



Travessa Sis Estanys Pirineus Andorra / França

8-9-10 de setembre de 2017

Aquesta travessa és una excursió molt completa, exigent, solitària i tranquil·la, d'anar fent, d'anar caminant. Sense fer cap cim, però passant per una sèrie de llacs bellíssims.

És interessant i enriquidor sortir a l'alta muntanya d'una manera diferent a la que fem sempre.

DADES TÈCNIQUES

Sortida: Pont de la Baladosa (Vall d'Incles. Andorra)
Arribada: Pont de la Baladosa (Excursió circular).
Distància: 17 km aproximadament

Durada: 12-13 hores en dues jornades
Desnivells acumulats: +1300/-1300
Interès: llacs i paisatge.
Dificultat: cap dificultat tècnica. Cal superar tres passos d'uns 350 m de

desnivell aproximat per terreny d'alta muntanya.

Dificultat de dur-ho tot a l'esquena.

Divendres, 8 de setembre	Dissabte, 9 de setembre	Diumenge, 10 de setembre
<ul style="list-style-type: none">- Itinerari en cotxe: La Ràpita – Andorra - Vall d'Incles.- A peu: Pont de la Baladosa - Estany Primer de Juclar.- Pernoctació en el Refugi de Juclar amb mitja pensió inclosa.- Menjars: esmorzar en ruta - dinar de motxilla - sopar al refugi.	<ul style="list-style-type: none">- Esmorzar al refugi- Marxa a peu: Estanys Primer i Segon de Juclar - Collada de Juclar - Coll de l'Alba - Estany de l'Alba - Estany de Quart - Estany de Pedourrés - Portella de Siscar - Estany de Siscar - Portella de Siscaró - Refugi lliure de Siscaró.- Pernoctació en refugi lliure o en tenda.- Menjars de motxilla: dinar - sopar.	<ul style="list-style-type: none">- Refugi lliure de Siscaró - Pont de la Baladosa.- Tornada en cotxe d'Andorra a La Ràpita. (possibilitat de fer alguna compra).- Menjars: esmorzar de motxilla. Dinar quan sigui l'hora.

VIATGE

En cotxes propis.

MENJAR

1 esmorzar en ruta
1 sopar i 1 esmorzar en refugi guardat
2 dinars de motxilla
1 sopar de motxilla
1 esmorzar de motxilla
Menges per prendre durant la marxa.

PERNOCTACIÓ

Refugi guardat de Juclar.
Refugi lliure de Siscaró o tenda de campanya. (Pot estar el refugi ocupat).

DESPESES

Refugi guardat de Juclar (mitja pensió): **36 / 38 €** Només dormir: 12 / 14 €
+ despesa del viatge en cotxe i extres.

MATERIAL I ROBA

- Roba: Preparats per a tot, però especialment alguna peça per abrigar-se i preveure pluja. Guants, gorra...
- Calçat còmode, bota de muntanya.
- Material: motxilla, bastons, ulleres de sol, protector solar, diners, càmera, aigua, navalla, etc
- Sac de dormir bo, matalasset.

INSCRIPCIONS

Si estàs interessat:
- Posa't en contacte amb Joan Polo (tel.: 653 61 59 05 o millor: polosanz.joan@gmail.com).
Abans del 25 d'agost.
- i vine al Maset el dijous, 7 de setembre.

OBSERVACIONS

- El 25 d'agost farem la reserva al Refugi de Juclar. Si estàs interessat/da avisa abans d'aquesta data. Si està ple, farem servir la tenda.
- És molt important apuntar-se abans i acudir al Maset el 7 de setembre.
- Cal estar assegurat. Quan avises de la teva participació, digues si necessites assegurança temporal. (Caldrà nom complet i NIF).
- Enguany, aprofitant el refugi guardat de Juclar, no caldrà dur tant de pes a la motxilla.

Gràcies per respectar el medi natural i no embrutar

CAMINAR ÉS SALUT

web: www.ccelaforadada.cat

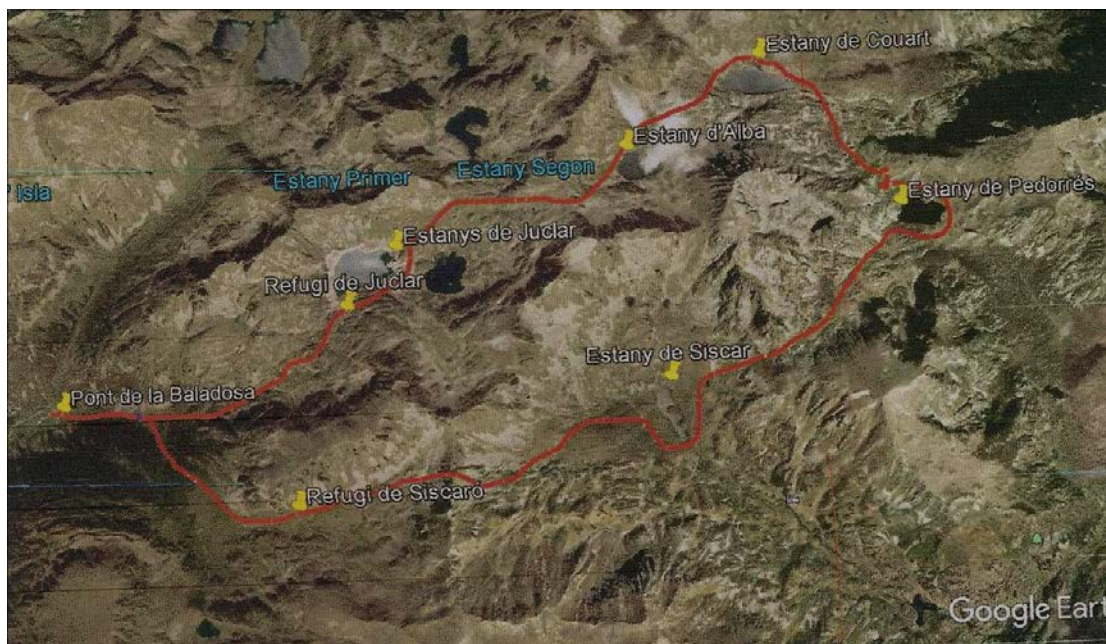
email: centreexcursionista@ccelaforadada.cat

facebook.com/Club Centre Excursionista la Foradada



Amb el suport de l'Ajuntament
de Sant Carles de la Ràpita
Regidoria d'Esport

Club Centre Excursionista La Foradada Sant Carles de la Ràpita



MOTXILLA

- Llenarla sempre de la misma forma.
- Las cosas pesadas se colocarán cerca de la espalda.
- El calzado de repuesto se colocará en el fondo, uno a cada lado.
- Los objetos personales como navaja, cámara de fotos, brújula, prismáticos, etc., se pondrán en los bolsillos exteriores.
- En la parte superior todo lo necesario para la marcha.
- Muy importante no colocar nada en el exterior de la mochila

siempre que se vaya a realizar una marcha.

- Utiliza bolsas de plástico para el material que ensucies o que pueda estar húmedo.
- Evitar en la medida de lo posible llevar objetos de vidrio.
- La casaca impermeable debe estar a mano donde se encuentre fácilmente en caso de lluvia.
- La comida irá siempre en una bolsa en la parte superior.

<p>MATERIAL DE PERNOCTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - llanterna - sac de dormir - matalasset - tenda de campanya (a repartir) <p>CALÇAT</p> <ul style="list-style-type: none"> - bota de muntanya - calçat per a l'aigua (serveix, també, per al refugi o campament) 	<p>ROBA</p> <ul style="list-style-type: none"> - tres capes: samarreta - forro - jaqueta (impermeable i transpirable) - pantalons llargs/curts - gorra - calcetins (recanvi) - guants - recanvi roba interior - tovallola lleugera - per al fred de la tarda/nit... - per recanvi de la roba suada... - braga de coll 	<p>ALTRES MATERIALS</p> <ul style="list-style-type: none"> - bossa gran de plàstic / i normals (per a la roba bruta i restes de menjar i plàstics) - paper higiènic - pals - mapa - GPS, brúixola - llibre... - pito - ulleres de sol - protecció solar - ampolleta de sabó - fil i agulla - càmera de fotos - mistos / encenedor - mòbil - llanterna / frontal. Piles recanvi - minifarmaciola personal - ...
<p>ALIMENTACIÓ</p> <ul style="list-style-type: none"> - cantimplora / botella d'aigua - cullereta - navalla - got de plàstic - pot plàstic que aguante temperatura - fogonet / recanvi - potet per escalfar aigua - menjades - per anar picant quan es camina 	<ul style="list-style-type: none"> - escuradents - gotes de lleixiu (comptagotes) - ... <p>Les menjades es poden fer a base de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - entrepans (el primer dia) - sopinstant - yatekomo - potets de purè deshidratat - fuet 	<ul style="list-style-type: none"> - formatge - pa - maçanes, taronges... - pastes humides - gominoles (per a la marxa) - cacaus / mix - nescafé / te / herbes... - sucre - sucs - ...