



Kabretes

Itinerari:

•Betlem• Pas des ses Osques • Puig de sa Creu (470 m)• sa Talaia Freda (557 m)• Ermita de Betlem • Betlem

Grau de dificultat: Dificil. Nivell 4 - La máxima dificultat es troba en la verticalitat del pas des Osques. *Així i tot està a l'abast d'aquelles kabretes amb bona forma física.*

Simultàneament es farà una ruta alternativa de nivel Fàcil que no inclou la pujada pel Pas.

. És important portar botes de muntanya amb bona sola. Haurem de fer servir la grimpada i a més es requerirà seny en fer els pas de ses Osques

Temps aproximat de marxa i llargada efectiva: 5 h. 9,5km.
Altures: mín 30 m. màx 557 m. Denivell acumulat aproximat 600 m.

TOT COMENÇA AMB UNA PRIMERA PASSA

Ruta per les contrades de la serra de Llevant.

Pujarem al puig de sa Creu per l'amagat i vertical pas de ses Osques.

Partirem des de Betlem seguint el torrent de sa Parada per anar a cercar el pas que s'amaga entre roquissars i parets inexpugnables.

De ben segur aquest tram de ruta ens regalarà una bona dosi d'adrenalina vestida de suor, però us ben asseguro que l'alenada valdrà bé la pena ...

Arrodonirem el dia pujant fins a sa Talaia Freda.
Per tornar ens acostarem a l'Ermita i davallarem pel sinuós camí del GR.

Excursió

Puig de sa Creu
Talaia Freda
pas de ses Osques

25 de maig 2018

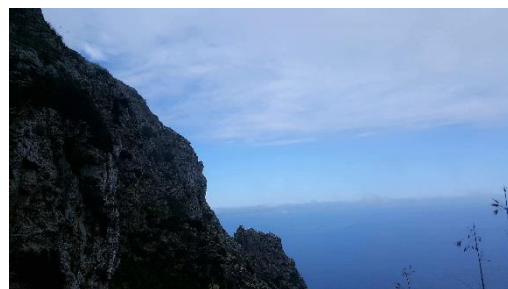


Trobada: Alcampo, davant McDonald's

Hora: 8:00 h.

<http://www.terraiaventura.com/>

INSCRIPCIÓ: CORREU A
KABRETES@AESANOSTRA.ES
INDICANT NOM I LLINATGES I NÚMERO DE MÒBIL DEL/S PARTICIPANT/S ABANS DE DIVENDRES 25-05-2018





Què no podeu oblidar ???

- Menjar i beure per tot el recorregut: es recomanen al manco 2 litres d'aigua i menjar ric en sucres que ens aportin energia i sigui de bona digestió.
- Sabates o botes de muntanya que us subjectin convenientment els turmells.
- Vestir-vos per capes de manera que no passeu en cap moment ni fred ni calor.
- Capelina o roba impermeable per si ens visita una inesperada pluja.
- Ulleres de sol, capell o gorra i crema solar.
- Frontal o llanterna.
- Llicència federativa de muntanya, mínim B.
- Si sou associats i no teniu llicència ni n'esteu en tràmit ens heu de portar el full d'exempció de responsabilitat degudament signat i emplenat.
- I també us aconsellem: bastons per aquells que hi estiguin avesats, fruits secs, begudes isotòniques, farmaciola personal, mocador de coll, brúixola i mapa de la zona.



- ✓ Avançar-se al guia i abandonar la ruta marcada
- ✓ Deixar brossa a la muntanya
- ✓ Fer malbé els camins i transitats
- ✓ Maltractar la fauna i la flora

