

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria



ACTIVITAT		X RENOVACIÓ DE LES 4 BARRES			
Excursionisme		REPLÀ DE SANT RAMON 10 DE SETEMBRE DE 2017			
<b>SORTIDA:</b>	<b>Hora</b>	<b>Lloc</b>	<b>Arribada</b>	<b>PREUS:</b>	
El Pla de Sta Maria:	09:30	Plaça de l'Església de Sant Ramon	13:00	Gratuit	
<b>RESP. ACTIVITAT:</b>	Josep M. Silvestre Casas (monitor d'excursionisme)				
			<b>MENJAR:</b> Esmorzarem a l'Ermita de Sant Ramon. <b>Parades autobús:</b> No n'hi ha <b>DIFICULTAT</b> <b>MITJA</b> <b>Llicència mínima</b> A <b>Ascens acumulat</b> 382 m <b>Descens acumulat</b> 382 m <b>Alçada màxima</b> 779 m <b>Alçada mínima</b> 390 m <b>Desnivell positiu</b> 389 m <b>DISTÀNCIA</b> <b>6,8 Km</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>					
Sortirem, amb tranquil·litat, de la plaça de l'Església de Sant Ramon en direcció a l'ermita del mateix nom. Allà farem una parada per esmorzar, amb el que nosaltres mateixos ens haurem portat, i l'Ajuntament ens obsequiarà amb un refrigeri i/o cafè. A continuació pujarem cap al replà on penjarem la nostra bandera, i després de fer la foto tornarem cap al Pla pel camí traverser.					
<b>EQUIPAMENT RECOMANAT:</b>					
Calçat adequat, paravent, roba d'abric, gorra, guants, protecció solar, llicència federativa i bastons.					
<b>CONFIRMAR L'ASSISTÈNCIA ABANS DEL :</b>			<b>Dijous 7 de setembre</b>		

**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

