












Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

Nom de l'activitat: Matinal per la Serralada Litoral	
Indret: Cabrera de Mar	Data: 11/05/25
Temps aproximació amb cotxe: 20 min (9km)	Temps de marxa (sense parades): 5 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: 3
	 Dificultat desplaçament: 3	 Esforç necessari: 3

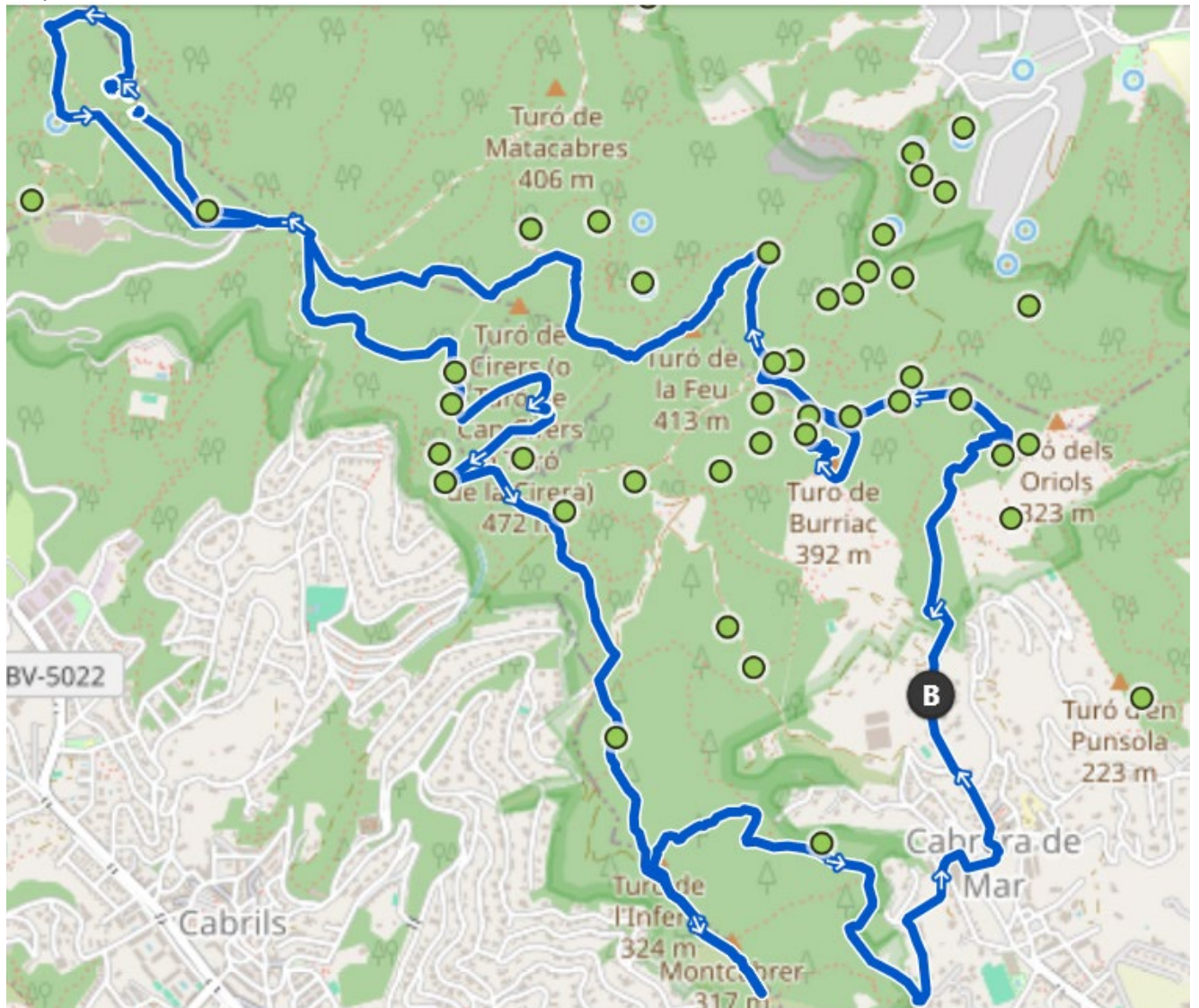
 Desnivell de pujada: 530m	 Desnivell de baixada: 540m
 Desnivell acumulat: Haga clic o pulse aquí para escribir texto.	 Distància: 13,4km
 Tipus de recorregut (linial/circular): Circular	

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: 7:40 / 8:00	Lloc de sortida/trobada: 7:40 La Quintana VdD / 8:00 Carrer Camí Can Segarra 73, al costat del parc infantil, Cabrera de Mar
Data màxima d'inscripció: 09/05/25	

Descripció ruta i altres informacions d'interés:
La ruta comença i acaba al costat del parc infantil del Camí Can Segarra, on es farà un dinar de germanor a l'acabar l'excursió. S'haurà de portar esmorzar i quelcom per compartir per dinar.
La primera part de la sortida es pujada, es combinen trams de corriol i alguns de pista fins a arribar a l'emblemàtic Castell de Burriac, on s'explicaran un parell d'històries.
A continuació es baixa una mica, per tornar-se a enfilars cap a la Roca de l'Àngel, un mirador natural i un bon punt per fer un mos.
Seguidament es continua cap al Turó dels Cirers on hi ha una Torre de Guaita. Des d'allà es segueix recte per arribar a terme d'Orrius i gaudir dels Laberints de Cabrils i d'Orrius, espais creats per la meditació i el silenci. Es deixa el terme d'Orrius enrere i es torna a anar direcció a la costa, es combinen trams de pujada i baixada i s'arriba a la Creu de l'Avella. Tot seguit es continua cap a un altre punt molt conegut pels maresmencs, Montcabrer, des d'on es gaudeix d'un mirador de la costa i les seves poblacions.
Es retrodedeix una mica i s'arriba fins al Turó de l'Infern, des d'on es portarà a terme la baixada cap al nucli urbà de Cabrera de Mar. Un cop allà es pujarà caminant pel centre del poble fins al lloc on hi ha estacionats els cotxes. S'explicaran algunes curiositats del municipi.
La circular que es proposa permet veure el Castell de Burriac des de diferents perspectives.

Track: https://www.komoot.com/es-es/tour/2180771676?share_token=a5BI2PWYuXM5lcGgYrMWDPb6vGiTaePuxTRqMcRzh0I51at2Qy&ref=wtd

Mapa:



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

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: CAP

Informe i valoració final: Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

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