



Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

Nom de l'excursió:





Matinal avis caminaires/Galzeran, fonts de Sta. Maria de Martorelles, Castellruf






Indret: **La Conreria**

Data: **15 d'abril del 2021**

Temps aproximació amb cotxe: **30 minuts**

Temps de marxa (sense parades): **3 hores**

DIFICULTAT El grau de dificultat s'indica d'acord amb la taula que hi ha al final de la fitxa	 Severitat del terreny: 1	 Dificultat d'orientació: 1
	 Dificultat desplaçament: 3	 Esforç necessari: 2

 Desnivell de pujada: 350	 Desnivell de baixada: 350
 Desnivell acumulat: 700	 Distància: 10 km
 Tipus de recorregut (linial/circular): Circular	

Responsable i telèfon de contacte: **Glòria Martín / (640062064)**

Nº màxim d'assistents: **15**

Nombre real d'assistents:

Hora de sortida: **9:30 h**

Lloc de sortida: aparcament La Quintana **s'ha de portar vehicle pel desplaçament fins l'inici de la ruta a l'urbanització Alella Parc**

Data màxima d'inscripció: **14**

Descripció ruta i altres informacions d'interès: **Ruta circular que transcorre pel massís de la Conreria. S'inicia en un dels trams del GR-92 del municipi d'Alella en direcció al Turó de Galceran. Passen per algunes de les fonts de Sta. Maria de Martorelles, la del Ferro i la de la Teula, també pujarem al poblat ibèric de Castellruf, on visitarem les restes arqueològiques, on actualment estan treballant. També veurem els dòlmens de Castellruf i de Can Gurri. Despres d'una baixada pronunciada arribarem al final de la ruta.**



Track: Galzeran- fonts de Sta- Maria de Martore

Mapa:



Senderisme (Rutes Senderisme a Espanya → Catalunya → la Conreria)

Galzeran, fonts de Sta. Maria de Martorelles 8

Afegeix a la llista

Comparteix Modifica



Enllaços (web i pdf descarregables): <https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/galzeran-fonts-de-sta-maria-de-martorelles-69959554>

Equipament i material imprescindible

Organització

Emisores
Farmaciola bàsica
GPS o mapa i brúixola
Telèfons de contacte

Individual

Protecció solar
Tallavents
Guants
Folre polar
Gorra, barret
Manta d'emergència
Frontal o lot
Bastons de tresc
Menjar i aigua

Opcional

Farmaciola personal
Manta d'emergència

Material tècnic addicional i específic per la sortida:

Informe i valoració final:

GUIA PER LA VALORACIÓ DEL GRAU DE DIFICULTAT	
<p>Duresa del terreny</p> <p>1 – El terreny no està exempt de riscos 2 – Hi ha més d'un factor de risc 3 – Hi ha diversos factors de risc 4 – Hi ha bastants factors de risc 5 – Hi ha molts factors de risc</p>	<p>Dificultat d'orientació de l'itinerari</p> <p>1 – Camins i cruïlles ben definits 2 – Senders o senyalització que indica la continuïtat 3 – Exigeix la identificació precisa d'accidents geogràfics i punts cardinals 4 – Exigeix navegació fora de traça 5 – La navegació està interrompuda per obstacles que cal vorejar</p>
<p>Dificultat del desplaçament</p> <p>1 – Marxa per superfície plana 2 – Marxa per camins de ferradura 3 – Marxa per senders esgraonats o terreny irregular 4 – Cal l'ús de les mans o salts per a mantenir l'equilibri 5 – Demana l'ús de les mans per a la progressió</p>	<p>Esforç necessari</p> <p>1 – Fins a 1 h de marxa efectiva 2 – Entre 1 i 3 h de marxa efectiva 3 – Entre 3 i 6 h de marxa efectiva 4 – Entre 6 i 10 h de marxa efectiva 5 – Més de 10 h de marxa efectiva</p>