



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA MUNTANYA
Sant Andreu de Palomar



ENTRE SETMANA

PUJOL de la MATA i MONTCAU

Data de la sortida			
06 de març del 2019			
Itinerari: Coll d'Estenalles, la Mata, cova Muronell, Pujol de la Mata (petita grimpada, 2 esglaons), a prop Falconera, coll d'Estenalles, Montcau per aresta sud oest, baixada aresta sud est o normal, coll d'Eres i coll d'Estenalles.			
Enllaç al track, si és possible.			
Dificultat	3	POC DIFÍCIL -Corriol estret, pedregós i irregular-No necessàriament senyalitzat-Possibilitat, excepcionalment, poc freqüentat-Progressions curtes amb ajut de les mans. (I)-Per a excursionistes habituals.	
Desnivells	2	+580 m-580 m	
Distància	2	10 km	
Temps de marxa efectiva	3	04 h 30'	
Altres característiques	Compte! alguna grimpada		
Pernocta:	NO		
Mapes i informació: editorial Alpina St. Llorenç del Munt l'Obac 1/25.000			
Nombre de places: 12			
Viatge en: cotxes			
Coordinació			
Vocal: Pep Manel		Telèfon: 699955376	
Vocal:		Telèfon:	
Lloc de trobada: Fabra i Puig / RENFE			
Hora de trobada: 07:20 am		Hora de sortida: 07:30 am	
Reunió informativa prèvia: No			
Preus Inscripció			
Socis AEM	5€ cotxe ple	Llicència Temporal	5€
Observacions			
2 cims del llistat dels 100 cims			
Material necessari			
Calçat adient i en bon estat-Roba d'abric per fred, pluja i vent-Frontal (AMB LES PILES COM-PROVADES)-Xiulet-Aigua-Pals.			
Al llarg de tota la sortida s'ha de romandre entre el vocal de cap i el de cua.			
Si us cal deixar el camí per atendre necessitats fisiològiques, deixeu la vostra motxilla al mig del camí o que alguna persona us esperi fins que arribi el vocal de cua.			
Per apuntar-se: al 933.469.604 dimarts i dijous de 19h a 22h o a aem@aemuntanya.cat			
PER PRENDRE PART DE LES ACTIVITATS QUE PODEN INCLOURE RISC FÍSIC DELS PARTICIPANTS ÉS IMPRESCINDIBLE ESTAR EN POSSESIÓ DE LA MODALITAT DEL CARNET FEDERATIU ADIENT AMB L'ACTIVITAT CORRESPONENT O ASSEGURANÇA TEMPORAL QUE COBREIXI ACCIDENTS DE MUNTANYA.			