(Català)

**SENDERISME. EL MONTÓN DE TRIGO**

Excursió condicionada a prediccions meteorològiques favorables. A les nostres excursions parlem indistintament en castellà i en català.

- **Desnivell acumulat:** 930 m. aprox.

**- Durada:** 6 hores aprox., a pas moderat, sense comptar descansos.

- **Distància**: 15 km aprox.

- **Itinerari:** Las Dehesas de Cercedilla (1.350 m) – Puerto de la Fuenfría (1.792 m) – Cerro Minguete (2.026 m) – Montón de Trigo (2.161 m) – Collado de Tirobarra (1.984 m) – Collado de Marichiva (1.750 m)- Las Dehesas de C.

**Descripció:** Ruta clàssica en la Serra de Guadarrama que requereix bona forma física. Caminarem per les esplèndides pinedes de la Fuenfría i des dels cims contemplarem els boscos de Valsaín i les altures més grans de la Serra de Guadarrama. Hem de menjar els nostres entrepans en ruta.

- **Equip necessari**: Roba d’hivern, barret, motxilla, botes de muntanya, bastons de marxa, menjar, aigua.

- **Transport:** Els nostres vehicles particulars. Aprox. una hora de viatge d'anada. Proposem reduir vehicles i pagar la benzina entre tots.

- **Cita:** Dissabte, 23 març, 08:00 a.m., Plaza de Castilla, depósito Canal YII. Hora aproximada de tornada 19:00 h.

És imprescindible que us apunteu al formulari adjunt. Obrirem un grup de WhatsApp amb tots els apuntats per facilitar la coordinació. Per qualsevol dubte addicional podeu contactar amb Henry 600 046 078.

(Castellano)

**SENDERISMO. EL MONTÓN DE TRIGO**

Excursión condicionada a predicciones meteorológicas favorables. En nuestras excursiones hablamos indistintamente en castellano y en catalán.

- **Desnivel acumulado:** 930 m. aprox.

**- Duración:** 6 horas aprox., a paso moderado, sin contar descansos.

- **Distancia**: 15 km aprox.

- **Itinerario:** Las Dehesas de Cercedilla (1.350 m) – Puerto de la Fuenfría (1.792 m) – Cerro Minguete (2.026 m) – Montón de Trigo (2.161 m) – Collado de Tirobarra (1.984 m) – Collado de Marichiva (1.750 m)- Las Dehesas de C.

**Descripción:** Ruta clásica que requiere buena forma física. Caminaremos por los espléndidos pinares de la Fuenfría y desde las cumbres contemplaremos los bosques de Valsaín y las mayores alturas de la Sierra de Guadarrama. Comeremos los bocadillos en ruta.

- **Equipo necesario**: Ropa de invierno, gorro, mochila, botas de montaña, bastones de marcha, comida y agua.

- **Transporte:** Nuestros vehículos particulares. Aprox. Una hora de viaje de ida. Proponemos reducir vehículos y pagar el combustible entre todos.

- **Cita:** Sábado, 23 marzo, 08:00 a.m., Plaza de Castilla, depósito Canal YII. Hora aproximada de regreso 19:00 h.

Es imprescindible que os apuntéis en el formulario adjunto. Abriremos un grupo de WhatsApp con todos los apuntados para facilitar la coordinación. Para cualquier duda adicional podéis contactar con Henry, 600046078.