



Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

Nom de l'excursió: Raquetes Nocturnes – La Calme (Capcir)

Indret: **Font-Romeu (Capcir)**

Data: 12 de febrer 2022

Temps aproximació amb cotxe: 3h

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: 3



Dificultat desplaçament: 2



Esfors necessari: 2



Desnivell de pujada: 102 m



Desnivell de baixada: 102 m



Desnivell acumulat: 204 m



Distància: 5~6 km



Tipus de recorregut: linial circular

Responsable i telèfon de contacte: Albert Font - 689297517

Nº màxim d'assistents: 20~25

Nombre real d'assistents:

Hora de sortida: ~16h30

Lloc de sortida: Pàrquing Estació Ski Font-Romeu – La Calme

Data màxima d'inscripció: x/Feb

Descripció ruta i altres informacions d'interés:

Sortida de raquetes nocturnes per gaudir de la lluna plena. L'hora de trobada seria a les 16:15h en una zona d'aparcament ([Punt de Trobada](#)) 700m abans d'arribar al pàrquing del sector de La Calme (2000m) de l'estació d'esquí de Font-Romeu. L'hora de posar-nos en marxa seria a les 16:30h començant per una pista ample però que ràpidament ens endinsarem dins del bosc i anirem alternant clarianes amb zones de bosc creuant sovint les pistes de fons. Arribarem fins al Refugi de La Calma que està guardat i disposa de servei de restauració. En aquest punt, recuperarem forces i esperarem que es faci ben bé de nit per fer la tornada per una pista ampla i diafana, tot gaudint de la «gairebé» lluna plena (80%). Aquest pla és un bon mirador del Cadí, Tosa, Puigmal, Cambre d'Ase.

Track: Track aproximat de la ruta <https://ca.wikiloc.com/rutes-raquetes-de-neu/tc173-la-calma-43567631#lb-embed>

Mapa:

Enllaços (web i pdf descarregables):

Web només de referència, el punt de partida està 700m abans, tirant carretera avall, del que indica el mapa <https://ca.wikiloc.com/rutes-raquetes-de-neu/tc173-la-calma-43567631#lb-embed>

Equipament i material imprescindible

Organització

- Emissores
- Farmaciola bàsica
- GPS o mapa i brúixola
- Telèfons de contacte

Individual

- Protecció solar
- Ulleres de sol
- Tallavents
- Guants
- Folre polar
- Gorra, barret
- Manta d'emergència
- Frontal o lot
- Bastons de tresc
- Menjar i aigua
- Telèfon (carregat)

Opcional

- Farmaciola personal
- Manta d'emergència
- Roba de recanvi

Material tècnic addicional i específic per la sortida: Raquetes i paraneus

Informe i valoració final:

GUIA PER LA VALORACIÓ DEL GRAU DE DIFICULTAT

Duresa del terreny

- 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

Dificultat d'orientació de l'itinerari

- 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

Dificultat del desplaçament

- 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

Esforç necessari

- 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