

		CLUB EXCURSIONISTA MONTGRÍ					
FITXA DE LA CAMINADA:				DATA		26/11/2023	
Caus del Montgrí				PARC NATURAL DEL MONTGRÍ I BAIX TER			
RECORREGUT - PUNTS D'INTERES							
Caus del Montplà-Cau Figuera-Cau Olivar Margall-Cau Rovira-Montplà-Cau Dents-Barraca Pastors-Sta Caterina							
PUNT DE CONCENTRACIÓ							
Lloc	Espai Montgrí			https://goo.gl/maps/nuWMI8u71L34Hi4b9			
Hora	8:00						
Itinerari a punt sortida:	Al punt de sortida indicat						
Distància en km/Temps	7,94 km		Des de Torroella				
INICI CAMINADA							
Hora d'arribada al lloc d'inici	7:50:00						
Hora d'inici caminada.	8:00						
Lloc inici caminada	Punt de sortida indicat al track			https://goo.gl/maps/nuWMI8u71L34Hi4b9			
FI CAMINADA							
Hora Prevista finalització	12:00						
Lloc i geolocalització	Punt d'arribada indicat al track			https://goo.gl/maps/nuWMI8u71L34Hi4b9			
INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA							
Tipus caminada:	CIRCULAR						
Quilòmetres s/ track	7,94 km						
Desnivell previst pujant	469 m						
Desnivell previst baixant	469 m						
Màxima altitud prevista	306 m						
Minima altitud prevista	45 m						
Track Wikiloc de referencia	https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/caus-del-montpla-torroella-cau-figuera-cau-olivar-margall-cau-rovira-montpla-cau-dents-barraca-past-68771103						
Track Wikiloc							
DIFICULTAT: INDEX IBP	52						
QUIN TEMPS FARÀ:							
Data previsió	26/11/2023						
Previsió del temps.	https://www.meteoblue.com/es/tiempo/14-dias/torroella-de-montgr%C3%ADad-espac%C3%B1a-3107700						
complementària	https://www.windguru.cz/29968						
VARIS							
Enllaços d'interes:	https://ca.wikipedia.org/wiki/Les_Dunes_(Torroella_de_Montgr%C3%ADAD)						
	https://ca.wikipedia.org/wiki/Parc_Natural_del_Montgr%C3%ADAD,_les_Illes_Medes_i_el_Baix_Ter						
RESTAURANT							
Cadascú a casa seva.							
	Telèfon:				Menú:		
IMPORTANT							
Aneu ben calçats.							
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 fàcil i apte per a persones acostumades a caminar habitualment per la muntanya.							
Haurem de portar esmorzar, barretes energètiques i aigua suficient amb escreix, que cadascú cregui que necessita.							
L'us de bastons ens pots ser útil durant alguna part del recorregut.							
Planifiquen els desplaçaments, cal ser puntual al lloc indicat, la impuntualitat perjudica als demès.							
Es 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 publiques. 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.							