

## Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

**Nom de l'excursió:** Del Parc Forestal de Mataró a Port Balís pel GR-92

**Indret:** Parc del Montnegre Corredor i el Corredor

**Data:** 9 de març

**Temps aproximació amb cotxe:** 15 minuts

**Temps de marxa (sense parades):** 4 hores

### DIFICULTAT

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: 2



Esforç necessari: 2



Desnivell de pujada: 184 m



Desnivell de baixada: 488 m



Desnivell acumulat: 672 m



Distància: 13,23 km



Tipus de recorregut (linial/circular): **Linial**

**Responsable i telèfon de contacte:** Glòria Martín Císcar / 640 062 064

**Nº màxim d'assistents:**

**Nombre real d'assistents:**

**Hora de sortida:** 8:30 h

**Lloc de sortida:** **aparcament estació de tren**

**Data màxima d'inscripció:**

**Cabrera de Mar**

### Descripció ruta i altres informacions d'interés:

Caminada que s'inicia des del Parc Forestal de Mataró on el primer tram es realitza per la pista de la Cornisa passant pels Turons d'en Cabanyes i Tarau i l'espai de Can Bruguera, per pistes i corriols entre pins i alzines amb bones vistes panoràmiques de les dos comarques, el Vallés i el Maresme.

De baixada passem a prop del Turó d'Onofre i el Castell de Mata, coincidirem amb algun tram pels camps de conreu de les Cinc Senies i després anirem cap al municipi de Llanereres, finalitzant la ruta al costat del mar, al Port Balís.

Anirem fins a l'inici de la ruta amb vehicles i tornarem amb tren. Prèviament deixem un cotxe a l'estació de tren de Cabrera per després amb els conductors recollir els cotxes al Parc Forestal.

Dinarem al restaurant La Cuina del Pou a Llanereres, preu del menú 15,50 €

<https://la-cuina-del-pou.negocio.site/>

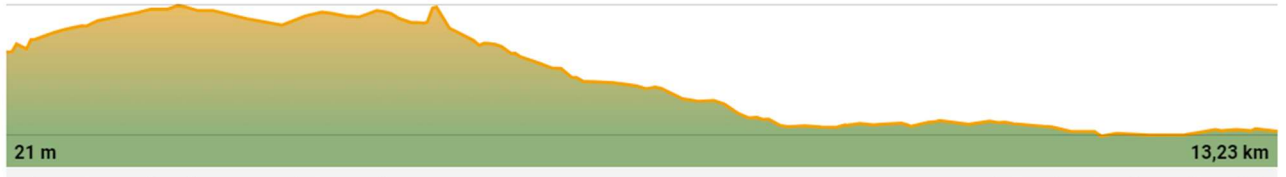
**Track:**

<https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/mataro-portar-balis-llanereres-100438276>

Mapa:



454 m



Enllaços (web i pdf descarregables)

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

**Esforz 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