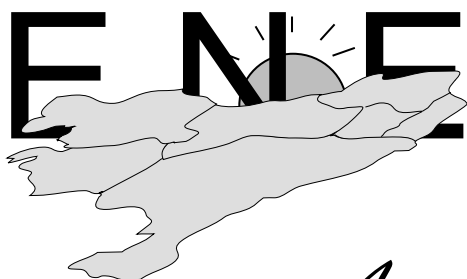


# NATURAL

Boletín informativo de E.N.E. Número 1 Marzo de 1.998.



Playa Salvaje en Sopela (Bizkaia)



*Euskal Naturista Elkartea*  
*Asociación de Naturistas Vascos*

# Editorial

---

Hoy os presentamos el primer número de nuestro boletín, que pretendemos sea el lazo de unión entre nuestra Asociación y todos vosotros.

No os quepa ninguna duda, que hemos puesto todo nuestro entusiasmo en su elaboración, siempre en pro del naturismo y de todos los naturistas.

EUSKAL NATURISTA ELKARTEA-ASOCIACIÓN DE NATURISTAS VASCOS "E.N.E." inicia con la edición de este modesto boletín, su andadura.No va a ser un camino de rosas, eso ya lo sabemos, pero tened la completa seguridad de que lo superaremos, todas las veces que haga falta.

Nos hubiese gustado mucho, haber tenido la oportunidad de que todos los naturistas vascos, hubiésemos podido trabajar bajo unas solas siglas, pero por mucho que lo hemos intentado ha sido totalmente imposible. Por lo tanto no nos ha quedado otro remedio, que tomar otro camino diferente en la defensa del naturismo.

Somos un grupo de gente joven, con una selecta mezcla de veteranos naturistas de toda la vida, y con unas increíbles ganas de trabajar en pro del naturismo.

Queremos agradecer muy sinceramente, a todas las personas particulares y Asociaciones naturistas que nos han ayudado, en estos primeros momentos tan difíciles, del nacimiento de nuestra Asociación.

También queremos aprovechar, para hacer un llamamiento a todos los naturistas de Euskadi, que realmente somos muchos, para que se unan a nosotros, y entre todos poder hacer de nuestra Asociación un grupo importante dentro del Naturismo mundial.

## EL EQUIPO DE REDACCIÓN

**NOTA:**

Nuestra Asociación no se hace responsable, bajo ningún concepto, de las opiniones y artículos publicados en este boletín.La responsabilidad es plena del autor del artículo.

# *Nuestra Asociación*

---

## ENCUENTROS EN LA TERCERA FASE

Hace 20 ó 25 años se empezaron a divisar en nuestras costas, allá a lo lejos, entre las rocas o en las esquinas de las playas de difícil acceso, personas osadas que parecían estar desnudas. Gente que se atrevía a desafiar al omnipresente censor de las libertades físicas y políticas en que se había convertido el último dictador de este país. Gente que desafiando a los picoletos se quitaba el corsé de la falsa moralidad y daba rienda suelta a su cuerpo, su vida y su forma de pensar. **Fué la primera fase.**

La segunda fase, una vez desaparecido el fabricante de “cinturones de castidad”, fué que esta gente se fué acercando desde los extremos del destierro, allá en las rocas y al igual que una ola salvaje y llena de vida, fué a depositarse suavemente sobre una arena impregnada de libertad y normalización, hacia lo más natural que tiene su cuerpo, **su propia desnudez.**

En esta segunda fase, estos cuerpos desnudos de toda hipocresía, se juntaron, se conocieron, se agruparon y se constituyeron en Asociaciones para defenderse de los reductos y desagües del franquismo.

Pero hoy, despues de 23 años de lucha contra las aguas turbias de la incompresión, y cuando las depuradoras de mentiras y cinismo devuelven su esplendor y claridad a las aguas naturales de nuestras costas, a la vera de nuestra ría (Nervión) nace E.N.E. (Euskal Naturista Elkarte/Asociación de Naturistas Vascos). Con la pretensión de realizar los encuentros en la **tercera fase.** Una tercera fase de encuentros, para promulgar las bondades del Naturismo. E.N.E. no nace para defenderse, sino para conquistar espacios, donde airear su forma de vivir, de pensar, de actuar. E.N.E. quiere llevar a la mente de toda persona, **su respeto** hacia la naturaleza, hacia las libertades de cada persona, y el respeto a su propio cuerpo y el de los demás. E.N.E. nace libre, libre al aire y al sol; a todas las ideas, a todas las personas, sin cortapisas de edad, sexo e ideología política.

Entra en la tercera fase y únete a E.N.E., el Naturismo vencerá.

Koldo Garcia Arizmendi  
Presidente de E.N.E. - A.N.A.V.

# Nuestras Playas

---

## ARNAOUTCHOT EL GRAN DOMINIO NATURISTA ATLÁNTICO.

No es extraño que cuando se habla del Naturismo se tome como referencia al País Francés. No en vano, el Naturismo en este país lleva inmerso en la vida de sus gentes desde hace muchísimos años, y ha calado profundamente en sus habitantes como una forma de vida totalmente acorde con la naturaleza y el respeto al medio ambiente. En este clima tan propicio para el Naturismo que tienen nuestros vecinos galos, no es raro que se creen cantidad de grupos de amigos naturistas que, uniéndose, formen asociaciones territoriales o comarcales que defiendan sus ideas por este tema. Y no es menos raro que, así mismo, se creen igualmente gran cantidad de lugares en donde poder practicar el Naturismo. Con ese afán de potenciar el Naturismo, aparece, ya hace tiempo, un lugar especial en la costa atlántica que viene a satisfacer las necesidades naturistas de la zona denominada "Landas". Estamos hablando del "Dominio Naturista de Arnaoutchot".



Arnaoutchot, o Arna, como les gusta llamarlo a nuestros vecinos, un lugar bonito donde los haya, donde el microclima y la naturaleza en general se alían para formar un lugar de ensueño al borde del mar. Descubriremos Arna como definitivamente tónico, por las

olas que nos darán un masaje, por la espuma que nos acariciará, por una suave brisa, o por los rayos de un sol bienhechor. Arna nos ofrece cuidados a cada instante, al borde del océano y de sus playas, en una naturaleza protegida para el Naturismo, en dónde la imaginación y la libertad harán de nuestra estancia días de plenitud.

Una atmósfera de tolerancia, un lugar, sus comercios. El pan, los bollos, una pescadería, un bar, un restaurante, una pizzería. Lugares para encontrarse, hablar, reír e intercambiar ideas. Un pinar de treinta años, con sus caminos peatonales. Piscinas para todos los gustos y tenis, minigolf, teatro al aire libre... De hecho, un verdadero

# *Arnaoutchot*

---

pueblo, con un alma, su ritmo y sus habitantes.

Para los padres, el placer de ver a sus hijos vivir en plena naturaleza, con sus nuevos amigos, descubriendo deportes nuevos, enriqueciéndose gracias a nuevos encuentros, alegrándose con actividades nuevas. Para los padres, compartir sus experiencias del día, a su propio ritmo, pudiendo encontrarse también entre adultos, sin reserva mental, o el simple placer de días completos.

La ocasión para los adultos de respirar a pleno pulmón, de ponerse en forma, caminando, nadando o haciendo gimnasia o tomando una sauna. La ocasión de practicar uno de los muchos deportes ofrecidos, de la práctica del golf al tenis, del senderismo al cicloturismo. La ocasión de ejercitarse en el arte manual. La ocasión de participar en las múltiples animaciones de noche.



En definitiva, un lugar donde el respeto a los demás, respeto a la naturaleza, y el espíritu naturista en común, hacen que adorarlos solo sea una cuestión de minutos.

Modesto Hernandez Hernandez  
Vicepresidente de E. N. E. - A. N. A. V.

# *De Vacaciones en . . . .*

---

## **VERA (ALMERÍA)**

A 1.010 Kms. de Bilbo, si te decides a pasar por Alicante, para disfrutar de todo el viaje por autovía, ó a 930 Kms. si prefieres cabalgar por el tramo de carretera general, entre Albacete y Murcia, con bastante tráfico por cierto, entramos en la provincia de Almería y nos encontramos con el magnífico pueblo de VERA.

Es cuando de verdad se nota ese airecillo de vacaciones, que llegada una época, todos necesitamos.

Cruzamos la nueva variante, que evita pasar por el centro del pueblo y nos dirigimos hacia las playas que se encuentran a 7 kilometros. Un magnífico lugar para descansar, y practicar el naturismo, despues de un viaje un poco pesado.

Existen varias posibilidades de alojamiento, desde la Urbanizaciones Natsun o Vera Luz, hasta el Hotel Vera Playa, pasando por el camping de Almanzora, y por las nuevas Urbanizaciones que se construyen actualmente, como son Vera Natura o Parque Vera. Todas a pié de la magnífica playa naturista.



Una magnífica playa Naturista rodea a estas Urbanizaciones, que se extiende a lo largo de ellas, con ese encanto especial que caracteriza a las Playas del Caribe.

En definitiva un sitio ideal para pasar unas vacaciones tranquilas.

En cuanto a la gastronomía del lugar, a 4 Kms se encuentra el pequeño pueblo pesquero de Garrucha, donde comer su buen pescado y mejor marisco, es una costumbre casi obligada, para los asiduos veraniantes del lugar y alrededores. Si lo que prefieres es degustar platos típicos, tanto andaluces como de otros lugares de España, el lugar adecuado es el pueblo de Turre, que se sitúa a 12 Kms. No debemos olvidar, que en Vera (pueblo), se encuentran dos de los mejores restaurantes de la zona, donde también se pueden degustar, desde los típicos platos andaluces, hasta las mejores carnes o pescados.

Si te parecen unas vacaciones demasiado tranquilas y algún día quieres dar marcha al cuerpo, te puedes acercar hasta cualquiera de las discotecas de verano de Mojacar, separada por 7 Kms, carretera de la costa.

Como os imaginareis, cuando finalizan las vacaciones y vuelves a tu vida normal, parece que todo ha sido un sueño, con la única diferencia, que los pantalones te están más justos.

## Breves

- **Buenas noticias.** Nuestras páginas de Internet, han sido visitadas hasta este momento por más de 2100 personas, desde el día 16 de Enero, que vieron la luz.
- En los primeros días del mes de Mayo, concretamente desde el día 1 y hasta el día 3, tendrá lugar la reunión anual con la Federación Internacional de Naturismo. En esta ocasión la cita es en el Camping del Templo del Sol, en L'Hospitalet del l'Infant (Tarragona).
- E.N.E. ya ha solicitado la entrada en la F.E.N./F.N.I. Esperemos que los trámites no se alarguen demasiado y pronto podamos estar integrados.

## Staff

Presidencia: Koldo Garcia  
Vicepresidencia: Modesto Hernandez  
Secretaría: Isidoro Sanchez  
Tesorería: Mónica Diez  
Vocalía 1ª: Angel Miguel Tejada  
Vocalía 2ª: Fernando Nikolas  
Vocalía 3ª: Juan Luis Blanco

Edita:  
Euskal Naturista Elkarte "E.N.E."  
Asociación de Naturistas Vascos  
"A.N.A.V."

Dirección Postal:  
Apartado de Correos nº 94  
48900-BARAKALDO (BIZKAIA)

Dirección Electrónica:  
guigardet@redestb.es

Teléfono: (909) 48.78.26

Dirección en Internet:  
<http://www.redestb.es/anae>

# *Naturismo y Salud*

---

En los últimos tiempos, parece como si estuviéramos asistiendo a un regreso a la **Medicina “natural”** frente a la **Medicina “científica”**, a métodos tradicionales de curación frente a los medicamentos modernos.

En éstas páginas no se trata de hacer apología de las hierbas, frente a los fármacos, sino de abogar por una vida más sana, sin apuntar a una u otra dirección.

Quien escribe esto, es un Licenciado en Medicina y a la vez es naturista, pero no es un “**médico naturista**”, por eso los consejos, sugerencias y alternativas que en estas páginas de nuestro boletín, irán apareciendo, serán simplemente eso, consejos, para una vida más sana, sin caer en el curanderismo ni en el tradicionalismo.

Por eso, en los próximos meses, en la última página de “**NATURAL**”, hablaremos de los beneficios y también por supuesto de los perjuicios del sol (en exceso), de qué es una alimentación sana, de hábitos sanos de vida, de qué hacer ante cosas tan comunes, como una picadura, una quemadura, un atragantamiento....., en resumen de como llevar una vida más sana y natural.

Así mismo, habrá un espacio , en el que podrán preguntar nuestros socios y lectores, que podrán así resolver sus dudas sobre pequeños problemas de salud.

Esperamos que ésta página de salud, ayude a que el Naturismo, entendido como una forma diferente de ver la vida, nos ayude a llevar una existencia más feliz y provechosa.

Estaremos en contacto.

Angel M. Tejada Calabia  
Licenciado en Medicina  
Vocal de E.N.E. - A.N.A.V.