



cam@centreexcursionistamontserrat.cat



c/. Vilanova, n°24 entresol. 08240 Manresa
telf. 93 8725312
horari atenció: dilluns i dijous de 18:00 a 21:00
secretaria@centreexcursionistamontserrat.cat
www.centreexcursionistamontserrat.cat

CAM Club Alpí Montserrat - CEM Centre Excursionista Montserrat

Temporada - 2016-2017

Per participar en aquestes activitats és imprescindible inscriure's prèviament a la secretaria del Centre.
Podeu fer-ho per mail o presencialment, fins al dijous anterior de cada sortida.

Sortida a ... **Cim del Far (1123)**



Data: **18/desembre/2016**



Distància: **1: 14,77 km. 936 mts. o 2:**
Desnivell: **07,50 km. 370 mts.**



Horari aproximat: **de 3 a 5 hores (segons itinerari)**



Nivell

1



Situació: **Susqueda. La Selva**



Itinerari: **1: Gorg de Santa Margarida(Les Planes d'Hostoles)-Roure Gros de la Xuriguera-El Far...**
2: Sant Martí Sacalm - Grau de Sant Martí - Mare de Deu del Far...



Cartografia: **ICC- 1:25.000**



Resenya del recorregut: **Recorregut, amb dues opcions:**
<http://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=6888729>
http://www.pujades.net/rutes/rutes_peu/el_far.html



Material: **El necessari per una sortida d'un dia. No cal material tècnic.**



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



Persona de contacte: **(inscripció prèvia a la secretaria del Centre, per mail o presencialment) dilluns i dijous 18:00 a 21:00 tlf.: 93 872 53 12 secretaria@centreexcursionistamontserrat.cat**
Jordi Solé telf. 649 90 94 87



Lloc i hora de trobada: **A les 7:45h. per sortir a les 8:00h. Al parking del Lidth. (polígon Els Dolors).**

Classificació del Nivell d'activitat física i tècnica. (cada nivell superior, implica assolir els anteriors):

- 0** Nivell físic mínim per assolir caminades fins a prox. 6 hores i/o uns 500 mts de desnivell.
- 1** Nivell físic mínim per assolir desnivells fins a 1000 mt. i/o caminades de 8 hores.
- 2** Ser capaç, si és necessari, de fer servir les mans per progressar per la zona. (canals, crestes, grimpades, camí equipat...)
- 3** Ús de material tècnic per progressar per el medi. (raquetes, grampons, piolet, esquís...)
- 4** Ús i domini de tècniques artificials per avançar. (ascensió amb cordes, rapels...)
- 5** Ser autònom i dominar perfectament totes les tècniques d'alpinisme tant d'estiu com hivernals.
- +** Per les activitats marcades amb el símbol (+), segons les condicions, serà imprescindible portar el sistema de seguretat ARVA.



Aquestes sortides es podran aplaçar, modificar o anular, segons criteri dels organitzadors, quan les condicions per realitzar-les no siguin les adequades. - Els socis del Centre tenen l'assegurança coberta, els NO socis, hauran de presentar la federativa o be tramitar-la per aquesta activitat. - No es tramitan assegurances el mateix dia. - L'organització no es fa responsable dels accidents que es puguin produir o de qualsevol contratemps que pugui succeir. - La participació a l'activitat implica la col·laboració de 2€. els socis, i 4€. els NO socis, en concepte de despeses d'organització, que s'abonaran en efectiu el dia de la sortida, a la persona coordinadora de la mateixa.

Amb la col.laboració de:

Ajuntament  de Manresa

 **Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

Regió7
EL DIARI DE LA CATALUNYA CENTRAL