

DEL 7 AL 9
DE JULIO
2023

FESTIVAL DE SENDERISMO
WALKING FESTIVAL
RANDO FESTIVAL



Festival de senderisme Vall Fosca Pirineus



Ajuntament de
La Torre de Cardener

WWW.VALLFOSCA.NET



DEL 7 AL 9 DE JULIO 2023 CAMINA Y DÉJATE GUIAR EN LA VALL FOSCA

Ven a descubrir nuevos rincones de la Vall Fosca, con la ayuda de guías de montaña y de personas que viven en el valle, que nos ayudarán a conocer e interpretar el entorno, y harán de la salida una experiencia muy especial.

Para todas las salidas, hay que llevar ropa adecuada a la meteorología, botas de media montaña o calzado deportivo de montaña, mochila y agua.

VIERNES 7 DE JULIO

CENA BAJO LAS ESTRELLAS Y CAMINATA NOCTURNA

17.30 h

Distancia: 3,2 km (Estany Gento-estany Tort)
Desnivel: 190 m
Dificultad física: fácil
Distancia: 4 km (bajada de Estany Gento)
Desnivel: 400 m
Dificultad física: moderada
Dificultad técnica: terreno complicado
Precio: 50 € Incluye el guiage, teleférico, cena y observación de estrellas.
Guía: Amaroq Explorers
Observación de las estrellas:
Kike Herrero (Celistia Pirineus)
Máximo participantes: 20

DURANTE TODO EL FESTIVAL

CAMPAMENTO DE MONTAÑA DE ÉPOCA

Lugar: Campamento de montaña (zona Lo Peiró-barbacoas de la Pobleta de Bellvé, en el campamento del Flamisell)
Horario de visita: de las 10 h a las 21 h
Precio: gratuito

EXPOSICIÓN AGUA VIVA

Lugar: Museo Hidroeléctrico de Capdella
Horario de visita: de lunes a sábado de 11 h a 14 h y de 17 h a 20 h, y domingos, de las 11 h a las 14 h
Precio: gratuito

SÁBADO, 8 DE JULIO

CAMINOS DE AGUA Y LUZ EN EL PARQUE NACIONAL

08.30 h

Distancia: 5 km
Desnivel: 420 m
Dificultad física: moderada
Dificultad técnica: pendientes pronunciadas
Precio: 10 € (adultos) 6 € (< 12 años)
Guía: Geoparc Orígens y el Instituto Centro de Deportes de Montaña del Pallars
Material: calzado de montaña y ropa cómoda, comida, agua, protector solar y bastones (opcional)
Máximo participantes: 20

LAS BRUJAS DE SERRASPINA

09.00 h

Distancia: 6 km
Desnivel: 500 m
Dificultad física: moderada
Dificultad técnica: pendientes pronunciadas
Edad: a partir de 12 años
Precio con la comida incluida: 22 €
Guía: Montse Roca (Entremonts Pirineus)
Material: calzado de montaña y ropa cómoda, comida, agua, protector solar y bastones (opcional)
Máximo participantes: 12

TALLERES DE RECICLAJE, REAPROVECHAMIENTO Y SOSTENIBILIDAD

Slow-mountaineering en el marco de la recreación del campamento de verano de montaña de principios del siglo XX

TALLER 1: OBTENCIÓN Y POTABILIZACIÓN DEL AGUA

17 h – 18 h

Edad: a partir de 10 años. Los menores tendrán que ir acompañados de una persona adulta
Precio: 5 € (adultos) gratuito (< 14 años)
Guía: Albert Sangenis y Ramon Dies
Máximo participantes: 12

TALLER 2: CONSTRUCCIÓN DE REFUGIOS

18 h – 20 h

Edad: a partir de 10 años. Los menores tendrán que ir acompañados de una persona adulta
Precio: 5 € (adultos) gratuito (< 14 años)
Guía: Albert Sangenis
Máximo participantes: 12

ALIMENTACIÓN. DIFERENTES MANERAS DE COCINAR ALIMENTOS, DE AYER Y DE HOY

20 h – 21 h

Edad: a partir de 10 años. Los menores tendrán que ir acompañados de una persona adulta
Precio: 5 € (adultos) gratuito (< 14 años)
Guía: Albert Sangenis i Ramon Dies
Máximo participantes: 12

Todas las actividades las dirigen guías-interpretadores locales que nos ayudarán a conocer e interpretar el entorno.

DOMINGO, 9 DE JULIO

LA VALL FOSCA, ESCULPIDA POR EL HIELO DURANTE TIEMPOS GLACIALES

09.00 h

Distancia: 5 km
Desnivel: 200 m
Dificultad física: fácil
Dificultad técnica: pendientes pronunciadas
Precio: 10 € (adultos) gratuito (< 12 años)
Guía: Geoparc Orígens y Institut Centre d'Esports de Muntanya del Pallars
Material: calzado de montaña y ropa cómoda, comida, agua, protector solar y bastones (opcional)
Máximo participantes: 15

DESCUBRAMOS LA BIODIVERSIDAD DE NUESTRO ENTORNO JUGANDO A SER EXPLORADORES

10.00 h – 13.00 h

Dificultad física: muy fácil
Dificultad técnica: sin dificultad técnica
Precio: 14 € (adultos) 6 € (< 12 años)
Guía: Salvatgines
Máximo participantes: 25

VERMUT DE DESPEDIDA

13.30 h

Lugar: Campamento de montaña (zona Lo Peiró-barbacoas de la Pobleta de Bellvé, en el campamento del Flamisell)
Precio: gratuito para cualquier participante en alguna de las actividades del 8º Festival de Senderismo Vall Fosca Pirineus. Imprescindible inscribirse.

INSCRIPCIONES

www.vallfosca.net

La inscripción al Festival de Senderismo Vall Fosca – Pirineus incluye una bolsa de bienvenida.

Es importante que conozcáis vuestro estado físico antes de inscribiros. La mayoría de actividades tiene un grado de dificultad moderado o fácil, pero hay que estar acostumbrado a caminar en terrenos de montaña, y realizar subidas y bajadas, porque en todas las salidas hay desnivel.