

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria



<b>ACTIVITAT 5</b>	<b>Ruta vora mar</b>
<b>Excursionisme</b>	<b>LA POBLA DE MONTORNES-TORREDEMBARRA 16 DE JUNY DE 2018</b>

SORTIDA:	Hora	LLoc	Arribada	PREUS:
El Pla de Sta Maria	17:00h	Parada autobusos Piscina	Després de sopar	Consulteu el correu electrònic enviat
Valls	17:15h	Parada autobusos Plaça de la Creu		
Saral	16:40h	Parada sindicat		

**RESP. ACTIVITAT:** Josep Maria Silvestre (Monitor excursionisme)

**MENJAR:** sopar restaurant

**Desplaçament:** Autobús

**DIFICULTAT:** **Baixa**

**Llicència mínima:** A

**Ascens acumulat:** 127 m

**Descens acumulat:** 180 m

**Alçada màxima:** 77 m

**Alçada mínima:** 0 m

**Desnivell (sort-arrib):** 56.5 m

**DISTÀNCIA:** **10.4 km**

**DESNIVELL:**

Activitat destinada a persones que es volen iniciar en l'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.

**DESCRIPCIÓ DE LA RUTA:**

La ruta transcorre en la seva major part per pistes i casc urbà. El desnivell és pràcticament nul i és apte per a qualsevol persona. És recomanable per a qui vulgui iniciar-se en el món de l'excursionisme. Visitarem exteriorment diversos dels castells de la zona del baix Gaià, i acabarem pel camí de ronda que va des del far de punta Galera fins a la platja la Paella, on ens podem refrescar si el temps i les ganes ens acompanyen.

**EQUIPAMENT RECOMANAT:**

Calçat adequat, roba d'abric, gorro, protecció solar, banyador, tovallola, llicència federativa i bastons. Aigua i menjar pel camí

**CONFIRMAR L'ASSISTÈNCIA ABANS DEL :** **Dimecres 13 de juny**

**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

# la xiruca foradada

Centre excursionista  
el Pla de Santa Maria

