Santa Maria de Eguiarte. Lacar- Alloz
Tlf: 660744369
Precio: 4€
Fechas: Todos los días con reserva previa.
Email: casarurallasacristana@gmail.com

VISITA GUIADA A LA MIELERÍA GORENA. EN Salinas de Oro

Visita guiada a la apicultura, al mundo de las abejas y sus productos con degustación de diferentes tipos de mieles y tarta de mieles. En esta visita, los turistas mediante una colmena de observación, sin riesgo alguno, podrás ver las abejas obreras, los zánganos e incluso la reina, como trabajan, crían, almacenan los alimentos, etc.

Degustación de mieles de diferentes floraciones, todas de producción propia, así como ricos dulces elaborados con miel.

Lugar: Casa Rural Azkorena. **Salinas de Oro**
Tlf: 638738457
Precio: grupos de 5 personas como mínimo a 20€ / 4€ por persona adicional.
Fechas: Todos los días con reserva previa entre las 12.00 h y las 17.00h

SERVICIO AL TURISTA TAXI RAIMUNDO

Servicio de taxi con disponibilidad 1 a 9 plazas, más amplio maletero con la posibilidad de incluir hasta 9 bicicletas o equipos deportivos en el taxi.

Viajes y desplazamientos para hospedajes, restaurantes sidrerías bodegas o visitas guiadas, así como aeropuertos o estaciones.

TLF**: 629 614 536**
Mail: mundorai@gmx.net