



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA MUNTANYA  
Sant Andreu de Palomar



**ENTRE SETMANA**

**ROCA ENCAVALCADA i MONTCAU (Vallès  
Occidental)**

<b>Data de la sortida</b>			
03 de juliol del 2019			
<b>Itinerari:</b> Coll d'Estenalles, Font, camí de Montcau a la Mola, Roca Encavalcada, Coll d'Eres, Montcau, aresta Sud, descens per aresta Sud-oest, Coll d'Estenalles.			
Enllaç al track, si és possible.			
<b>Dificultat</b>	<b>3</b>	<b>POC DIFÍCIL</b> -Corriol estret, pedregós i irregular-No necessàriament senyalitzat-Possibilitat, excepcionalment, poc freqüentat-Progressions curtes amb ajut de les mans. (I)-Per a excursionistes habituals.	
<b>Desnivells</b>	<b>2</b>	+325 m -325 m	
<b>Distància</b>	<b>2</b>	06,0 km	
<b>Temps de marxa efectiva</b>	<b>2</b>	02 h 30'	
<b>Altres característiques</b>	Tram aeri, ambient		
<b>Pernocta:</b>	NO		
<b>Mapes i informació:</b> editorial Alpina St. Llorenç del Munt l'Obac 1/25.000			
<b>Nombre de places:</b> 12			
<b>Viatge en:</b> Cotxes particulars			
<b>Coordinació</b>			
<b>Vocal:</b> Pep Manel Jiménez		<b>Telèfon:</b> 699 955 376	
<b>Vocal:</b>		<b>Telèfon:</b>	
<b>Lloc de trobada:</b> Fabra i Puig/Meridiana			
<b>Hora de trobada:</b> 08h40 am		<b>Hora de sortida:</b> 08h45 am	
<b>Reunió informativa prèvia:</b> No			
<b>Preus Inscripció</b>			
<b>Socis AEM</b>	<b>5€ cotxe ple</b>	<b>Llicència Temporal</b>	<b>5€</b>
<b>Observacions</b>			
<b>Material necessari</b>			
Calçat adient i en bon estat-Roba d'abric per fred, pluja i vent-Frontal (AMB LES PILES COM-PROVADES)-Xiulet-Aigua-Pals.			
<b>Al llarg de tota la sortida s'ha de romandre entre el vocal de cap i el de cua.</b>			
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 <a href="mailto:aem@aemuntanya.cat">aem@aemuntanya.cat</a>			
<b>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.</b>			