



Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100 - MOLLET DEL VALLÈS
Tel/fax: 935791285 a/e: cmuntanyencmollet@gmail.com http://www.cmmollet.cat



Juliol 2018

30 de juny i 1 de juliol - Extrem

100 Cims: Cim Número 100 -
Montsent de Pallars 2.883 m.

(Pallars Jussà)

Vocal: **Mar Fernández**

Recorreguts:

Dissabte 30: Roca Roja (1.239 m), recorregut de 10,5 km amb un desnivell aproximat de +- ↑400 m i 4 hores de durada.

Dificultat: Baixa.

Diumenge 1: Montsent de Pallars (2.883 m), recorregut de 10 km amb un desnivell de +- ↑750 metres i 6 hores de durada.

Dificultat: Mitjana - Alta.

Allotjament: Alberg les Estades (Rialp). Interessats: és oberta la llista d'espera.

Cal portar: Llençol, tovallola, xancles de bany, aigua, botes de muntanya que no rellisquin i puguin trepitjar neu, ulleres de sol, crema solar, roba abrigar i de pluja, bastons i paraneus.

Dinars: Cal emportar-se l'esmorzar de dissabte i els dinars de dissabte i diumenge; a més a més s'aconsella portar fruits secs, barretes, galetes o similars.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca, dissabte dia 30 a les 9.00 hores

Transport: Vehicles particulars.

Retorn: Diumenge es preveu l'arribada a Mollet entre les 21.00 h i les 22.00 hores.

Observacions:

Dificultats tècniques: L'ascensió al Montsent de Pallars és sobtada i herbada fins a la progressió en roca, la baixada és pedregosa. [Cal portar grampons i piolet.](#)

Cartografia: Vall Fosca - Montsent de Pallars. Ed. Alpina 1:25.000.

Diumenge - 1 - Tots

Mollet - Mongat.

(Vallès Oriental / Maresme)

Vocal: **Josep Farré**

Recorregut: caminada de 17 km des de Mollet fins a la platja de Montgat.

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Esmorzar, aigua, tovallola i banyador.

Lloc de sortida: Parada de taxis de Mollet, a les 6.30 h.

Transport: Tornada en tren.

Dies - 7 i 8 - Extrem

Sortida d'Alta Muntanya a Punta Suelza 2972 m.

(Osca)

Vocal: **Mar Fernández**

Recorreguts:

Dissabte 7: Llanos de la Larri, recorregut de 10,5 km amb un desnivell aproximat de +- ↑550 m i 4 hores de durada.

Dificultat: Baixa.

Diumenge 8: Punta Suelza (2.972 m), recorregut de 17 km amb un desnivell de +- ↑1000 m i 7 hores de durada.

Dificultat: Alta. La duresa de la sortida radicarà en la neu i les condicions que trobem.

Allotjament: Hotel Mediodia (Plan). Interessats: és oberta la llista d'espera.

Cal portar: Grampons i piolet, botes de muntanya per trepitjar neu, ulleres de sol, crema solar, bastons, roba abrigar i de pluja, paraneus, bastons amb volanderes.

Dinars: Cal emportar-se l'esmorzar i dinar de dissabte i el dinar de diumenge.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca, dissabte dia 7 a les 6.00 hores del matí.

Transport: Vehicles particulars.

Retorn: Diumenge es preveu l'arribada a Mollet no abans de les 22.00 hores.

Observacions: La resta de l'import de la sortida s'abonarà el mateix dia de la sortida. Cal estar federats.

Cartografia: Bachimala. Ed. Alpina 1:25.000

Dies - 14 i 15 - Ferrades

Ferrades a Andorra.

(Andorra)

Dificultat: Mitjana - Alta.
Cal portar: Material per ferrades.
Altres: Les condicions de l'activitat es consensuaran entre els participants.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h.
Transport: Vehicles particulars

Hem de [reservar](#) lloc per dormir a l'[alberg Aina de Canillo](#). Els que estigueu interessats poseu-vos en [contacte amb l'Emilio o l'Alfons](#).

Diumenge - 15 - Extrem

Riudarenes - Montcorb.

(Selva)

Vocal: **Toni Baldó**

Recorregut: 11 km amb un desnivell de $\uparrow 122$ m / $\downarrow 122$ m i una durada de 4 hores.
Dificultat: Fàcil.
Cal portar: Esmorzar, aigua i equipament personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca, a les 7.30 h.
Transport: Vehicles particulars.

Altres: Possibilitat de dinar de restaurant a l'aire lliure. Places limitades; si n'esteu interessats, feu la reserva una setmana abans de la sortida, marcant la casella al full d'inscripció de l'activitat. Restaurant Pínic Els Avets, preu 23 €.

Diumenge - 22 - Espeleo

Barranc Els Canals.

(Garrotxa)

Més informació

Contactar amb el vocal **Fernando Cervilla****Dies 12 - 13 i 14 d'octubre**

100 Cims: Estada a la Vall d'Aran
 Montcorbison 2173 m - Maubèrme 2882 m - Montludde 2518 m.

Vocals: **Mar Fernández i Carlos Revilla**

Divendres 12: Montcorbison (2173 m) - 8,5 km amb un desnivell de +- $\uparrow 650$ i una durada de 4.30 hores.

Dificultat: Mitjana.

Dissabte 13: Maubèrme (2882 m) - 12,5 km amb un desnivell de +- $\uparrow 900$ i una durada de 7.30 hores

Dificultat: Alta.

Diumenge 14: Montludde (2518 m) - 11 km amb un desnivell de +- $\uparrow 750$ i una durada de 4.30 hores.

Dificultat: Mitjana.

Transport: Vehicles particulars.

Inscripcions: S'obre els períodes d'inscripcions el 29 de juny i es tanca el 14 de setembre: els socis del Club del 29 de juny al 13 de juliol, [les persones no sòcies a partir del 14 de juliol i fins al 14 de setembre obert a tothom, socis i no socis](#). Places limitades. Cal avançar una paga i senyal de 20 € en el moment d'inscriure's.

Cartografia: Vall d'Aran. Editorial Alpina 1:40.000.



RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2018, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (5 €/DIA)!!