

ACTIVITATS DISSABTE

20 DE SETEMBRE



Barranc Canaletes.

Dificultat: Fàcil, apte per a tothom.

Material necessari: Neoprè, casc (llogable a Horta de Sant Joan), botes de muntanya.



Roques de Benet - El Castell.

Dificultat: Fàcil, 8-10 km, 500 m desnivell.

Temps: 4-5 hores (acaba aprox. 14:00).

Material necessari: Botes de muntanya, aigua (min 1,5l), esmorzar, gorra, ulleres de sol, bastons recomanables.



Escalada esportiva i clàssica: Els Estrets

Dificultat: Tots els nivells.

Material necessari: Casc, boudrier, peus de gat



Activitat d'orientació

Dificultat: Fàcil a moderada, segons la ruta triada.

Temps: 1,5 h + 20 min d'explicació.



ACTIVITATS DIUMENGE

21 DE SETEMBRE



Integral a la Cresta de Ballestera.

Dificultat: Mitja – alta. 9,7 km, 480 m desnivell.

Material necessari: Botes, aigua, esmorzar, gorra, ulleres de sol, bastons recomanables.



Cova del Conill.

Dificultat: Fàcil-moderada; recomanable corda.

Material necessari: Casc amb llum, botes d'aigua, equip per progressar amb corda, roba de recanvi.



B.T.T. Circular Via Verda: Terra Alta + Els Estrets

Dificultat: Moderada.

Material necessari: Casc, guants, aigua.



Escalada esportiva i clàssica: Els Estrets

Dificultat: Tots els nivells.

Material necessari: Casc, boudrier, peus de gat



Marxa Nòrdica de la Clotxa (Bot)

Dificultat: Fàcil, desnivell (13,06 km / 260 m).

Material necessari: Bastons de marxa nòrdica o senderisme amb tacs, paravents, gorra, menjar (esmorzar/pica-pica) i aigua mín. 1l.

