

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria



ACTIVITAT		Ruta Castells de Frontera en època de Ramon Berenguer I El Vell (1035-1076)		
<b>Excursionisme</b>		<b>LA GUÀRDIA LADA – LA MÓRA</b> <b>12 de març de 2017</b>		
<b>SORTIDA:</b>	<b>Hora</b>	<b>LLoc</b>	<b>Arribada aproximada</b>	<b>PREUS:</b>
<b>Valls:</b>	7:00	Plaça de la Creu (par. autobús)	3:00	Consulteu el correu electrònic enviat.
<b>El Pla de Sta Maria:</b>	7:15	Parada d'autobús de la Fàbrica	2:45	
<b>Sarral:</b>	7:35	Parada d'autobús del Sindicat	2:25	
<b>RESP. ACTIVITAT:</b>	Pep Cunillera (Monitor-Iniciador en excursionisme)			
		<b>MENJAR:</b> Esmorzarem pel camí. Dinarem a casa.		
		<b>Parades autobús:</b>	No n'hi ha	
		<b>DIFICULTAT</b>	<b>Baixa</b>	
		<b>Llicència mínima</b>	A	
		<b>Ascens acumulat</b>	73 m	
		<b>Descens acumulat</b>	384 m	
		<b>Alçada màxima</b>	726 m	
		<b>Alçada mínima</b>	410 m	
<b>Desnivell (sort-arrib)</b>	-312 m			
<b>DISTÀNCIA</b>		<b>14 km aprox</b>		
<b>DESNIVELL:</b>				
		Activitat destinada a practicants habituals d'excursionisme, amb l'habilitat necessària per vèncer els obstacles del camí. <b>RISCOS ESPECÍFICS:</b> La pràctica de l'activitat sense les condicions de forma o l'equipament adequat pot provocar lesions personals o a tercers, i contempla els riscos inherents en tota activitat realitzada en el medi natural.		
<b>PRESENTACIÓ DE LA RUTA:</b>				
Aquesta etapa segueix camins i pistes amples que durant un parell de km són asfaltats. Una caminada que va davallant dels 726 m de La Guàrdia Lada fins els 406 de La Móra, tot i que haurem de pujar per accedir als turonets dels castells situats a cadascun dels pobles per on passarem. No presenta cap dificultat tècnica més enllà dels aproximadament 17 km del recorregut.				
Des de La Guàrdia Lada fins a Granyena seguirem el torrent de Vilagrasseta, un dels emissaris que dona origen al Cercavins; a partir de Granyena els barrancs i torrents desguassen directament a L'Ondara. Ja no trobarem molins eòlics que queden allunyats del nostre traçat. Continuem per zona cerealística, alguna zona d'hortetes mig abandonats a tocar dels torrents i algunes parades d'oliveres i ametllers.				
Passarem pels petits pobles de Vilagrasseta, Gramuntell, Granyena de Segarra, Granyanella i acabarem a La Móra, del municipi de la Granyanella, últim poblet de la Segarra, a les envistes d'El Talladell i Tàrrega la capital de l'Urgell. Poc abans d'acabar la jornada passarem a tocar les ruïnes del poblat ibèric de Les Tenalles vigilant amatent de l'entrada a les planes d'Urgell pel curs pel riu Ondara.				
Tots els pobles tenen una bellesa especial, amb portals, carrers estrets i cases de pedra de la Segarra de colors grisosos, que en dies de visibilitat enterbolida passen gairebé desapercebuts arraulits al peu del castell coronant el seu turonet. Destaca poderosament la visió de Granyena amb el castell al cim i el campanar que, tot i situat als seus peus, s'alça esvelt reclamant el seu protagonisme visual i també espiritual, sobre les decadents ruïnes del, en altre temps, poderós castell.				
Els camins fan de bon caminar però, si ha plogut o ha estat emboirat, el fang se'ns aferrarà a les soles i ens farà una mica més feixuc el caminar; en aquest cas, si no voleu enfangar-vos massa els pantalons, podeu emprar polaines protectores.				
Explicacions a cadascun dels poblets.				
<b>EQUIPAMENT RECOMANAT:</b>				
Calçat adequat, roba d'abric, gorro, protecció solar, llicència federativa i bastons. Aigua i menjar pel camí				
<b>CONFIRMAR L'ASSISTÈNCIA ABANS DEL :</b>		<b>Dijous 9 de març</b>		

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria



**PLA D'EMERGÈNCIA:** Avisar a algun membre de la Junta que en cas de necessitat telefonarà al 112. Seguir les indicacions de les autoritats competents.

**MESURES MEDIAMBIENTALS:** Comporteu-vos de manera cívica amb la natura, la resta de participants, els responsables de l'activitat, el patrimoni privat i públic per on passi el recorregut de l'activitat. No tireu deixalles, emporteu-vos-les a casa.

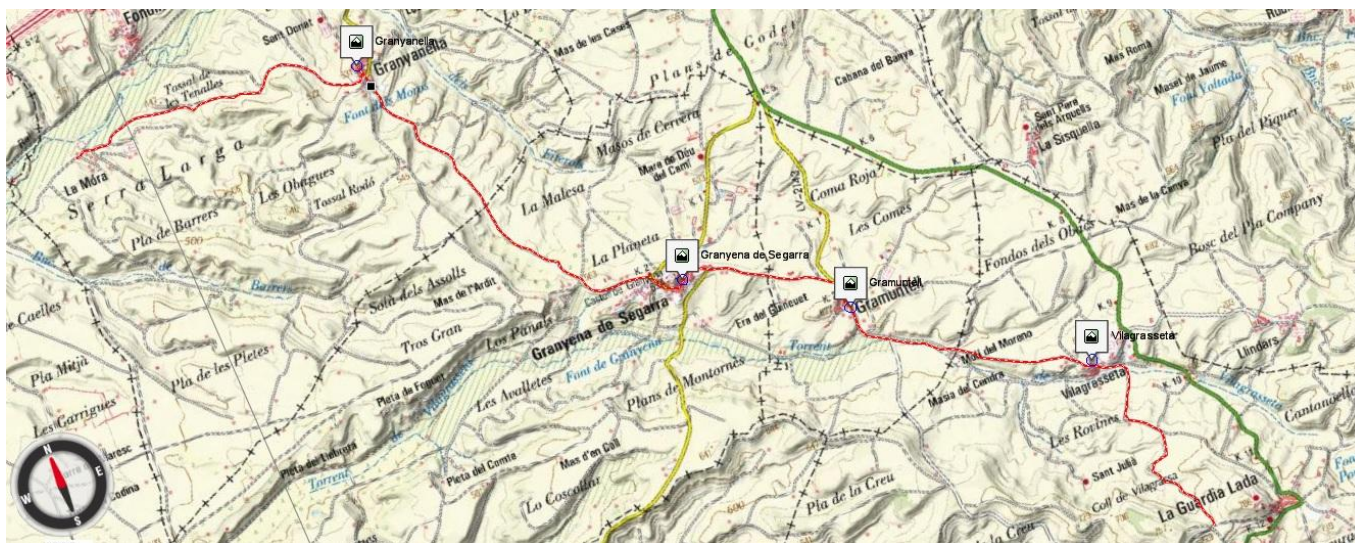
**LA JUNTA:** Tots els canvis en l'itinerari, l'horari o en l'organització de la sortida són responsabilitat exclusiva dels membres de la Junta que hauran de prendre les mesures que creguin oportunes pel bon desenvolupament de l'activitat.

**Els participants** hauran d'ajustar-se a les indicacions dels membres de la Junta.

Els **menors d'edat** han d'anar acompanyats per pares, tutors o adults degudament autoritzats, i omplir la fitxa oportuna.

L'activitat està coberta per una assegurança de RC però tanmateix és obligatori per a tots els assistents disposar de llicència anual de la FEEC en vigor o assegurança temporal que cal demanar als responsables de la sortida abans de l'inici d'aquesta.

Amb la col·laboració de l'Ajuntament del Pla de Santa Maria



• Núm.erc	• Distànc	• Dist. Parcial	• Altitud	• Icona	• Croquis	• Descripció
1	0	0	725			La guardia Lada
2	2.531	2531	645			Vilagrasseta
3	4.906	2375	596			Gramuntell
4	6.768	1863	601			Granyena de Segarra
5	10.76	3988	523			Granyanella
6	13.97	3208	413			La Móra