

---

# EXCURSIONS A PEU PELS ESPAIS NATURALS - ANY 2020

## EQUIP D'ACTIVITATS AMBIENTALS - DES DE 1995

---

### GENER

- **Dijous 9 i dissabte 11**, Serra de les Planes (Serres d'Ordal), excursió matinal, nivell: A / B
- **Dijous 16 i dissabte 18**, Pedra dels Quatre Termes (Baix Penedès), excursió matinal, nivell: A
- **Dijous 23 i diumenge 26**, Gallecs (Vallès Oriental), excursió matinal, nivell: A \*Tren\*

### FEBRER

- **Dijous 6 i dissabte 8**, Sota-ribes (Garraf), excursió matinal, nivell: A \*Bus\*
- **Dijous 13 i dissabte 15**, Montpalau (Maresme), excursió de dia sencer, nivell: A / B \*Tren\*
- **Dijous 20 i dissabte 22**, Sant Gregori (Gironès), excursió de dia sencer, nivell: A

### MARÇ

- **Dijous 5**, els turons de Céllecs (Serralada Litoral), excursió matinal, nivell: B
- **Dijous 26 i dissabte 28**, Castell de Torelló (Vall del Ter), excursió de dia sencer, nivell: B \*Tren\*

### ABRIL

- **Setmana Santa, 4 dies – Maçanet de Cabrenys (Alt Empordà - Vallespir)**  
**Primer torn: del dissabte 4 al dimarts 7**  
**Segon torn: del divendres 10 al dilluns 13**  
Estada amb 4 dies d'excursions. Preu per persona: 138 euros.  
El preu inclou: el servei del guia, organització i assegurança d'accidents.  
El preu no inclou: allotjament, restaurant, transport i altres despeses que no estiguin especificades.
- **Diumenge 26**, L'Espelt (Anoia), excursió matinal, nivell: A
- **Dijous 30**, L'Espelt (Anoia), excursió matinal, nivell: A

### MAIG

- **Dijous 7 i dissabte 9**, Cingleres de Rupit (Collsacabra), excursió de dia sencer, nivell: B
- **Dijous 14 i dissabte 16**, de Ripoll a Campdevànol (Prepirineu), excursió de dia sencer, nivell: B \*Tren\*
- **Dijous 21 i diumenge 24**, Puigcastellet (Osona), excursió matinal, nivell: A

### JUNY

- **Dissabte 6**, Pla d'Erola (Vall de Ribes - Pirineus), excursió de dia sencer, nivell: C \*Tren\*
- **Dijous 11 i dissabte 13**, Un tomb pel Coll Formic (Montseny), excursió matinal, nivell: A / B

### JULIOL I AGOST

- **Estades d'estiu, 6 dies - Vall de Benasc (Pirineus)**  
**Primer torn: del diumenge 19 al divendres 24 de juliol**  
**Segon torn: del diumenge 2 al divendres 7 d'agost**  
Estada amb 5 dies d'excursions. Preu per persona: 183 euros.  
El preu inclou: el servei del guia, organització i assegurança d'accidents.  
El preu no inclou: allotjament, restaurant, transport i altres despeses que no estiguin especificades.

## SETEMBRE

- **Dijous 24 i dissabte 26**, la volta al puig Cornador (Montseny), excursió matinal, nivell: A

## OCTUBRE

- **Dissabte 3**, Les Agudes (Montseny), excursió de dia sencer, nivell: B / C
- **Dijous 8**, Riera de l'Estany (Moianès), excursió matinal, nivell: A
- **Dijous 15 i dissabte 17**, Serra dels Bufadors (Prepirineu), excursió de dia sencer, nivell: B
- **Estada de tardor, 4 dies - Vall de Cardós (Pirineus)**  
**Del dilluns 26 al dijous 29 – dies laborables**  
Estada amb 4 dies d'excursions. Preu per persona: 136 euros.  
El preu inclou: el servei del guia, organització i assegurança d'accidents.  
El preu no inclou: allotjament, restaurant, transport i altres despeses que no estiguin especificades.

## NOVEMBRE

- **Dijous 12 i dissabte 14**, De Sant Joan a Ogassa (Prepirineu), excursió de dia sencer, nivell: B
- **Dijous 19 i dissabte 21**, Serra de la Llacuna (Anoia), excursió matinal, nivell: A / B

## DESEMBRE

- **Dijous 3 i diumenge 6**, Coll del Bruc (Anoia), excursió matinal, nivell: A
- **Dijous 10 i dissabte 12**, el Codro Bressol (Moianès), excursió matinal, nivell: A

## INFORMACIÓ I RESERVES

Telèfon: 93 340 25 41 Adreça electrònica: [sisturons@gmail.com](mailto:sisturons@gmail.com) Pàgina web: [www.sisturons.com](http://www.sisturons.com)

- L'hora i el punt de trobada (lloc d'inici de l'excursió) es concretaran en el moment de fer la reserva.
- Els grups són limitats; cal fer les reserves amb antelació.
- Per motius de seguretat o per climatologia adversa, el guia es reserva el dret de modificar o anul·lar l'excursió.
- A més de les sortides d'aquesta programació, es poden organitzar itineraris o activitats sota demanda.
- En les excursions de més d'un dia cal deixar una paga i senyal per a formalitzar la reserva.
- No està permès portar animals domèstics a les excursions sense l'autorització del guia.

### **DURADA I PREUS:**

- Excursió matinal: itinerari de curta durada entre 3 i 5 hores. Cal portar l'esmorzar. **Preu: 15 euros.**
- Excursió de dia sencer: itinerari de més de 5 hores. Cal portar l'esmorzar i el dinar. **Preu: 18 euros.**
- Els preus inclouen el guiatge durant l'excursió a peu i l'assegurança d'accidents.
- Els preus no inclouen el transport ni altres serveis que no se especificuin.

### **NIVELL:**

- A** Excursió amb desnivells inferiors als 300 metres.
- B** Excursió amb desnivells entre 300 i 600 metres.
- C** Excursió amb desnivells entre 600 i 900 metres.
- D** Excursió amb desnivells superiors als 900 metres.

**EQUIP RECOMANAT:** Calçat de muntanya, motxilla, cantimplora, capelina, protecció solar i roba adient per a les diferents condicions climàtiques.

---

**TROBAREU UNA INFORMACIÓ MÉS DETALLADA DE LES EXCURSIONS A:**  
[www.sisturons.com](http://www.sisturons.com)

---