Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

Nom de l'excursió:

Avis Caminaires. PR-C 229 / Montjuïc 360°

Indret: **Barcelona**	Data: **14 de Novembre del 2024**
Temps aproximació amb transport públic: **1h.**	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	Duresa del terreny: 1	Dificultat d'orientació: 1
	Dificultat desplaçament: **1**	Esforç necessari: 2

Desnivell de pujada**: 340 metres**	Desnivell de baixada**: 340 metres**
Desnivell acumulat**: 680 metres**	Distància: **11.5 kms**.
Tipus de recorregut (lineal/circular): **circular**	

Responsable i telèfon de contacte: **Josep Maria Porta Telef.: 669940311**	
Nº màxim d'assistents: **25**	Nombre real d'assistents:
Hora de sortida: 8**:00 AM**	Lloc de sortida: Parada CASAS davant "La Xinxeta".
Data màxima d'inscripció: **11-11-2024**	Lloc trobada BCN: Jardins de les Tres Xemeneies (9:00 AM)

Descripció ruta i altres informacions d'interès:

Tothom coneix l'Anella Olímpica, el MNAC, la Font Màgica i el seu castell, però Montjuïc té molt més per oferir, fins i tot una cara natural desconeguda que ens porta per senders de terra i ens endinsa en boscos mediterranis. Aquesta és la proposta del sender PR-C 229 / Montjuïc 360°, el primer homologat que transcorre íntegrament dins del municipi de Barcelona.

La ruta Montjuïc 360° té com a principal atractiu permetre una visió gairebé total dels atractius tan culturals com paisatgístics de Montjuïc. El recorregut parteix d'una zona cèntrica i recorre espais molt coneguts com el castell, els jardins Laribal o el Mirador de l'Alcalde, i d'altres no tant com el Castell de Port, la Foixarda, el Polvorí, el Mirador Ocell de Mar o diferents monuments commemoratius.

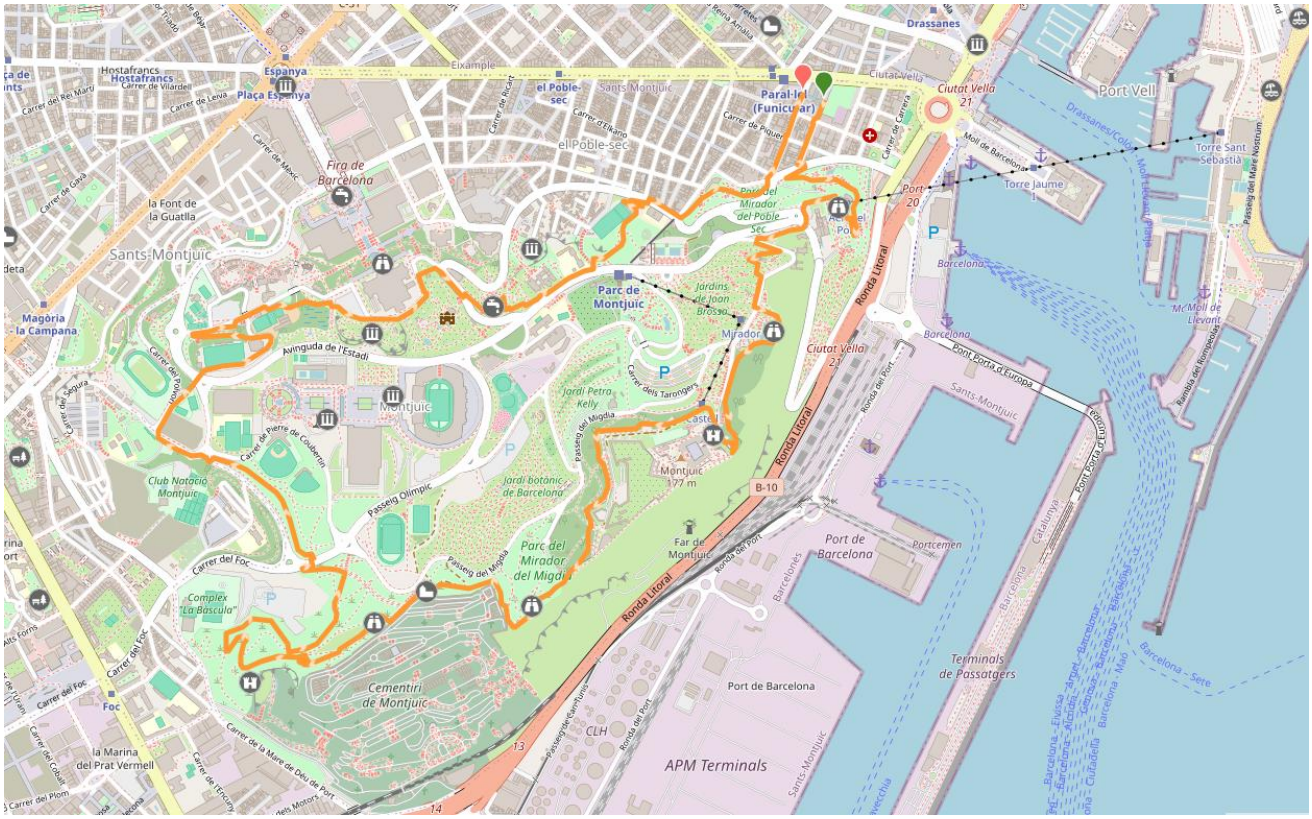
El sender envolta la muntanya de Montjuïc, alterna pistes, camins i corriols intentant trepitjar el mínim asfalt possible i sense cap dificultat tècnica.

La sortida no te cap dificultat tret de la que pugui representar per algú el desnivell i la distància.

Acabada l'excursió hi ha programat el dinar al restaurant Escairon de Barcelona. Preu del menú 13.9€

Track:

https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/montjuic-360o-prr-c-229-139569140



Equipament i material imprescindible

Organització	Individual	Opcional
Farmaciola bàsica	Protecció solar	Farmaciola personal
GPS o mapa i brúixola	Tallavents	Manta d'emergència
Telèfons de contacte	Guants	
	Folre polar	
	Gorra, barret	
	Bastons de caminar	
	Menjar i aigua	

Material tècnic addicional i específic per la sortida: **CAP**

GUIA PER LA VALORACIÓ DEL GRAU DE DIFICULTAT	
Duresa del terreny	**Dificultat d'orientació de l'itinerari**
1 – El terreny no està exempt de riscos	1 – Camins i cruïlles ben definits
2 – Hi ha més d'un factor de risc	2 – Senders o senyalització que indica la continuïtat
3 – Hi ha diversos factors de risc	3 – Exigeix la identificació precisa d'accidents geogràfics i punts cardinals
4 – Hi ha bastants factors de risc	4 – Exigeix navegació fora de traça
5 – Hi ha molts factors de risc	5 – La navegació està interrompuda per obstacles que cal vorejar
Dificultat del desplaçament	**Esforç necessari**
1 – Marxa per superfície plana	1 – Fins a 1 h de marxa efectiva
2 – Marxa per camins de ferradura	2 – Entre 1 i 3 h de marxa efectiva
3 – Marxa per senders esgraonats o terreny irregular	3 – Entre 3 i 6 h de marxa efectiva
4 – Cal l'ús de les mans o salts per a mantenir l'equilibri	4 – Entre 6 i 10 h de marxa efectiva
5 – Demana l'ús de les mans per a la progressió	5 – Més de 10 h de marxa efectiva