

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria



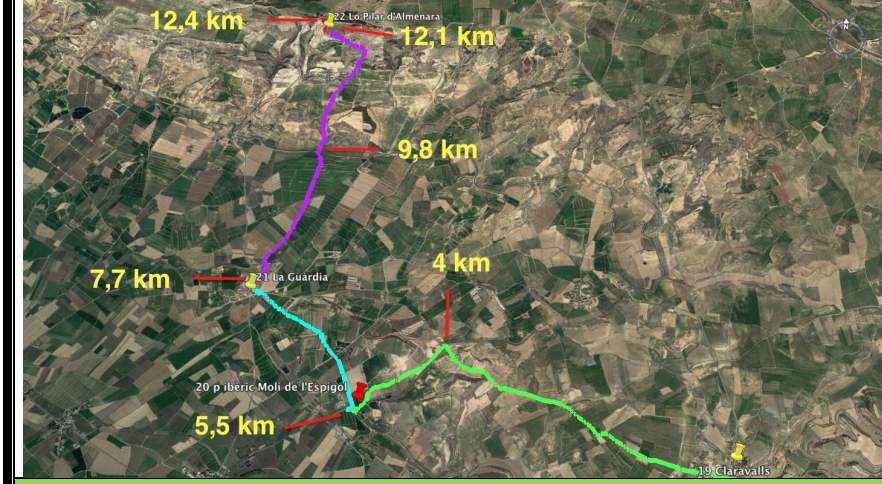
## ACTIVITAT

# Ruta Castells de Frontera en època de Ramon Berenguer I *El Vell* (1035-1076)

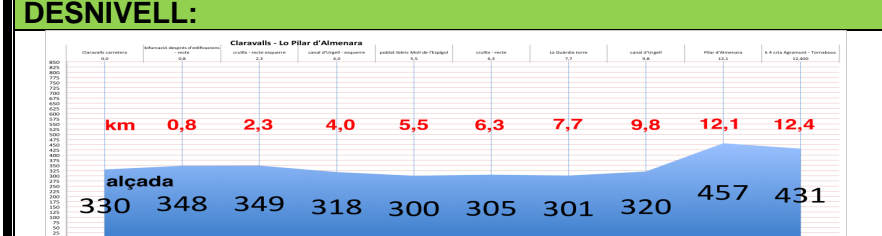
### CLARAVALLS – PILAR D'ALMENARA 17-12-17

Lloc de SORTIDA i ARRIBADA		Horari previst		Durada jornada		PREUS:
		Anada	Retorn	Temps aprox.		
<b>Valls:</b>	Plaça de la Creu (par. autobús)	7:00 h	17-18h	Caminar	3:00 h	Consulteu el correu electrònic enviat.
<b>El Pla de Sta. Maria:</b>	Parada d'autobús de la Fàbrica	7:15 h	17-18h	Menjar	2:30 h	
<b>Saral:</b>	Cruïlla crta. Cabra	7:35 h	17-18h	Visites	1:45 h	
<b>Claravalls</b>	Inici caminada	8:15 h		Autocar	2:50 h	
<b>Pilar Almenara (crta.)</b>	Final caminada		1:30 h	<b>Total</b>	<b>10:05 h</b>	

**RESP. ACTIVITAT:** Pep Cunillera (Monitor-Iniciador en excursionisme)



<b>MENJAR:</b> Esmorzarem Molí Espígol. Dinarem a Camarasa.	
<b>Parades autobús:</b>	N'hi pot haver
<b>DIFICULTAT</b>	<b>Baixa</b>
<b>Llicència mínima</b>	A
<b>Ascens acumulat</b>	180 m
<b>Descens acumulat</b>	79 m
<b>Alçada màxima</b>	457 m
<b>Alçada mínima</b>	300 m
<b>Desnivell etapa</b>	157 m
<b>DISTÀNCIA</b>	<b>12,5-13,5 km</b>



Activitat destinada a practicants habituals d'excursionisme, amb l'habilitat necessària per vèncer els obstacles del camí.  
**RISCOS ESPECÍFICS:** 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.

### PRESENTACIÓ DE LA RUTA:

Aquesta etapa segueix pistes amples per la comarca de l'Urgell. Sortirem de la Claravalls (330 m) pel camí de l'Espígol que fa una mica de pujada i passarem entre grans parades de cereals; prop del tossal de l'Espígol baixarem fins el Canal d'Urgell que seguirem de baixada, caminarem entre arbres fruiters, moresc i farratge, fins al Poblat Ibèric del Molí de l'Espígol (300 m) al p.k. 5,6. Esmorzarem abans de la visita que la tenim a les 10; a les 11 continuarem pràcticament planejant fins a La Guàrdia d'Urgell (301 m) al p.k. 7,8, on hi ha una torre quadrada que s'alça sobre les cases del poble. Les cases tenen grans magatzems per desar els grans tractors i màquines per treballar els camps. Si fos necessari l'autocar podria recollir algú que ho necessités. Deixarem el poble per la vora del cementiri i anirem a trobar el canal d'Urgell (321 m) al p.k. 9,8, una mica enllà de la masia d'En Pipo, una mica més enllà queda la gran masia de Can Soques. Passem al pont sobre el canal i trobarem algunes marques del GR-3, el Pilar (458 m), que fa estona que veiem encimbellat dalt la serra d'Almenara ens espera. En 2,3 km remuntarem els 137 m que ens falten per assolir la torre cilíndrica al p.k.12,1, a tocar hi ha, encara, algunes parets de l'església de St. Vicenç. La torre fa uns 7 m de diàmetre i uns 15 m d'alt. Hi podrem pujar amb una escala externa, com la de l'Ametlla, fins a la porta d'entrada situada a la meitat, després hi ha 2 trams que s'han de superar amb una escala vertical fixada a la paret. Si el dia acompanya la vista sobre l'Urgell, la Noguera i el Prepirineu és esplèndida. Farem uns 300 m per baixar fins a la carretera (431 m) al p.k. 12,4 on trobarem l'autocar. Explicacions al Molí de l'Espígol.

### EQUIPAMENT RECOMANAT:

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>Dimecres</b>	<b>13 de desembre</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

