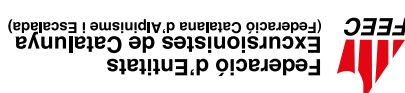


Calendari d'activitats 2014

107^è aniversari

Per a qualsevol dubte podeu consultar la nostra adreça electrònica: www.gmlira.cat, trucar-nos al nostre telèfon 977 66 69 95 (dimecres de 20h a 22h), o visitar el nostre perfil en facebook: Grup Muntanyenc Lira Vendrellenca



Amb el suport de:

GENER



DIA 12: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: El Vendrell - Mas Borràs - Roda de Berà - Creixell - Torredembarra
Distància: 20 km. aprox.
Desnivell acumulat: 180 m. aprox.
Dificultat: *
Llicència necessària: A



DIES 18 i 19: (#) ASCENSIÓ HIVERNAL AL "TAGA (RIPOLLÈS)"

Itinerari: Can Roca - Turó de l'Orri Vell - Les Nou Fonts - Coll de Comarca - Cim del Taga - Puig de Coma de l'Olla - Puig Estela - Can Roca
Durada: 5 h. aprox.
Desnivell acumulat: 958 m. aprox.
Alçada màxima: 2.039 m.
Dificultat: ***
Llicència necessària: C

FEBRER



DIA 2: SORTIDA PER ANAR A RECOLLIR EL "43é PESSEBRE"

Itinerari: Capafonts - Barranc de la Pixera - Capafonts
Distància: 10 km. aprox.
Dificultat: *
Llicència necessària: A



DIES 8 i 9: (#) ASCENSIÓ HIVERNAL AL "PUIGPEDRÓS (CERDANYA)"

Itinerari: Refugi de Malniu - Pla de la Feixa - Guils/Fontanera - Cim del Puigpedrós - Pic de les Molleres - Refugi del Malniu
Durada: 7 h. aprox.
Desnivell acumulat: 1.276 m. aprox.
Alçada màxima: 2.915 m.
Dificultat: ***
Llicència necessària: C



DIA 16: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: Torredembarra - Altafulla - Els Munts - Tamarit - Punta de La Mora - Tarragona
Distància: 17 km. aprox.
Desnivell acumulat: 80 m. aprox.
Dificultat: *
Llicència necessària: A



DIA 23: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: La Mola 317 m. (Tarragonès)
Itinerari: La Pobla de Montornès - Mas Gibert - Cumellar Gran - Cim de La Mola - La Trunyella - La Pobla de Montornès
Distància: 15 km. aprox.
Desnivell acumulat: 150 m. aprox.
Dificultat: **
Llicència necessària: A

MARÇ



DIA 9: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: Tarragona - Centelles - Constantí - La Canonja - Vilaseca - Salou - Cambrils
Distància: 28,02 km. aprox.
Desnivell acumulat: 122 m. aprox.
Dificultat: *
Llicència necessària: A



DIES 22 i 23: (#) ASCENSIÓ HIVERNAL A LA "TOSSA PLANA DE LLES (CERDANYA)"

Itinerari: Cap de Rec - Viliella - La Muga - La Portelleta - Cim de la Tossa Plana de Lles - Refugi del Pradell - Cap de Rec
Durada: 7 h. 45' aprox.
Desnivell acumulat: 1.509 m. aprox.
Alçada màxima: 2.830 m.
Dificultat: ***
Llicència necessària: C



DIA 30: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: Tossal de la Baltasana 1.202 m. (Baix Camp/Conca de Barberà)
Itinerari: Prades - Barranc dels Bessots - Cim del Tossal de la Baltasana - Prades
Distància: 20 km. aprox.
Desnivell acumulat: 150 m. aprox.
Dificultat: **
Llicència necessària: A

ABRIL



DIA 6: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: Cambrils - Miami Platja - Hospitalet de l'Infant
Distància: 15,17 km. aprox.
Desnivell acumulat: 79 m. aprox.
Dificultat: *
Llicència necessària: A



DIA 13: 17a CAMINADA POPULAR "VILA DEL VENDRELL"

Itinerari: a determinar
Distància: 12 km. aprox.
Dificultat: *



DIA 20: SORTIDA PREPARATÒRIA PER A L'ANADA A MONTSERRAT

Itinerari: a determinar
Dificultat: **
Llicència necessària: A



DIA 27: 9a ANADA A PEU "CREIXELL - SANTES CREUS"

Organitza: Club Esportiu Muntanyenc de Creixell
Distància: 35 km. aprox.
Dificultat: **
Llicència necessària: A

MAIG



DIES 3 i 4: (#) ASCENSIÓ AL "PIC D'EINA/TORRE D'EINA (RIPOLLÈS)"

Itinerari: Núria - Coll d'Eina - Cim del Pic d'Eina - Cim de la Torre d'Eina - Núria

Durada: 5 h. 30' aprox. | Desnivell acumulat: 981 m. aprox.

Alçada màxima: 2.830 m. | Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



DIA 4: SORTIDA PREPARATÒRIA PER A L'ANADA A MONTSERRAT

Itinerari: a determinar | Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIES 10 i 11: 24a ANADA A PEU "EL VENDRELL - MONTSERRAT"

Itinerari: El Vendrell - Banyeres - La Múnia - El Pla del Penedès - Torrelavit - San Jaume Sesoliveres - Collbató - Monestir de Montserrat

Distància: 75 km. aprox. | Dificultat: * * * | Llicència necessària: A



DIA 18: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: Hospitalet de l'Infant - Coll de Balaguer - Calafat - Sant Jordi d'Alfama - L'Ametlla de Mar

Distància: 23,45 km. aprox. | Desnivell acumulat: 647 m. aprox.

Dificultat: * | Llicència necessària: A



DIA 25: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: La Creu de Santos 942 m. (Ribera d'Ebre)

Itinerari: Balneari de Cardó - Ermitori de la Vall de Cardó - Cim de La Creu de Santos - Refugi del Teix - La Portella - Balneari de Cardó

Distància: 20 km. aprox. | Desnivell acumulat: 400 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A

JUNY



DIA 1: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: L'Ametlla de Mar - Port de l'Estany - Roca de l'Illot - Platja de Cap Roig - L'Ampolla

Distància: 16,55 km. aprox. | Desnivell acumulat: 128 m. aprox.

Dificultat: * | Llicència necessària: A



DIA 8: SORTIDA ALS "CINGLES DE MALANYEU (BERGUEDA)"

Itinerari: Malanyeu - Graell de Cal Pigot - Graell del Grapissot - Malanyeu

Durada: 5 h. aprox.

Distància: 11,5 km. aprox. | Desnivell acumulat: 670 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIES 14 i 15: (#) ASCENSIÓ AL "PIC D'ESCOBES (VALL D'INCLÉS)"

Itinerari: Pàrquing - Refugi del Juclar - Estany - Coll d'Alba - Cim - Pàrquing

Durada: 8 h. aprox. | Desnivell acumulat: 970 m. aprox.

Dificultat: * * * | Llicència necessària: C

DIES 21, 22 i 23 i 24: SORTIDA I ACTIVITATS DE CELEBRACIÓ DEL "40è ANIVERSARI DE LA FUNDACIÓ DEL GMLV"

Lloc: Estada en la Casa de Colònies de Tamarit on farem un seguit de sortides, activitats i esdeveniments per celebrar el 40è aniversari del Grup Muntanyenc de La Lira Vendrellenca



DIA 29: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: Roca Corbatera 1163 m. (Priorat)

Itinerari: Albarca - Cim de la Roca Corbatera - Sant Crist - Cova de les Bruixes - Mare de Déu del Montsant - Albarca

Distància: 18 km. aprox. | Desnivell acumulat: 420 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



JULIOL



DIES 5 i 6: (#) TRAVESSA DE "CAVALLS DE VENT (PARC NATURAL DEL CADÍ-MOIXERÓ)"

Itinerari: Rebot - Niu de l'Àliga - Serrat de les Esposes - Cortals de l'Inglà - Prat d'Aguiló - Lluís Estasen - Gresolet

Alçada màxima: 2.510 m. | Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



DIES 12 i 13: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: Tossal dels Tres Reis 1.356 m. (Montsià)

Itinerari: Fredes - Pinar Pla - Mas del Ric de Fredes - Cim del Tossal dels Tres Reis - Colls de Tombadors - Fredes

Distància: 12 km. aprox. | Desnivell acumulat: 250 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIA 19: (#) 4a KOMPE D'ESCALADA EN BLOC

Lloc: El Vendrell | Organitza: Vocalia d'escalada del Grup Muntanyenc

Llicència necessària: C



DIA 20: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: L'Ampolla - Delta de l'Ebre - Camarles - Amposta

Distància: 16,00 km. aprox. | Desnivell acumulat: 37 m. aprox.

Dificultat: * | Llicència necessària: A

AGOST



DIA 1: CAMINADA NOCTURNA D'ESTIU I SOPAR

Itinerari: El Vendrell - PRC 12 - Urbanització Edén Park - Sant Salvador - El Vendrell

Distància: 12 km. aprox. | Dificultat: * | Llicència necessària: A



DIES 2 i 3: (#) ASCENSIÓ A LA "PICA D'ESTATS (PALLARS SOBIRÀ)"

Cim que servirà per celebrar el 40è aniversari del Grup Muntanyenc de La Lira Vendrellenca

Itinerari: Vallferrera - Pica d'Estats - Vallferrera

Distància: 18 km. aprox. | Desnivell: 2.600 m. aprox. acumulat

Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



DIA 10: (#) SORTIDA D'ESCALADORS PER FER UNA "VIA FERRADA"

Lloc: Via ferrada de Sant Feliu de Guíxols | Llicència necessària: C

SETEMBRE



DIA 7: SORTIDA DEL "CAMÍ DE LA COSTA (GR-92)"

Itinerari: Amposta - Mata-redona - la Foradada (Montsià) - Pont de l'Olivar (Ulldecona)

Distància: 24,98 km. aprox. | Desnivell acumulat: 878 m. aprox.

Dificultat: * | Llicència necessària: A



DIES 13 i 14: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cims: Mont Caro 1442 m. (Baix Ebre) / Tosseta Rasa 1217 m. (Terra Alta)

Itinerari dia 13: Refugi del Caro - Coll de Pallers - Cim del Mont Caro - El Mascar - Refugi del Caro

Distància: 10 km. aprox. | Desnivell acumulat: 330 m. aprox.

Itinerari dia 14: Refugi del Caro - Coll de Carabasses - Cim de la Tosseta Rasa - Coll de Carabasses - Refugi del Caro

Distància: 10 km. aprox. | Desnivell acumulat: 200 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIES 20 i 21: (#) TRAVESSA DE "LA MARRANA (RIPOLLÈS)"

Itinerari: Vallter 2000 - Portella de Morens - Portella de Mentet - Pic de la Dona (2.702 m.) - Coll de la Geganta (2.604 m.) - Estany de Bacivers (2.609 m.) - Pic de Bacivers (2.844 m.) - Pic de Bastiments (2.883 m.) - Pic de Freser (2.835 m.) - Pic de l'Infern (2.869 m.) - Pics dels Gorgs (2.848 m.) - Pic Inferior de la Vaca (2.820 m.) - Coll de Tirapits - Coll de la Marrana (2.529 m.) - Refugi d'Ull de Ter (2.235 m.) - Vallter 200

Distància: 18 km. aprox.

Desnivell acumulat: 2.550 m. aprox. | Alçada màxima: 2.883 m.

Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



Distància: 18 km. aprox.

Desnivell acumulat: 2.550 m. aprox. | Alçada màxima: 2.883 m.

Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



DIES 27 i 28: (#) TROBADA D'ESCALADORS

Lloc: zones d'escalada dels Ports de Beseit

Llicència necessària: C

OCTUBRE



DIES 4 i 5: (#) 13a "MARXA TRENKAKAMES"

Itinerari: El Vendrell - San Vicenç - Albinyana - Masarbonés - Rodonyà - El Montmell - Selma - Aiguaviva - Mas Bartomeu - Plana de Cal Gassó - Casa Murada - El Vendrell

Distància: 85 km. aprox.

Dificultat: * * * | Llicència necessària: A



DIA 19: DINAR DE GERMANOR DEL TRENKAKAMES

Lloc: a determinar



DIA 26: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: Punta Barrina 1.010 m. (Alt Camp)

Itinerari: Mont-ral - Roca Foradada - El Portell - Cim de la Punta Barrina - El Bosquet - Mont-ral

Distància: 15 km. aprox.

Desnivell acumulat: 250 m. aprox. | Dificultat: * *



NOVEMBRE

DIA 9: (#) 9a DUATLÓ DE MUNTANYA DEL BAIX Penedès

Itinerari: a determinar

Distància: En BTT: 35 km. aprox. + a peu: 8 km. aprox.

Dificultat: * * * | Llicència necessària: C



DIA 16: SORTIDA DE CAMINADORS A "LA GARROTXA"

Itinerari: Salt de Sallent

Distància: 8 km. aprox. | Desnivell acumulat: 1.000 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIA 23: SORTIDA ALS "SOSTRES COMARCALS DE TARRAGONA"

Cim: La Talaia del Montmell 861 m. (Baix Penedès)

Itinerari: Àrea recreativa - Església de Sant Miquel - Pi de les Tres Soques - Cim de la Talaia del Montmell - Ermita de Sant Miquel - Àrea recreativa

Distància: 10 km. aprox. | Desnivell acumulat: 430 m. aprox.

Dificultat: * * | Llicència necessària: A



DIA 30: SORTIDA DE CAMINADORS AL "TOSSAL DE SOMEROTA (PRENAFETA)"

Itinerari: es tracta de resseguir la carena del límit entre l'Alt Camp i la Conca de Barberà (<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4454512>)

Distància: 9 km. aprox.

Desnivell positiu: 400 m. aprox. | Llicència necessària: A

DESEMBRE



DIA 12: SOPAR DE NADAL

Lloc: Sala Pau Casals (La Lira Vendrellenca)

Organitza: Grup de Muntanya amb la presentació del calendari de sortides de l'any 2015



DIA 14: SORTIDA DE CAMINADORS PER POSAR EL "44è PESSEBRE DE NADAL"

Lloc: a determinar

Dificultat: * | Llicència necessària: A



DIA 25: CAMINADA NOCTURNA DE LA "NIT DE NADAL"

Itinerari: El Vendrell - Sant Vicenç - Repetidor TV - El Vendrell

Distància: 10 km. aprox.

Dificultat: * | Llicència necessària: A

(#) Activitat supeditada a acceptació per part del participant de les normes legals de realització establertes per la FEEC



Escalada



Excursionisme



Ferrata



Trekking



BTT



Alpinisme