













Club Atlètic Bordils

Programació d'activitats pel 2020

DATA	HORA SORTIDA	ACTIVITAT / SORTIDA
16 / febrer	8:00	Puig de Roca Fresca – St. Martí de Llemena
		St. Martí de Llémena – Coves de St. Martí – Puig de Roca Fresca – Retorn pel mateix camí. ▼ M 🚶 3h 6k Desnivell: 350 m.
22 / març	7:00	St. Aniol d'Aguja – Salt de la Capa
		Aparcament a Sadernes – Castell s'Espasa – La Muntada – St. Aniol – Collet de Clarioles – Salt del Brull (part superior) – Salt de la Capa – Passant del Gamarús – Can Barrufa – St. Aniol – Aparcament. ■ M 🚶 6h 14k Desnivell: 500 m.
1 / maig	8:00	42a. Marxa Popular de Bordils
		Sortida i arribada a la Pista Vella de Bordils. 12 km. ▼ M
10/maig	7:00	Tregurà - Setcases
		Pendent de concretar el recorregut. S'informarà oportunament amb programes a part.
7 / juny	8:00	Camí de ronda: S'Agaró – Sa Conca
		S'Agaró – Camí de Ronda – Sa Conca i tornada amb tres alternatives (Ruta familiar) ▼ ▼ M 🚶 2h 5k Desnivell: 30 m.
27-28/juny	Pendent	Mitja Olla de Núria
		Alberg Pic de l'Àliga – Pic de l'Àliga – Pic de la Pala – Fontnegra – Cims de Rocs Blancs – Baix i Alt de les Arques – Pic de Noucreus – Pic de Noufonts d'Eina – Coma d'Eina – Núria. ▲ CS 🚶 🏠 8h 18k Desnivell: 1060 m
18-19/juliol	7:00	Mentet
		Dissabte: Vallter – Portella de Morens – Plans de Camp Magre – Pla Segala – Coll de Mentet – Mentet. 6 hores. 11 km. ■ CS 🚶 🏠 19k Desnivell: 900 m Diumenge: Mentet – Refugi dels Alemanys – Portella de Mentet – Vallter. 5 hores. 8 km.
20 / setem.	7:00	Estany de Concròs – Roca Colom
		Torrent de Mascarell (Setcases) – Collada de la Balmeta – Pla de Concròs – Estanys de Concròs – Portella de Concròs – Roca Colom – Coll de Pal – Refugi Costabona – Torrent de Mascarell. ▲ D 🚶 6h 12k Desnivell: 600 m
4 / octubre	8:30	Pujada als Àngels (Gironès)
		Es sortirà de Bordils a les 8:30 hores del costat de la farmàcia i de Sant Martivell a les 9:10 hores. ▼ M 4h Pujada tradicional de Bordils al Santuari de la M.de Deu dels Àngels.
18 / octubre	7:00	Coll de Bordoriol - Matagalls
		Pendent de concretar el recorregut. S'informarà oportunament amb programes a part.
8 / novem.	08:00	Puig del Querroig (Portbou)
		Coll dels Frares - Coll de les Llaceres - Coll de Rumpissar – Castell del Querroig - Puig del Querroig - Coll dels Frares. ▼ M 🚶 6h 15k Desnivell: 670 m.
29 / novem.	08:00	Puig de la Banya del Boc
		Llorà - Molí – Volcà del Clot – Pla de St. Martí – Puig de la Banya del Boc – La Mina – Urbanització - Llorà ▼ M 🚶 3h 8k Desnivell: 400 m

NOTES IMPORTANTS QUE CAL LLEGIR:

- **Llevat de casos concrets, no es faran programes a part. Podeu consultar el bloc <http://atleticbordils.blogspot.com/>**
- **Si no s'indica una altra cosa, la sortida és a la Plaça Onze de setembre (Ajuntament) de Bordils.**
- **Per apuntar-vos o demanar més informació: 972 490 900 (Josep).**
- **(M)=Matinal, (D)=Tot el dia, (CS)=Cap de setmana, (N)=Nit.**
- **Per les sortides d'un dia o cap de setmana es pot portar el menjar de casa o anar de restaurant. Cal sempre consultar-ho abans.**
- **En algunes ocasions cal apuntar-se abans. Si hi ha rutes on el desplaçament es fa amb transport públic amb places limitades, caldrà trucar al telèfon que s'ha indicat. Les places s'assignaran per ordre d'inscripció.**
- **MOLT IMPORTANT: Llevat d'algun cas que ja s'indica, les rutes no ofereixen cap perill especial. Tot i això, totes les persones participants han de tenir una assegurança que cobreixi el risc d'accidents.**
- **L'assistència a les excursions es farà sota la responsabilitat de cada persona participant, alliberant de manera expressa de la mateixa al Club Atlètic Bordils. Els i les menors d'edat han de venir acompanyats d'una persona adulta, qui se'n responsabilitzarà durant tota la sortida.**
- **Durant les sortides es faran algunes fotografies per ser penjades al bloc del Club Atlètic Bordils) i que poden ser descarregades lliurement. Si alguna de les persones participants no hi vol aparèixer cal que ho digui expressament.**

-  Desplaçament amb cotxes particulars
-  Desplaçament amb autocar (caldrà abonar l'import del mateix)
-  Desplaçament amb tren (el pagament es farà directament al revisor o estació)
-  Ruta per fer amb bicicleta (preferiblement de muntanya)
-  Ruta amb vaixell
-  Es donarà record als participants
-  Allotjament en albergs, refugis o hotels (rutes de més d'un dia)
-  Dificultat mitjana
-  Dificultat alta
-  Dificultat baixa