

	<b>LA GRAN DIAGONAL AL POLLEGÓ INFERIOR DEL PEDRAFORCA</b>				DATA
	Ruta circular per assolir el Pollegó inferior del Pedraforca (2445 m) per la gran diagonal				29/11/2025
Jordi Esgleas Esteve Fàbregas	Tipus de sortida	Alpinisme	Recorregut	Circular	
Experiència requerida/Dificultat	Experiència en alta muntanya i en rutes amb fort desnivell. Experiència en itineraris de grimpada exposada, <b>cal tenir assolit III d'escalada</b> . PD <sup>+</sup> (amb passos de III <sup>+</sup> IV (equipat i descompost). Experiència amb terreny nevad i progressió en terreny mixta i descompost (segons condicions)				
Lloc de trobada	Palau Reial	Hora	06:00	Transport	Cotxes particulars
DADES GENERALS		Temps total*	Distància (km)	Desnivell + acumulat (m)	Desnivell – acumulat (m)
Punt de partida	Refugi Lluís Estasen.	07:00	6,45	812	812
Punt d'arribada	Refugi Lluís Estasen.				

\*Temps màxim aproximat d'itinerari incloses les parades.

		Temps parcial	Temps** total	Distància (km)	Cota (m)	Desnivell (m) +/-
Punt de partida	Refugi Lluís Estasen	00:00	00:00	0	1664	0
Punt de pas	Peu de la tartera	00:30	00:30	1,4	1808	+144
Punt de pas	Balcó de la Joaquina	00:39	01:39	2	2070	+262
Punt de pas	Inici de la canal	00:23	01:32	2,6	2082	+12
Punt de pas	Cim Pollegó Inf.	01:16	02:48	3,4	2445	+363
Punt de pas	Peu de la tartera	01:44	04:32	5,1	1808	-635
Punt de pas	Refugi Lluís Estasen	00:28	05:00	6,45	1664	-144

\*\* Temps net sense tenir en compte les parades.

Tipus de participant	Qualsevol persona major d'edat amb experiència en alta muntanya especialment en exigents física i tècnicament amb forts desnivells a superar. Caldrà que els participant tinguin experiència en la progressió en terrenys <b>de grimpada exposada i passos equipats, caldrà tenir assolit III grau d'escalada i IV equipat.</b>
Riscos específics	Ruta amb desnivell considerable, cal anar ben equipat i portar aigua i menjar. Passos d'escalada de II-II <sup>+</sup> no equipats i III-IV equipats amb cordes fixes (grimpar) en terreny descompost (segons condicions).
Riscos generals	Els inherents a la pràctica de l'activitat a alta muntanya amb dificultats tècniques.
Material necessari obligatori	Motxilla (mínim 25 l), protector de pluja per la motxilla, pantalons llargs de tresc, impermeable o capelina, segona capa tèrmica, tercera capa paravent, botes de tresc de canya alta, ulleres de sol, gorra i/o barret, tapaboques, guants, crema solar, cantimplora/camelback, farmaciola, manta tèrmica, telèfon mòbil carregat, frontal amb piles de recanvi, <b>casc, talabard, 2 mosquetons de seguretat i alguna cinta.</b>
Material recomanat	Bastons per caminar.
Mapa	Serra Del Cadí - Pedraforca 1: 25.000 Ed. ALPINA



El participant declara que coneix els riscos generals de les activitats que es desenvolupen al medi natural, que ha estat informat de tots els riscos específics d'aquesta activitat concreta i que accepta voluntàriament, comproment-se a col·laborar activament en el bon funcionament de l'activitat. Igualment el participant accepta que els coordinadors no són els responsables de les sortides si no que la seva funció es limita a proposar l'activitat, buscar el lloc per dormir o suggerir la ruta. No podent assistir menors no acompanyats dels seus tutors legals. Per tal de fer l'activitat amb el menor risc possibles obligatori seguir en tot moment les indicacions del coordinador de l'activitat. En cas de no fer-ho, es considerarà que en aquell mateix moment es deixa de formar part de l'activitat. És obligatori disposar de la llicència federativa de la FEEC. Si no en teniu, el CEG pot tramitar-ne una de temporal.

El participant major d'edat, llevat que s'expressi oposició en contra per escrit autoritza que la seva imatge pugui aparèixer en imatges i vídeos enregistrats pel CEG i ser penjades al seu lloc web i a les seves xarxes socials i a díptics, vídeos i cartells promocionals de les activitats del CEG.

El participant menor d'edat, llevat que el o els seus tutors legals expressin oposició en contra per escrit s'entén que els seus tutors legals autoritzen que la imatge del menor pugui aparèixer en imatges i vídeos enregistrats pel CEG i ser penjades al seu lloc web i a les seves xarxes socials i a díptics, vídeos i cartells promocionals de les activitats del CEG.

Nom i cognoms del/a participant			
DNI		Data	
Signatura			