

DEL 7 AL 10
DE JULIOL 2022

100 KM
DE SENDERS

1.750M
2.200M

7è

Festival de senderisme Vall Fosca Pirineus

FESTIVAL DE SENDERSIMO - WALKING FESTIVAL - RANDO FESTIVAL



vall fosca
L'ENERGIA DELS PIRINEUS
WWW.VALLFOSCA.NET



Planificació del desenvolupament
de la Pirineus de 1960-1980
amb el suport econòmic de
la Generalitat de Catalunya i el Govern de França



Senderisme



DEL 7 AL 10
DE JULIOL 2022

CAMINA I ASSABOREIX LA VALL FOSCA

Vine a descobrir nous racons de la Vall Fosca, de la mà de guies de muntanya i de persones que hi viuen, que ens ajudaran a conèixer i interpretar l'entorn, i faran de la sortida una experiència molt especial.

Per a totes les sortides, cal portar roba adequada a la meteorologia, botes de mitja muntanya o calçat esportiu de muntanya, motxilla i aigua.

DIJOUS 7 DE JULIOL

SOPAR SOTA LES ESTRELLES I CAMINADA NOCTURNA

17.30 h / Sallente

Distància: 4 km (baixada d'Estanty Gento)

Desnivell: 400 m

Dificultat física: moderada

Dificultat tècnica: terreny complicat

Preu: 50 € Inclou el guiatge, telefèric, sopar i observació d'estrelles.

Guiatge: Jordi Arévalo i Cesc Capdevila (Rutes Pirineus)
Observació d'estrelles: Kike Herrero (Celística Pirineus)
Màxim participants: 20

DURANT TOT EL FESTIVAL

EXPOSICIÓ ENFILANT L'AGULLA. INDUMENTÀRIA TRADICIONAL DE LA VALL FOSCA

L'exposició es pot visitar en horari de Museu, de dimarts a dissabte d'11 h a 14 h i de 17 h a 20 h, i diumenge de les 11 h a les 14 h.

Preu: gratuït

INSCRIPCIONS

www.vallfosca.net

La inscripció al Festival de Senderisme Vall Fosca – Pirineus inclou un pack de benvinguda.

DIVENDRES 8 DE JULIOL

UN DIA AMB KELLER

08.30 h / Sallente

Distància: 13 km

Desnivell: 675 m

Dificultat física: exigent

Dificultat tècnica: pendents pronunciats, terreny complicat

Edat: A partir de 12 anys

Preu: 50 € Inclou el guiatge, telefèric, dinar i visita al Museu Guiatge: Albert Sengenís (Keller) i Ramon Dies (Amaroq Explorers)
Màxim participants: 14

LA FLORA DE LA VALL DE RIQUERNA

08.45 h / Capdella

Distància: 8,5 km

Desnivell: 430 m

Dificultat física: moderada

Dificultat tècnica: pendents pronunciats

Preu: 10 € (adults) 6 € (< 12 anys)

Guiatge: Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici

Màxim participants: 20

JUGUEM AMB LES ORENETES

17.30 h / Beranui

Preu: 16 € (adults) 8 € (< 12 anys)

Guiatge: Cesc Capdevila i Helena Barril

Màxim participants: 20

DISSABTE 9 DE JULIOL

NOCIONS BÀSIQUES DE SUPERVIVÈNCIA A LA MUNTANYA

08.30 h / Capdella

Distància: 9 km

Desnivell: 650 m

Dificultat física: moderada

Dificultat tècnica: pendents pronunciats

Edat: a partir de 8 anys, acompanyats de pares o tutors
Preu: 16 € (adults) 8 € (< 12 anys)

Guiatge: Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici

Materiu: roba adequada a la meteorologia, botes de mitja muntanya o calçat esportiu de muntanya, motxilla, aigua, dinar (portar alguna cosa que es pugui fer al foc)

Màxim participants: 12

FENT DE PASTORS AMB EL GOS D'ATURA

08.30 h / Capdella

Distància: 9,5 km (pot variar en funció d'on es trobi el bestiar)

Desnivell: 540 m

Dificultat física: moderada

Dificultat tècnica: pendents pronunciats

Preu: 16 € (adults) 8 € (< 12 anys)

Guiatge: Marc Porta (Geoesquerat) i Jordi Gironès i Fernando Mayato (L'Institut Centre d'Esports de Muntanya)
Màxim participants: 14

CAMINS D'AIGUA I LLUM AL PARC NACIONAL

08.30 h / Capdella

Distància: 5 km

Desnivell: 420 m

Dificultat física: moderada

Dificultat tècnica: pendents pronunciats

Preu: 10 € (adults) 6 € (< 12 anys)

Guiatge: Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici

Màxim participants: 20

XERRADA EL CANVI CLIMÀTIC I EL TEMPS A MUNTANYA

19.00 h / Espui (antiga escola)

Preu: gratuït

A càrrec de Francesc Maurí, meteoròleg de Catalunya Ràdio i TV3 i presentador del programa MeteoMauri a Catalunya Ràdio

DIUMENGE 10 DE JULIOL

LES MINES DE CASTELL

09.00 h / La Plana de Mont-ros

Distància: 1,8 km

Desnivell: 224 m

Dificultat física: moderat

Dificultat tècnica: sense dificultat tècnica

Preu: 12 € (adults) 5 € (< 12 anys)

Guiatge: Elena Nieto (Eureka SGN)

i Jordi Arévalo (Rutes Pirineus)

Màxim participants: 15

DESCOBRIM LA FAUNA FLUVIAL

10.00 h / La Pobleta de Bellveí

Dificultat física: molt fàcil

Dificultat tècnica: sense dificultat tècnica

Preu: 14 € (adults) 6 € (< 12 anys)

Guiatge: Albert Cereza i Carlos Belmonte (Salvatgines)

Màxim participants: 20

CERÀMICA AL COSTAT DEL RIU

10.45 h / La Pobleta de Bellveí

Distància: 300 m

Desnivell: sense desnivell

Dificultat física: molt fàcil

Dificultat tècnica: sense dificultat tècnica

Preu: 20 € (activitat a partir de 14 anys)

Taller de ceràmica: Andrea Vives (La Santolina)

Màxim participants: 8

VERMUT DE COMIAT

13.30 h / La Pobleta de Bellveí

Preu: gratuït per a qualsevol participant d'alguna de les activitats del 7è Festival de Senderisme Vall Fosca Pirineus. Cal inscripció.

És important que conegueu el vostre estat físic abans que us inscrivueu. La majoria d'activitats tenen un grau de dificultat moderat o fàcil, però cal estar acostumat a caminar en terreny de muntanya, i a fer pujades i baixades, perquè en totes les sortides hi ha desnivell.