



TRAVESÍA INTEGRAL DE MONTSERRAT

La montaña mágica

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino.....	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	3
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	3
5	Más información	4
5.1	Incluye.....	4
5.2	No incluye	4
5.3	Material y ropa necesaria para el trekking	4
5.4	Observaciones	5
5.5	Tipo de seguro que se incluye en el viaje	6
5.6	Enlaces de interés.....	7
5.7	Puntos fuertes	7
5.8	Otros viajes similares	7
6	Contacto.....	7

1 Presentación

Os presentamos la **travesía integral de Montserrat**, una de las rutas de dos días más espectaculares que podemos hacer en nuestro territorio, con el aliciente de pasar la noche en medio de las agujas de esta emblemática montaña.

Comenzaremos subiendo desde **Monistrol** al refugio-ermita de **Sant Benet**. Pasaremos por el **monasterio de Santa María de Montserrat**, después enlazaremos con el **GR-172** y recorreremos la vertiente norte del macizo, pasando por **Santa Cecilia** hasta el extremo oeste del macizo. Hacia el final de la etapa, alcanzaremos la emblemática **Roca Foradada** y el histórico paraje de **Sant Pau Vell** que es un mirador excepcional de la zona.

Al día siguiente, llegaremos hasta **Sant Jeroni** donde recorreremos el popular y turístico camino de **Sant Joan** hacia **Sant Miquel**. Es una etapa más laberíntica en todo su primer tramo y con continuas bajadas subidas y bajadas en la segunda parte del día. El último tramo de la travesía, la efectuamos cómodamente por el **Camí de les Aigües** hasta **Monistrol**.

Con la ventaja de comenzar y acabar la travesía en la estación de **Monistrol**, podremos acudir en coche particular o en tren público a una hora escasa del centro de **Barcelona**.

¡Un estupenda aventura de montaña en un lugar mágico!

2 El destino

El macizo de **Montserrat** es realmente singular. Resultado de la erosión del agua sobre la roca conglomerada, su característico relieve se alza bruscamente ante el viajero, llegando hasta los 1.236 metros de altitud del pico de **Sant Jeroni**. A pesar de su apariencia rocosa, cuando uno se adentra en este macizo de innumerables agujas de formas caprichosas, canales y cuevas, descubre una vegetación lozana, en parte gracias al denso bosque de encina que mantiene la poca humedad característica del clima mediterráneo.

En tiempos no muy lejanos la fauna inició un proceso de desaparición, agravado por el gran incendio que sufrió la montaña en el año 1986. En 1987 fue declarado parque natural para garantizar su conservación y actualmente encontramos mamíferos, reptiles y pájaros, éstos últimos muy numerosos, visibles y ligados a la historia de **Montserrat**. Entre los mamíferos, destacan el **jabalí** o la **ardilla** y la **cabra salvaje** (*Capra pyrenaica*) reintroducida en la montaña a partir del año 1995.

Montserrat está dividida en muchas regiones, siendo quizá **Agulles**, **Frares**, **Sant Benet** o **Gorros** las más conocidas, todas ellas unidas por una extensa red de caminos que permiten gozar tanto de la singular orografía montserratina, como de la flora y la fauna.

Más allá de la famosa excursión del **Monasterio** a **Sant Jeroni**, la montaña de **Montserrat** ofrece multitud de posibilidades al senderista, algunas veces emulando a las cabras salvajes con las que uno puede topar, otras a los escaladores que tanto frecuentan esta montaña.

La montaña de **Montserrat** está muy ligada a la historia de la espiritualidad catalana, con su Monasterio dedicado a la **Virgen de Montserrat**, popularmente conocida como "**La Moreneta**", y sus muchas ermitas esparcidas por toda la montaña, algunas de ellas no más que un simple abrigo para el ermitaño, en una covacha.



3 Datos básicos

Destino: **Macizo de Montserrat**. Cataluña.
Punto de encuentro: **Monistrol de Montserrat**
Actividad: Trekking
Nivel físico: *******. Tipo de terreno: ****/****
Duración: 2 días.
Época: Todo el año evitando los días mas calurosos.
Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

	Desnivel + acumulado	Condición física
*	hasta 700 m	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1500 m	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel ******* con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Monistrol de Montserrat- Refugio de Agulles Vicenç Barbé

Distancia total 15 km. Desnivel + 2000 m. Desnivel - 1356m.

Día 2. Refugio de Agulles Vicenç Barbé- Monistrol de Montserrat-

Distancia total 20 km. Desnivel + 1605 m. Desnivel - 2272m.

4.2 Programa detallado

Día 1. Monistrol de Montserrat- Refugio de Agulles Vicenç Barbé

La travesía se realiza en sentido contrario a las agujas del reloj, pues es la manera más recomendable tanto por la complejidad como dureza de las dos etapas. Esta primera tiene un fuerte desnivel positivo, pero sencilla en el apartado técnico. Se comienza con una buena subida de **Monistrol** al refugio-ermita de **Sant Benet**, pasando por el **Monasterio**, para enlazar después con el **GR-172**, recorriendo la espectacular vertiente norte, pasando por **Santa Cecilia** y continuar hasta el extremo oeste del macizo. Hacia el final de la etapa llegaremos a la

emblemática **Roca Foradada** y al histórico paraje de **Sant Pau Vell**, mirador excepcional de la vertiente oeste de la montaña.

Distancia total 15 km. Desnivel + 2000 m. Desnivel - 1356m.

Día 2. **Refugio de Agulles Vicenç Barbé- Monistrol de Montserrat-**

La segunda etapa comenzaremos caminando PR C-68, hasta casi la cima de Sant Jeroni donde ya tomaremos el popular y turístico camino de **Sant Joan**, hacia **Sant Miquel** y la fuerte bajada de nuevo hacia **Monistrol**. Es una etapa más laberíntica en todo su primer tramo y un poco más pesada para las subidas y bajadas que iremos encontrando todo el tiempo. La segunda parte de esta jornada, recorre caminos muy turísticos, no por ello menos interesantes. Encontraremos algunas secciones un poco más técnicas donde tendremos que prestar atención y ocasionalmente utilizar las manos para ayudarnos. También tendremos la oportunidad de subir a **Sant Jeroni**, que con sus 1.225 m es el punto culminante de Montserrat.

Distancia total 20 km. Desnivel + 1605 m. Desnivel - 2272m.

5 Más información

Precio:

- 190 euros precio no federado
- 183 euros precio federado FEEC

5.1 Incluye

- Guía de montaña
- 1 noche en **Refugio Agulles “Vicenç Barbé”** en régimen de media pensión (cena y desayuno).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Transporte. Muntania Outdoors puede gestionar el transporte del mismo en función de la procedencia de los participantes.
- Bebidas no incluidas en el menú de los alojamientos.
- Cualquier cambio que se pueda dar en la travesía por cualquier incidencia (meteorológica, etc.) y que supongan un gasto mayor al presupuestado del cliente y del guía.

5.3 Material y ropa necesaria para el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (entre 30-40 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:

- Calcetines.
- Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
- Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
- Forro polar o similar (segunda capa).
- Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
- Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
- Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastón/bastones telescópicos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 14 a 7 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Transporte a la zona donde se hace el trekking

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

Mochila durante el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-8 kilos.

Refugios

Se recomienda viajar con muy poca comida de ataque ya que puede comprar en el refugio.

No es necesario llevar saco de dormir pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano. En los refugios no hace frío y nos proporcionan mantas.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Una vez iniciado el viaje, cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

5.5 Tipo de seguro que se incluye en el viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Seguro Ski/Aventura Plus

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son seguros de viajes con mejores coberturas que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

5.6 Enlaces de interés

- <https://www.feec.cat/fem-muntanya/refugis/refugi/refugi-agulles-vicenc-barbe/>

5.7 Puntos fuertes

- Visita el corazón del Montserrat
- Paisajes de gran belleza.
- Tranquilidad del lugar.

5.8 Otros viajes similares

- Cavalls del Vent. Parque Natural del Cadi-Moixero
- Carros de fuego: la Alta Ruta de los Pirineos
- Porta del Cel. Trekking por el Parque Natural del Alt Pirineu

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).