

marxaires del cnb



gr11 port de la selva a cap de creus

17 de novembre de 2018

Incursió des del Port de la Selva a la sempre sorprenent i espectacular vessant nord del Parc Natural del Cap de Creus, extraordinari per l'estat verge d'algunes cales i racons i l'aspecte contundent del paisatge amb els seus relleus i vegetació modelats pel clima sec, l'exposició a la sal marina i a la implacable duresa de la Tramuntana. És destacable també la lluminositat del conjunt, amb el blau intens del mar al fons.



Excursió curta: Port de la Selva a Sant Baldiri de Taballera i tornar. Total recorregut 9,6 km amb un desnivell de +/- 125m. Durada 2 h.

Excursió llarga: seguirem el GR11 (marques blanques i vermelles) des de Port de la Selva – San Baldiri – Puig d'en Cimat – Puig de Rovellada – Cap de Creus. 15,3 km de recorregut, +470/-450m de desnivell amb un temps de 3h 50m sense aturades. Molt important: **cal portar aigua (no hi han fons pel camí ni lloc on comprar-ne).**

Tornada: arribada a Barcelona sobre les 20h.

Equipament: l'habitual d'alta muntanya: bon calçat, roba d'abric, capelina, **aigua**, gorra, crema solar, ganyips, ulleres de sol, roba de recanvi, etc.

Inscripcions: a la sauna o bé per correu electrònic: [Xavier Cercós](mailto:Xavier.Cercós).

Nota important: Es recorda a tots els participants a les excursions que les responsabilitats, tan sobre els danys propis com aliens que se'n derivin de la pràctica d'aquest esport, **les assumeix cadascú**. Us recordem que es cobrarà un **suplement de 5€** a aquells que no estiguin **assegurats** a través del CEC, federats, etc.

Dades informatives de la sortida:

Hora de sortida

06:30

06:35

06:45

Medi de transport:

Duració del viatge:

Esmorzar:

Restaurant:

Lloc:

CNB

Pl. Pau Vila (sentit nord) per aquells que vingueu amb metro, parada Barceloneta.

Vil·la Olímpica, davant del McDonald's (sentit nord)

Autocar. (BCN – Figueres – Port de la Selva).

2 h aprox.

A determinar sobre la marxa.

Restaurant Cap de Creus (Cadaquès)

Preu : 45€