Fitxa excursió SECCIÓ de MUNTANYA La Massa CCV

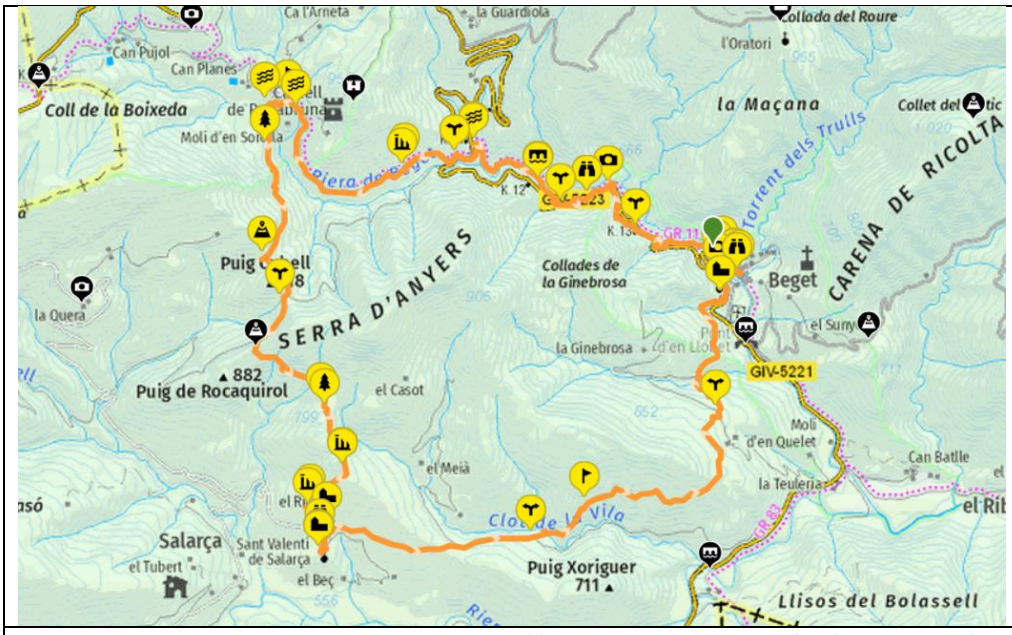
Nom de l'activitat: Bet – Molí d'en Sorilla – St. Valentí de Salarça – Capella del Remei	
Indret: Alta Garrotxa - Ripollès	**Data: 30/11/25**
Temps aproximació amb cotxe: 30'	Temps de marxa (sense parades): 4h

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 - mitja
	Dificultat desplaçament: 3 - mitja	Esforç necessari: 3 - mitja

Desnivell de pujada: 523m	Desnivell de baixada: 523m
Desnivell acumulat: Haga clic o pulse aquí para escribir texto.	Distància: 14km
Tipus de recorregut (linial/circular): circular	

Responsable i telèfon de contacte: Santi Mundi – 600 576 284	
Nº màxim d'assistents: 24	Nombre real d'assitents: Haga clic o pulse aquí para escribir texto.
Hora de sortida: 8:30	Lloc de sortida/trobada: Oix
Data màxima d'inscripció: 21/11/25	

Descripció ruta i altres informacions d'interés: Iniciem la caminada matinal des del bonic poble medieval de Beget, municipi de La Garrotxa fins el 1.969, any en el que va ser agregat al municipi de Camprodon. Caminada en un 95% per frondosos corriols entre boscos d'alzines i roures. Desnivell assequible, doncs és molt esglaonat.
Track: https://loc.wiki/t/238314414?wa=sc
Mapa:



Enllaços (web i pdf descarregables): https://www.catalunya.com/ca/continguts/territori/beget-2-1-647660

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: Haga clic o pulse aquí para escribir texto.

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