



## Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV





**Nom de l'activitat:** Circular Puigmal des de Núria






**Indret:** Vall de Núria

**Data:** 15/10/23

Temps aproximació amb cotxe: 121km (1h30')

Temps de marxa (sense parades): 6 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: 4

 Desnivell de pujada: 1.124m	 Desnivell de baixada: 1.124m
 Desnivell acumulat: -	 Distància: 14,47km
 Tipus de recorregut (linial/circular): Circular	

Responsable i telèfon de contacte: Rosa M. Forcadell – 670 679 647

Nº màxim d'assistents: 20

Nombre real d'assistents: [Haga clic o pulse aquí para escribir texto.](#)

Hora de sortida: 05:45 (VdD) / 7:15 Parking Queralbs

Lloc de sortida/trobada: 05:45 (VdD – la Quintana) / 7:15 (Parking Queralbs)

Data màxima d'inscripció: 10/10/23

Descripció ruta i altres informacions d'interés:

Ruta circular alternativa a l'habitual de Fontalba. Es surt del Santuari de Núria i s'agafa el GRT 73 fins a trobar el Torrent de la Coma de l'Embut, es puja tot el torrent fins arribar al Puigmal i des d'allà es baixa a Fontalba pel cim i coll del Borrut i el cim de la Dou. Des d'allà es pren el GR 11.8 i es va pujant fins a tornar a arribar al Santuari de Núria.

Recorregut (en detall):

- 1a part: Santuari de Núria (1960m) al Puigmal (2911m) (GRT 73 + Coma de l'Embut): Forat de l'Embut, Font Alta del Puigmal, Puigmal.
- 2a part: Puigmal (2911m) a la Collada de Fontalba (2070m): Cingles de Salsofragi, Coll del Borrut (2448m), Cim de la Dou (2459m), Serra de Fontalba, Collada de Fontalba.
- 3a part: Collada de Fontalba (2070m) a Núria (1960m) -- (GR 11.8): Fontalba, Font de la Coma, Barraca de Gombrèn, Sant Gil, Santuari de Núria.

És un cim de vaques que no té cap dificultat tècnica, però requereix resistència i fons, especialment en el darrer tram de pujada del Puigmal on les marrades pugen molt dretes i el terreny està una mica desgastat. S'agafarà el cremallera a Queralbs a les 7:46 de pujada, per tant, cadascú ha de comprar el bitllet d'anada. El de tornada es comprarà directament en el santuari.

<https://www.valldenuria.cat/hivern/cremallera/el-tren/>

Es necessari portar esmorzar, dinar i aigua suficient. Durant el camí hi ha algun salt d'aigua, però són necessàries les pastilles potabilitzadores per a poder-la consumir.

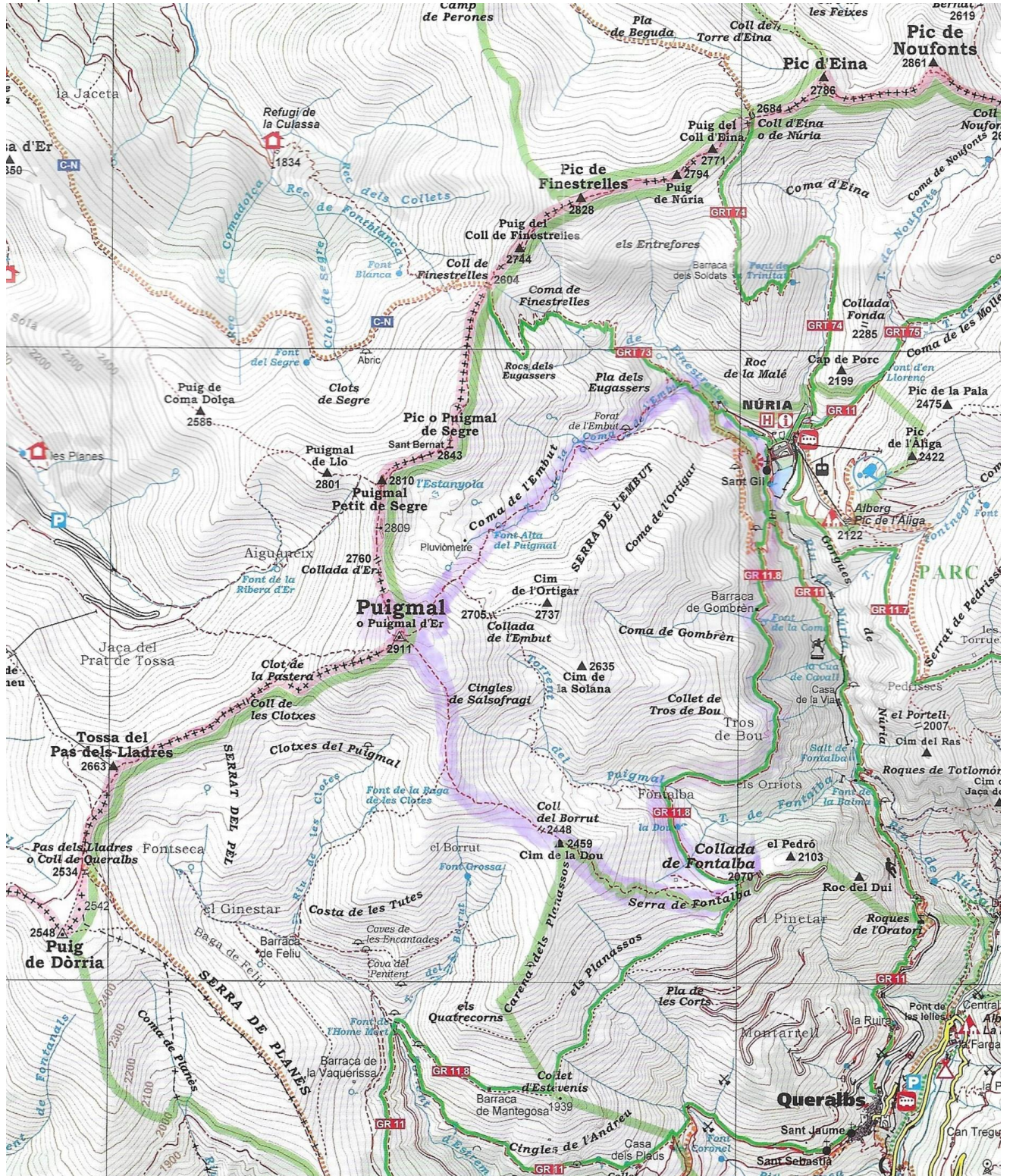
Recordeu que el temps a Núria pot canviar molt de pressa, de manera que recomano dur roba d'abric,

tallavents i impermeable. En el cim del Puigmal hi sol bufar el vent i la temperatura baixa molt

Track: <https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/fontalba-nuria-puigmal-fontalba-131300581>

Encara que el track surti des de Fontalba, nosaltres començarem i acabarem l'excursió a Núria

Mapa:



Enllaços (web i pdf descarregables): Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

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: <a href="#">Haga clic o pulse aquí para escribir texto.</a>		

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