

AVENTURA I APRENENTATGE

# TREK CAMP

**AILEFROIDE**

**18 - 22 d'agost**

INSCRIPCIONS: [info@atlasnatura.es](mailto:info@atlasnatura.es) +34 613092100





# TREK CAMP AILEFROIDE

## Exigència física



## Exigència tècnica



## Apunt d'informació

Els Trek Camps són una tipologia de viatges formatius on es vol crear un entorn on compartir experiències i vivències amb altres persones joves amants de la muntanya a la vegada que un guia ens ensenya a com organitzar, orientar-nos i planificar una sortida.

Rutes de senderisme, matins d'escalada a roca, vies ferrades, cada una té un tipus de planificació.

Cada tarda per grups planificareu i preparareu la propera sortida del dia següent i el mateix dia sereu les encarregades de dinamitzar i portar el grup, sempre supervisats i gestionats per un guia titulat.

Volem que sigueu autònomes i que els trek camps siguin un espai de gaudir i poder anar aprenent, és un espai per a persones amb habilitats com persones que en volen aprendre però sempre dins les capacitats físiques del dia més exigent que es planteja.

Sempre hi ha opció de crear una variant i realitzar-la, per tant, mai us quedareu sense fer res, així que si no et veus capaç de realitzar aquesta propsota no pateixis, nosaltre t'ajudem a planificar la teva alternativa!



## LA RUTA

### DIA 1



#### BCN - Ailefroide

Trasllat amb les furgonetes d'Atlas Natura fins a l'apartament on ens allotjarem aquests propers dies.

Un cop arribats i instal·lats anirem a fer esportiva a un sectoret amable del costat del càmping on els que en sapiguen podran apretar i les que no aprendre amb el nostre tècnic d'escalada.

Sortida a les 06:00 del matí pels que aneu en furgoneta des de BCN (arribada a les 15:00 aprox.).

### DIA 2



#### Glacier Noir + Bloc

Avui pel matí anirem a descobrir el Glacier Noir, un dels glaciers que queda a la zona dels Alps més al sud. És una ruta faciletta que el que vol és presentar el terreny alpí sense haver de fer ús de piolet i grampons.

Per la tarda anirem a escalar en bloc per les rodalies d'Ailefroide.

7kms 600mts. +/- unes 5 hores aprox.

### DIA 3



#### Via ferrada Gorges d'Ailefroide

Via ferrada espectacular, sortirem caminant des del càmping d'Ailefroide direcció sortint de la vall. Aproximadament en uns 3 kms arribem a l'inici de la via ferrada, recorre l'interior d'una gorja preciosa amb petits desploms, la dificultat màxima és K4.

Per la tarda si encara tenim energia escalarem una mica.

7kms. 250mts. +/-



## DIA 4



### Taller d'autorescat en esportiva

Dia totalment formatiu on se'ns explicaran nocions bàsiques per a l'autorescat en escalada esportiva.

Nusos, tècniques de ràpel i altres elements que ens permetran gestionar situacions d'emergència amb solvència i tranquil·litat.

Petit taller de primers auxilis enfocat al senderisme i l'escalada.

Tindrem una estona per escalar i gaudir de la roca.

## DIA 5



### Esportiva conjunta matinal i retorn a BCN

Anirem al matí a fer una mica d'escalada esportiva per tal de tancar el trek camp.

Dia que ens permetrà estar en grup i gaudir del dia poguent xerrar i compartir les vivències.

Farem un dinar de cloenda plegades on escollim entre totes i farem via cap a Barcelona.

Sortida a les 15:00 d'Ailefroide (arribada aprox. a les 23:00 a BCN).

\*Per tal de garantir la seguretat dels participants i el desenvolupament correcte de l'activitat, Atlas Natura es reserva el dret de modificar els itineraris si les condicions atmosfèriques, estat del terreny, condicions del grup o qualsevol altre motiu ho requereix.



## MATERIAL

### TÈXTIL:

- Roba pels diferents dies (podeu rentar a mà).
- Motxilla de ruta 30L
- Gorra.
- Pantalons tècnics de muntanya.
- Gore-tex/impermeable (NO capelina).
- Plumífer.
- Folre polar.
- Calçat de muntanya preferiblement botes.
- Mitjons sense costures.

### ACCESSORIS:

- Pastilles potabilitzadores
- Targeta federativa en cas de tenir-la
- Pals trekking
- Frontal.
- Crema solar, ulleres.
- Medicaments personals i farmaciola.
- Brúixola i llapis per les formacions.

### MATERIAL TÈCNIC:

- Casc. (3,5€/dia)
- Arnés. (3,5€/dia)
- Disipador via ferrada. (5€)
- Corda escalada esportiva. (5€ entre dues persones)
- Cintes escalada esportiva i grigri. (5€ entre dues persones)
- Peus de gat (si no en teniu mireu de llogar-los o comprar-los abans de marxar).

*Es realitzarà una videotrucada explicativa del Trek Camp dues setmanes abans aproximadament on podreu resoldre els vostres dubtes i podrem organitzar millor el grup.*



# ALLOTJAMENT



4 nits en apartament

## Inclou

- Assegurança de viatge.
- Transport durant l'estància a Ailefroide per anar a l'inici de les activitats.
- Guia titulat en Muntanya Mitjana i Escalada.
- Allotjament en apartament.
- Menjar per a l'elaboració del dinar, sopar i esmorzar.
- Samarreta de cortesia Atlas Natura.
- Crashpads pel bloc.
- Activitats guiades

**495€**  
per persona

## No inclou

- Begudes i altres durant els àpats i el viatge en general.
- Tot el que no s'indica a l'epígraf "El preu inclou".
- Material tècnic casc, arnés, dissipador via ferrada, corda i cintes (opció de llogar-lo).
- Trasllat BCN - Ailefroide - BCN (50€/persona)

Les inscripcions es realitzen directament a la web: [www.atlasnatura.es](http://www.atlasnatura.es). Cal omplir el requadre marró de "reserva un viatge". S'obrirà un altre formulari que cal omplir. Un cop envia't, rebreu un e-mail de confirmació de plaça.

Per a formalitzar l'inscripció cal fer una transferència de 250€ (50% del preu del viatge) al número de compte que se us facilitarà. Un mes abans del viatge caldrà liquidar la resta de l'import.

No dubteu en posar-vos en contacte amb l'organització per a qualsevol qüestió, estarem encantats d'ajudar-vos!

## Condicions de cancel·lació

- Atlas Natura es reserva el dret de cancel·lar o modificar les activitats per raons meteorològiques o que poden afectar la seguretat del grup.
- Si un/a participant no presenta el nivell requerit o acordat, tant tècnic com físic, Atlas Natura podria variar, si fos possible, l'itinerari o programa per a adaptar-se al nivell del participant. Així mateix, el guia podrà variar el programa en funció de las condicions meteorològiques o de las condicions de la muntanya, amb l'objectiu de garantir la seguretat. Com a últim recurs, en cas que un/a participant no segueixi el nivell físic-tècnic, estipulat abans de la contractació, el guia podrà suggerir l'escurçament o eliminació d'algun tram de la ruta per a ell.
- El/La participant té la obligació d'informar a Atlas Natura sobre possibles problemes de salut, al·lèrgies o malalties cardiovasculars abans de contractar una activitat. Atlas Natura, no es fa responsable de malalties prèvies a l'activitat.
- En el moment de contractar l'activitat, s'accepten les condicions aquí descrites, al formulari d'inscripció.
- Si es produeix una baixa fins un mes abans de l'activitat, es retornarà la totalitat de l'import ingressat. Si la baixa es produeix fins 7 dies abans de l'inici del viatge, es retornarà el 20% de la totalitat de l'import en euros, en concepte de reserva.
- Si la baixa es produeix el dia anterior de la sortida no es retornarà cap import.
- La no presentació el dia de la sortida representa la perduda total de l'import ingressat. L'abandonament de l'activitat per causes personals representa la perduda total de l'import ingressat.
- En cap cas es retornarà l'import de bitllets de tren o avió ja emesos.

**INSCRIPCIONS:**  
[info@atlasnatura.es](mailto:info@atlasnatura.es)  
+34 613092100

