

RUTA NOCTURNA

ASCENSIÓ HIVERNAL I NOCTURNA AL PENYAGOLOSA

INFORMACIÓ GENERAL:

Etapa	Sant Joan - Pic Penyagolosa- Sant Joan
Eixida:	Divendres Dia 9 de febrer a les 20h porta de la universitat
Arribada:	Dissabte Dia 10 de febrer a les 03 h aprox. porta de la universitat
Horari:	4h
Distància:	6 km.
Desnivell:	513m. En pujada i 513m en baixada
Dificultat:	Mitjana - alta: recorregut per sendes de mitja i alta muntanya amb desnivell fort.
Nivell físic aconsellable:	Practicar algun esport amb regularitat o caminar per sendes de muntanya habitualment.

Material necessari:	<ul style="list-style-type: none">• Motxilla, botella d'aigua (1'5 litres) o termos, sopar, bastons telescòpics (aconsellable).
Roba:	<ul style="list-style-type: none">• Roba esportiva o específica de senderisme.• Botes de mitja muntanya. (En cas d'estar el terreny nevat no s'admetrà a cap participant amb sabatilles)• Forro polar gruixut per a abrigar-se en les parades. Jaqueta impermeable, 2 parells de calcetins gruixuts (que no siguin de cotó).• Guants, gorro... etc.
	<ul style="list-style-type: none">• Llanterna frontal o semblant

