

**Nom de l'excursió:** Vall de la Llosa - Refugi de l'Illa – Estany de Montmalús

**Indret:** La Vall de la Llosa (Cerdanya) - Refugi de l'Illa (Andorra) – Estanys de Montmalús (Cerdanya)

**Data:** 18 i 19 de juny






**Temps aproximació amb cotxe:**

2'45/3 hores (172Km)

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

Dia 18: 4hores. Dia 19: 5 hores

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

 <b>Desnivell de pujada:</b> dia 18: 1.013 mts.; dia 19: 238 mts.	 <b>Desnivell de baixada:</b> dia 19, 1.153 mts.
 <b>Desnivell acumulat:</b>	 <b>Distància:</b> Dia 18, 12 Km. Dia 19, 13 Km
 <b>Tipus de recorregut (linial/circular):</b> linial al principi i final, amb volta circular a la tornada per anar als estanys de Montmalús	

**Responsable i telèfon de contacte:** Bet Hosta 619009761

Nº màxim d'assistents:

Nombre real d'assistents:

Hora de sortida:

Lloc de sortida: aparcament La Quintana

Data màxima d'inscripció: 18 de maig

**Descripció ruta i altres informacions d'interès:**

**Dissabte:**

La sortida comença a Cal Jan de la Llosa, on s'hi arriba des de Viliella per una pista en no gaire bon estat (3km) i fan pagar 3€ en concepte d'aparcament. Comencem la ruta seguint el riu la Llosa pel GR 107 per una pista on hi passen alguns vehicles tot terreny fins al Prat Xiuxirà, aquí el camí ja es converteix amb un corriol que segueix el riu fins arribar a la Cabana dels Esparvers, on trobarem un pal indicador per continuar pel GR11 seguint el riu Vallcivera que ens durà a l'estany de l'Illa i al refugi on pernoctarem en règim de mitja pensió.

**Diumenge:**

Sortim del refugi de l'Illa per anar als estanys de Montmalús, agafem el camí que va a Grau Roig i en direcció al Pic de Montmalús carenejant una bona estona i gaudint d'un paisatge impressionant, fins a trobar un camí a la dreta que baixa fins als estanys. Per a la tornada, ens dirigim cap a Vallcivera i retrobem el GR11 cap a la cabana dels Esparvers, Prat Xiuxirà i la pista de retorn cap a Cal Jan de la Llosa.





#### 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

##### 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