












## Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

Nom de l'excursió: Montsent de Pallars	
Indret: Pallars Jussà	Data: 29/05/2022
15 mi des de l'Alberg	Temps de marxa (sense parades): 4 h

<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: 1	 Dificultat d'orientació: 2
	 Dificultat desplaçament: 3	 Esforç necessari: 3

 Desnivell de pujada: 1100 metres	 Desnivell de baixada: 1100 metres
 Desnivell acumulat:	 Distància: 11 km
 Tipus de recorregut (lineal/circular): lineal (travessa)	

Responsable i telèfon de contacte: Jordi Durany 607289474	
Nre. màxim d'assistents: 20	Nombre real d'assistents:
Hora de sortida: 09 h (Sallente)	Lloc de sortida: aparcament
Data màxima d'inscripció:	

Ruta amb un desnivell important però sense dificultats tècniques passant per senders i prats. Sortida i retorn al aparcament de la presa de Sallente.

Track: <https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/montsent-de-pallars-des-de-presa-sallente-53021062>

Mapa: Editorial alpina

Enllaços (web i pdf descarregables):

Equipament i material imprescindible		
Organització	Individual	Opcional
Emisores	Protecció solar	Farmaciola personal
Farmaciola bàsica	Tallavents	Manta d'emergència
GPS o mapa i brúixola	Guants	
Telèfons de contacte	Folre polar	
	Gorra, barret	
	Manta d'emergència	
	Frontal o lot	
	Bastons de tresc	
	Menjar i aigua	
Material tècnic addicional i específic per la sortida:		
Informe i valoració final:		

GUIA PER LA VALORACIÓ DEL GRAU DE DIFICULTAT	
<b>Duresa del terreny</b> 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	<b>Dificultat d'orientació de l'itinerari</b> 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
<b>Dificultat del desplaçament</b> 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	<b>Esforç necessari</b> 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