



cam@centreexcursionistamontserrat.cat



c/.Vilanova,nº24 entresol. 08240 Manresa
telf. 93 8725312
www.centreexcursionistamontserrat.cat
secreteria@centreexcursionistamontserrat.cat

CAM Club Alpí Montserrat - CEM Centre Excursionista Montserrat

Temporada - 2011-2012

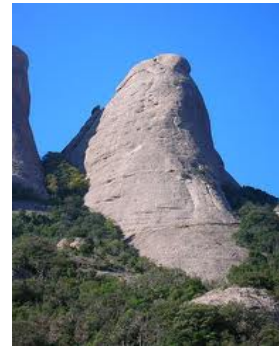
Sortida a ... **Gorra Frígia. Camí equipat-Tècniques de rapel.**



Data: **14 de desembre de 2013**



Desnivell: **450 m**



Horari aproximat: **6 hores.**



Situació: **Montserrat**



Itinerari: **Monestir de Montserrat-Pas dels Francesos-Pza. Santa Ana-Cami de Sant Joan-Gorra Frigia**



Cartografia: **Montserrat E-25 Guia Alpina.**



Resenya del recorregut: <http://posatlesbotes.blogspot.com/2011/03/sta-cecilia-gorra-frigia-canal-st.html>



Dificultat: **Mitjana. Camí equipat y grimpada. Tècniques de rapel.**



Material: **Arnés i casc (no de bicicleta), devallador, 2 mosquetons de seguretat,cinta dissipadora o baga d'ancoratge 2 mosquetons d'alumini,cinta llarga, cordino de 5 mm, guants, roba d'abric i dinar.**



Pernoctació: **No hi ha per ser sortida de un sol dia.**



Persona de contacte: **Antonio - Carles**
...o be a la secretaría del Centre: dilluns, dimarts i dijous de 18.0 a 21.0h. telf. 938725312



Lloc i hora de trobada: El dijous anterior a cada sortida, es fa una reunió al local del Centre Excursionista, on es decideix el lloc i l' hora de trobada, així com els detalls relacionats.
Es procura al següent dia comunicar via mail, a tots aquells que no han pogut assistir, les decisions preses.



No es necessari ser soci del CEM per poguer participar en la sortida, pero si es imprescindible tenir la federativa de no ser així, es tramitarà per aquesta activitat en concret.

Aquestes sortides es podran aplaçar, modificar o anular, segons criteri dels organitzadors, quan les condicions per realitzar les no siguin les adequades

Podeu trobar la normativa del CAM a la página web del Centre:

www.centreexcursionistamontserrat.cat