



CLUB EXCURSIONISTA MONTGRÍ

FITXA DE LA CAMINADA:

Cap de Creus

DATA

12/11/2023

RECORREGUT - PUNTS D'INTERES :

Far Cap de Creus - Cala Culip - Paratge de Tudela - Cala Portaló - Cala Galladera - Cala Prona

PUNT DE CONCENTRACIÓ

Lloc	Espai Ter	https://maps.app.goo.gl/cymypTZSLCDDg1sh7
Hora	7:00	
Itinerari a punt sortida	Espai Ter. Al punt de sortida indicat	
Distància en kms/Temps	65 Km	1'15 h des de Torroella Despeses x cotxe a 0'20 €/km = 26 €

INICI CAMINADA

Hora d'arribada al lloc d'inici	8:15
Hora d'inici caminada	8:20
Lloc inici caminada	Punt de sortida indicat al trak https://maps.app.goo.gl/R9zuePyvAiGLEHmp9

FI CAMINADA

Hora finalització aprox.	0:00
Lloc i geolocalització	Punt d'arribada indicat al trak https://maps.app.goo.gl/dVbmC9t2kRcaAAXn8

INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

Tipus caminada:	CIRCULAR
Quilometres s/ traç	16,54 kms
Desnivell previst pujant.	644 m
Desnivell previst baixant.	644 m
Màxima altitud prevista.	133 m
Mínima altitud prevista s/ traç	4 m
Trak Wikiloc de referència	
Trak Wikiloc complementari 1	https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/el-far-de-cap-de-creus-cala-culip-paratge-de-tudela-cala-portalo-cala-galladera-cala-prona-12360742
DIFICULTAT: INDEX IBP	66

QUIN TEMPS FARÀ.

Data previsió	12/11/2023
Previsió del temps.	https://www.meteoblue.com/es/tiempo/semana/cap-de-creus_espa%3cb1a_3124273
Prev. temps complementaria	https://www.windguru.cz/map/station/?lat=42.3348477521954&lon=3.178514782461093&zoom=9.31947687270404

VARIS

Enllaços d'interès:	https://ca.wikipedia.org/wiki/Cap_de_Creus
	https://ca.wikipedia.org/wiki/Club_M%C3%A9diterran%C3%A9_(Cap_de_Creus)

RESTAURANT

Per dinar es poden portar carmanyoles, bocates, o anar al d	https://maps.app.goo.gl/Qdxcg5dAYWKcgV86A
Restaurant La Balleta	Telèfon: 637937583 Menú: 30 €

IMPORTANT:

Aneu ben calçats i porteu roba d'abric i capelina

És l'obligació dels participants estudiar els detalls de la caminada i valorar la seva participació d'acord amb les circumstàncies personals.

Es una caminada d'una exigència física i tècnica entre moderada i forta, apte per a persones acostumades a caminar habitualment per la muntanya.

Haurém de portar esmorzar, barretes energètiques i aigua suficient amb escreix, que cadascú cregui que necessita.

L'us de bastons ens pots ser útil durant bona part del recorregut.

Planifiquen els desplaçaments, cal ser puntual al lloc indicat, la impuntualitat perjudica als demés.

És important caminar en grup i en tot cas, els que caminen darrera, hauran d'estar atents a que ningú quedi despenjat.

CAL TENIR EN COMPTE:

La participació a la ruta és lliure, gratuïta i pel propi compte i risc. L'organització no es fa responsable de danys ni perjudicis que es derivin de la participació.

Per realitzar aquesta activitat és obligatori estar federat amb la llicència FEEC o tenir contractada una assegurança en cas de rescat o accident.

Els menors han de venir acompanyats per un adult que se'n farà responsable en tot moment.

Cal portar esmorzar, aigua, barretes energètiques i anar ben calçat i equipat d'acord amb les previsions meteorològiques i a les circumstàncies individuals.

Tret de l'hora de sortida, els horaris previstos són orientatius i els temps calculats, aproximats.

La recomanació de compartir cotxe i/o despeses depèn de la voluntat entre particulars. L'emissor/ors d'aquest correu, únicament reserven plaça quan el desplaçament s'organitza amb el lloguer d'autobús o transport públic.

Que durant la ruta es poden fer fotografies que posteriorment se'n pot fer difusió a la resta de participants o al conjunt del grup o fer-les públiques. Si algun participant té algun inconvenient personal o familiar en aparèixer a les imatges, cal que prèviament ho manifesti als organitzadors de la ruta.

L'emissor/ors d'aquest correu o organitzadors podran canviar o suspendre la ruta si causes imprevistes ho fan aconsellable. També en cas de mal temps. Consulteu la previsió meteorològica 12 hores abans de l'hora de sortir. També consulteu el vostre WhatsApp per qualsevol canvi d'última hora.

Respectar l'entorn natural, no tocar els animals, emportar-se les deixalles i dipositar-les en un contenidor.

Que com a activitat de lleure que fem, cal respectar les aficions particulars però essent sensible a les prioritats del grup.

Quan anem en grup, ni avancem al guia ni fem esperar el grup, ens adaptem al ritme de la colla.

Per participar a aquesta activitat cal respondre aquest comunicació i la seva resposta implica l'acceptació d'aquestes normes i a les instruccions que l'organitzador pugui realitzar.