

# CEA – CEB    luglio 2018

Dissabte Sabato 7 juliol 2018	Milano Bergamo partenza 14:15 h – BCN El Prat RYANAIR – FR 6304 arrivo 16 h Trasbordo al rifugio <b>Pere Carné de la Molina</b>
Diumenge Domenica 8	MOIXERÒ
Dilluns Lunedì 9	CADI
Dimarts Martedì 10	RIPOSO
Dimecres Mercoledì 11	CARLIT
Dijous Giovedì 12	RIPOSO
Divendres Venerdì 13	CAP DE REC – VALL DE LA LLOSA
Dissabte Sabato 14	PUIGMAL
Diumenge Domenica 15 juliol 2018	BCN El Prat – Milano Bergamo RYANAIR – FR 6305 <b>12.05 h</b> 13:50 h

## Gite previste :

L'ordine delle gite può cambiare.

Ogni giorno dobbiamo prendere la macchina per avvicinarci alle montagne: tra 40 min e un'ora circa

Come vedrete a volte la altezza delle montagne è diversa dalle vostre

## PUIGMAL ( 2.910 m)

Il Puigmal è una vetta tra La Cerdanya e il Ripollès. La via normale per salire il Puigmal è dal Santuario di Núria. Noi saliremo dalla Cerdanya Francese. È la vetta piú alta della provincia di Girona.

Giro circolare al **Puigmal** i al **Puigmal de Llo** dalla Stazione di Sci di Er Puigmal

**9,29 km**

**944 m (pujada/ salita)**

**2.910 m (alçada máxima/ alteza massima)**

**938 m (baixada/ discesa)**

**2.039 m (inizio - parcheggio)**

**5h 30m tempo stimato**



Partenza: stazione di Sci d'Err-Puigmal.

Err é un comune catalano della comarca (provincia) de l'Alta Cerdanya, nella Catalunya del Nord.

Amministrativamente é un comune francese del "departament del Pirineus Orientals". Il paese è situato nella valle

CEA – CEB luglio 2018 LA CERDANYA

del Puigmal que també rep el nom de Puigmal d'Err.  
Per fare la gita andremo in questa località della Catalunya Nord.

Da Puigcerdà prenderemo la strada che porta a Sallagosa, Prada e Perpinyà. A soli 10 chilometri da Puigcerdà, giriamo a destra per raggiungere Err in un paio di km più avanti. Una volta in paese, seguiamo le indicazioni che ci porteranno alle piste da sci. Saliremo con l'auto fino ad arrivare alla località detta Pianure, dove un segnale indicherà che dobbiamo parcheggiare e proseguire a piedi, poiché da lì il traffico è vietato.

### **Salita:**

Seguiremo la pista asfaltata fino a una curva molto stretta sulla destra, e qui continueremo lungo il sentiero che è di fronte a noi. Senza alcun problema o rischio di errori, seguiremo questo percorso fino a raggiungere il colle di Puigmal de Llo.

Risaliamo alla nostra destra e da qui vedremo davanti a noi, imponente come sempre, la vetta del Puigmal. Seguiremo il sentiero che ci porterà in cima a Puigmal (2910 metri)

### **Discesa:**

Per scendere, continueremo a camminare verso la cima di "Tossa", passando per i "Ladri" ma non li raggiungiamo, invece raggiungiamo il "Clot de la Pastera". Qui, possiamo vedere un piccolo sentiero che, in un modo molto deciso, scende e, senza alcun problema, ci porterà di nuovo il sentiero che abbiamo usato per salire. Ora da qui, giriamo a sinistra e raggiungiamo l'auto lungo il sentiero che già conosciamo.

Coloro che non hanno voglia di camminare molto possono andare fino al Puigmal de Llo (Puigmal Petit de Segre (2810 m)) e tornare indietro per lo stesso sentiero di salita.

## **PICA DEL CARLIT ( 2.921 m)**

La Pica del Carlit è la vetta piú alta dei Pirenei Orientali ( i nostri “Pirineus”).

Abbiamo scelto la salita da il lago “de les Bulloses”. Di solito c’è sempre molta gente, ma ci sono molti laghi, per questo è una bellissima gita.

Se qualcuno non vuole fare tutta la gita prevista, può fare un giro per i laghi, senza fare la gita. È una bella passeggiata. Si può fare anche il bagno, se c’è il sole !

**14,78 km**

**941 m (dislivello di salita)**

**2.921 m Arrivo**

**941 m (dislivello discesa)**

**2.005 m ( partenza - parcheggio delle “Bulloses”)**

**6 ore e 52 minuti tempo stimato**

Pica del Carlit è composta da due picchi molto simili in altezza e vicini l'uno all'altro. È la vetta piú alta dei Pirenei orientali ed è una delle montagne dei Pirenei piú visitate.

La zona lacustre di Les Bulloses (o Bouillouses) è un'area molto frequentata e tra l'1 luglio e l'inizio di settembre non può essere raggiunta in auto tra le 7:00 e le 19:00. Durante questo periodo bisogna salire con il servizio di autobus speciale ("navette"). La nostra raccomandazione è di iniziare a camminare il prima possibile per evitare la folla.

L'accesso al punto di partenza (Bulloses Reservoir) può essere fatto da Puigcerdà e diretto a Bourg-Madame. Quando si arriva a Mont-Louis bisogna seguire le indicazioni che si trovano alla prima rotatoria (prendiamo la D-60).

Nella zona dei Bullose, ci sono ampie aree di parcheggio (il parcheggio è vietato sul lato della strada) e fortunatamente possiamo parcheggiare vicino al rifugio la Bullosa (2005 m.)

Il lago Bullous è formato dalla ritenzione delle acque che formano la diga che si trova accanto al rifugio. Il lago Bullos era di circa 15 milioni di metri cubi d'acqua e la diga fu inaugurata nel 1911 per dare elettricità al "treno giallo". Attualmente è integrato nel piano di irrigazione della pianura del Rossiglione.

Il percorso si compone di due parti molto diverse: la prima attraversa la zona lacustre di Les Bulloses (visitabile anche al di fuori della stagione di pesca) e ci consente di contemplare 12 laghetti e uno lago (a cominciare dalla diga Bulloses) camminando in un'area senza grandi pendenze. Il secondo, più in pendenza, ci porterà sulla cima del Carlit, attraversando un bordo roccioso dove sarà necessario arrampicare un po'. Non è una salita difficile (semplici passaggi di difficoltà I) ma devi sapere che devi arrampicare qualche metro per raggiungere la vetta.

È molto importante partire molto presto per fare questo percorso poiché possiamo goderci un po' di solitudine (almeno nella stagione estiva). La salita che proponiamo (attraversando i laghi di Dugues, Castellar ...) è molto meno frequentata (cosa che facciamo in discesa) e molto più interessante andare oltre le rive di cinque laghi. Si raccomanda anche di non distrarci durante la discesa verso gli stagni Llong i Llany. Questa strada è indicata proprio accanto a un ponte di legno che è a pochi metri prima di arrivare al lago di Vallell. Se continuiamo lungo il sentiero che attraversa le rive di questi due stagni, inizieremo a percorrere il solito sentiero poco prima di raggiungere Dry Lake (e quindi non perderemo la riva di ogni lago)

## **MOIXERÓ (2.078 m) – PENYES ALTES DE MOIXERÓ (2.276 m)**

Partenza : rifugio SERRAT DE LES ESPOSES oppure COLL DE TRAPA

### **A) Moixeró**

Salita alla cima del Moixeró dal rifugi **Serrat de les Esposes**, dove arriveremo per un sentiero che parte da Riu de la Cerdanya.

Tempo di salita reale (= in movimento): 02:03

Tempo di discesa reale (= in movimento): 01:46

Iniziamo con una leggera discesa e poi un sentiero alberato che sale leggermente fino a lasciarlo e incontrare un sentiero con una forte pendenza D + 360 in 1 km che raggiunge l'altezza di Collet de Moixeró.

Da El Collet, risaliamo la strada fino alla cima del Moixeró, dove si godono magnifici panorami.

Ritorniamo per Coll Trapa

### **B) Moixeró + Penyes Altes**

**Titolo:** Intorno al Moixeró e Peñas Altas

**Dislivello:** di salita e discesa 945 m

**Altezza massima:** 2.276 m

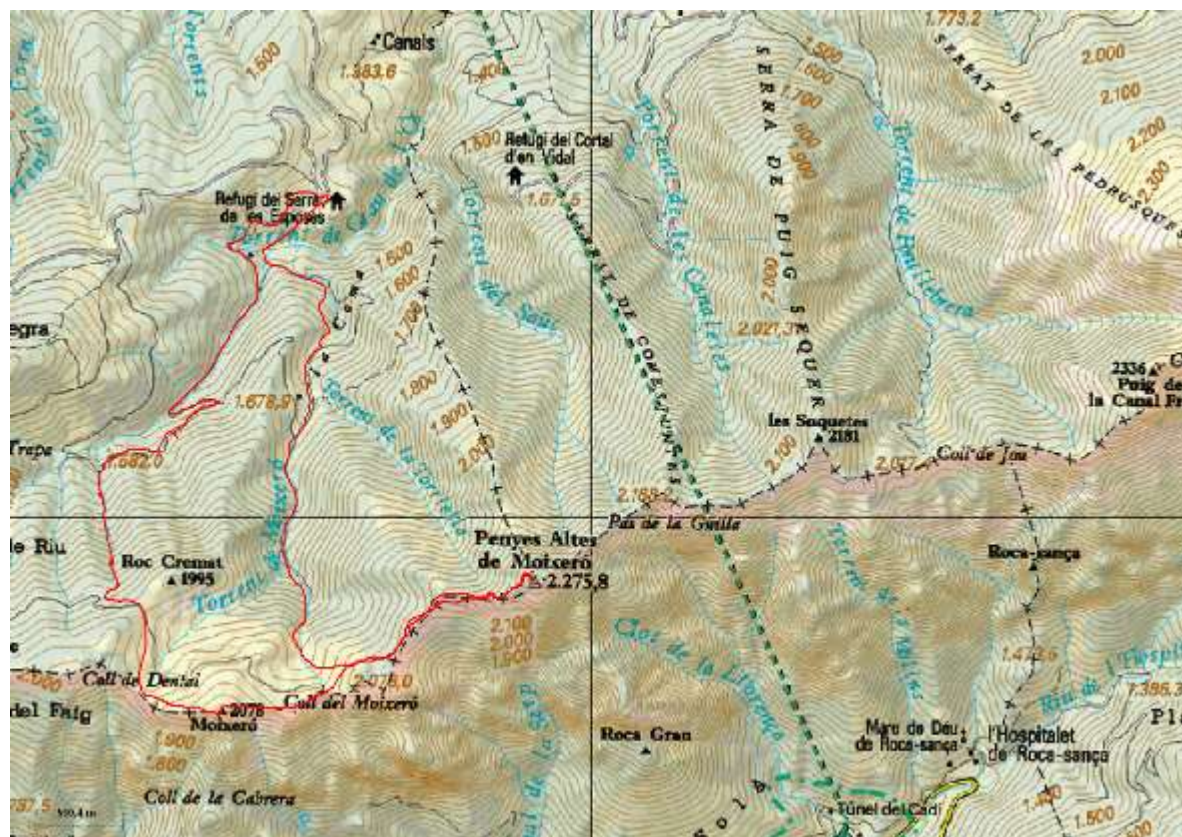
**Altezza minima:** 1.495 m

**Tempo:** 5 h (senza contare le soste)

**Giro circolare:** Si

**Bibliografia:** Mapa Alpina de la travessa “Cavalls del Vent“. Escala 1:30.000.

**Giro:** rifugio del Serrat de les Esposes (1.511 m) –salita lungo il torrente di Grau de l'Ós – irta salita per les Bagues de Riu – colle de Moixeró (1.972 m) – pic de Moixeró (2.091 m) – colle Raset (2.059 m) – pic de Penyes Altes (2.279 m) – colle Raset – torrente de Moixeró – rifugio del Serrat de les Esposes



**Descrizione:**

Lasciamo il rifugio per il sentiero che scende verso SO. Seguendo i cerchi arancioni della traversata del Cavalls del Vent, saliamo lungo il canalone del Grau de l'Ós attraverso una abetaia. In un angolo chiuso la traccia si biforca.

## CEA – CEB luglio 2018 LA CERDANYA

Sebbene, in alcune edizioni della carta alpina della rotta Cavalls del Vent, l'itinerario del percorso scenda sulla pista a sinistra, non è così. Seguendo i segni di vernice, giriamo a destra finché troviamo, dopo circa 800 m, un sentiero a sinistra. Qui lasciamo il sentiero e iniziamo a salire vicino a un torrente. Questo percorso sale forte e, in caso di pioggia e discesa, può essere scivoloso.

Già sulla collina, dopo uno zigzag a destra e poi a sinistra, raggiungeremo un primo passaggio tra Roc Cremat e Morro de Moixeró. Affrontiamo gli alti pascoli e, in fondo, il picco di Moixeró. Staremo sulla parte destra per cercare il passaggio verso Moixeró.

Poi ci avvicineremo a "l'E" fino alla cima.

Seguendo un pascolo in direzione di E, lasciamo il lato per andare alla ricerca di un sentiero che attraversi la linea del bosco. Qui, oltre ai marchi delle Cavalls del Vent, possiamo trovare anche quelli della GR 150.1. Attraversando il Collet Raset, dove arriva il canale del Serpente, superiamo un breve gradino roccioso dove dobbiamo usare le mani (c'è una corda di sicurezza) e ci portiamo in cima al Peñas Altas.



## CADÍ

### a) gita lunga

**16 Kms**

**1200 m dislivello**

**8,30 hores**

Partenza - Arrivo: **Refugi de Prat d'Aguiló.**

Per arrivarci, prenderemo la strada forestale che lascia il villaggio di Montellà (vicino a Martinet) e va al rifugio. Adatto a tutti i veicoli ?

Lasciamo la fine del sentiero e andiamo al rifugio dove prendiamo un piccolo pezzo del PR C-124, sopra il colle fino alla zona erbosa andiamo verso ovest. Qui sotto possiamo vedere le prime pietre miliari che ci guideranno. A circa 100 metri dal Coll vediamo il sentiero che attraversa il centro della pineta in direzione sudovest.

È il sentiero noto come Camí dels Collets. È un sentiero ben curato, ha pietre miliari e qualche segno di vernice verde che ci porterà a Collet del Estenedor. Qui lasceremo il Camí dels Collets e saliremo in direzione sud (presto vedremo il primo punto di riferimento su un albero secco). Continueremo a scendere giù per il Cadí, seguendo la traccia che ha delle pietre miliari e che salirà al posto noto come Prat del Cadí. Poco più in alto abbiamo la parete del Cadi dove dobbiamo fare un paio di scalate ( "Piccola arrampicata" per superare il pezzo di muro: CANALE DI VETRO (molto a destra è su rocce "mobili". Le pietre che trovano sono di varie dimensioni, dalla ghiaia alle pietre più grandi nell'ultima sezione.)

Dalla parte superiore del Crystal Peak (2563 m) si segue la cresta fino alla cima Cabriolera Costa, Paso del Corzo, Pas de la Roca Plana fino Gasolans Passage, dove si scende al rifugio Prat d'Aguiló.

**b) gita per camminare poco: COMABONA (2.547 m)**

**Comabona des del Refugi Prat d'Aguiló i el Pas dels Gosolans.(Andata e ritorno per los tesso sentiero)**

**Distanza: 7 Km**

**Dislivello: 580 m**

**Tempo: 03:00 h.**

Una volta nel parcheggio del rifugio Prat d'Aguiló (1.965 m), prenderemo il sentiero segnalato con i segni PR (bianco e giallo) che vanno a Pas del Gosolans. La strada sale rapidamente attraverso prati e pascoli per raggiungere 2445 m in appena un'ora e due chilometri di cammino.

Una volta raggiunto Pas, seguire la cresta a sinistra senza lasciare la GR 150.1 fino alla cima di Aguiló, Collado del Comabona e infine la vetta della Comabona (2.545 m), a circa 30 minuti da Pas dels Gosolans.

Il ritorno è fatto lungo lo stesso percorso.

## **CAP DE REC – TOSSA PLANA DE LLES VALL DE LA LLOSA**

**Dislivello salita: 1.105 m (discesa 1.425) E' una traversata**

**Distanza: 20 Km**

**Tempo: 9/10 h ?**

Itinerario: Refugi de Cap de Rec - Refugi del Pradell (2.100 m) – Pla de les Someres (2.335 m) – Corriol dels Estanys de Setut (2.550 m) – Tossa Plana de Lles (2.916 m.) – Tosseta de Vallcibera (2.848 m) – Port de Vallcibera (2.518 m) – Pla dels Estanys (2.264 m) – Cabana dels Esparvers (2.060 m) – Prat Xiluxirà (2.011 m) – Can Jan de la Llosa (1.610 m)

Una macchina ci aspetterà a Can Jan de la Llosa per potere ritornare al rifugio de Cap de Rec

CEA – CEB luglio 2018 LA CERDANYA

Per chi vuole camminare poco: salita fino alla cima Tossa Plana de Lles e discesa stesso sentiero o passando per i laghi di Setut