



**14 SETEMBRE**  
**CALES DE LA SERRA D'IRTA**  
 ALCOSSEBRE

**ITINERARI**  
 Alcossebre, Cala Blanca, Camí de Ribamar, Cala Argilaga, Cala Cubanita, Cala Ribamar, Platja Serradal, Cala Mundina, Platja de les Fonts, Alcossebre.

Longitud: 11 quilòmetres  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Baixa.  
 Desnivell: positiu 50 m.  
 negatiu 50 m.

**28 SETEMBRE**  
**BARRANC BUITRERO**  
 ARGELITA

**ITINERARI**  
 Argelita, Font Los Ignacios, Riu Villahermosa, Barranc Buitrero, Font Pescandón, Mirador de Pons, GR-333, Camí Vell de Llucena, Argelita.

Longitud: 10 quilòmetres  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Mitjana.  
 Desnivell: positiu 530 m.  
 negatiu 530 m.

**9-12 OCTUBRE**  
**PARC NATURAL DE L'ALT TAJO**  
 GUADALAJARA

**ITINERARI**  
 El Parc Natural de l'Alt Tajo es troba al Sistema Ibèric, a cavall entre les províncies de Guadalajara i Conca. La protecció d'aquest territori reconeix l'excel·lent importància del sistema de canyons fluvials i un excel·lent grau de conservació constitueix el millor espai de biodiversitat de Castella-la Manxa. A més del canyó del Tajo, visitarem el Geoparc de Molina, la Verge de la Hoz, La Llaguna de Taravilla o el Salt de Poveda.

**19 OCTUBRE**  
**BARRANC DELS MOLINS**  
 ARES DEL MAESTRAT

**ITINERARI**  
 Molí Sol de Costa, Molí Bassot, Molí de Dalt, Molinet, Molí de la Roca, Font del Regatxol, Nevera, Mola d'Ares, Ares del Maestrat.

Longitud: 10 quilòmetres  
 Duració: 3,30 h.  
 Dificultat: Baixa – Mitjana.  
 Desnivell: positiu 500 m.  
 negatiu 300 m.

**2 NOVEMBRE**  
**PENYES ALTES O ARAGONESES**  
 ARTANA

**ITINERARI**  
 Artana, Oliveres Monumentals, La Ràpita, Aljub de la Ràpita, Penyes Altes o Aragoneses, Mirador Penyes Altes, Caseta del Tio Xoto, Artana.

Longitud: 12 quilòmetres  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Baixa.  
 Desnivell: positiu 330 m.  
 negatiu 330 m.

**16 NOVEMBRE**  
**BARRANC DE MANESA**  
 BARX

**ITINERARI**  
 Barx, Font de la Drova, Coll dels Caragols, Forat de l'Aire, Alt d'Aldaia, La Nevereta, Barranc de Manesa, Nevera de Barx.

Longitud: 13 quilòmetres  
 Duració: 4'30 h.  
 Dificultat: Baixa - Mitjana  
 Desnivell: positiu 430 m.  
 negatiu 430 m.

**30 NOVEMBRE**  
**TOSSAL DE LA NEVERA**  
 CATÍ

**ITINERARI**  
 Santuari de l'Avellà, Coll dels Campanarets, Tossal de la Nevera, Nevera Vella, Mas de la Serra, Barranc de la Tova, Font de la Masada, Catí.

Longitud: 13 quilòmetres  
 Duració: 4'30 h.  
 Dificultat: Baixa.  
 Desnivell: positiu 430 m.  
 negatiu 690 m.

**14 DESEMBRE**  
**DESPOBLAT DE LOS MORES**  
 EL TORMO

**ITINERARI**  
 El Tormo, Camí Vell de Cirat, Corral d'Alberto, Despoblat l'Hostal, Despoblat Los Mores, El Tormo.

Longitud: 12 quilòmetres  
 Duració: 5 h.  
 Dificultat: Mitjana.  
 Desnivell: positiu 500 m.  
 negatiu 500 m.

**27-1 DESEMBRE/GENER**  
**CAP D'ANY A LA VALL**  
**D'ORDESA**  
 NERÍN

**ITINERARI**  
 El Parc Nacional d'Ordesa i Mont Perdut és el segon parc nacional més antic d'Espanya i el 1997 fou declarat Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO. Glaceres, fagedes i boscos d'avets, cascades al fons de les valls i deserts d'altura componen magnífics i impactants paisatges que ben segur no deixaran indiferent a ningú.

**11 GENER**  
**SERRA DE LA SOLANA**  
 BENEIXAMA

**ITINERARI**  
 Beneixama, Refugi Talaieta, Alt dels Tres Pinets, Barranc del Toll, Caseta de Castelló, Alberg de Rita, Beneixama.

Longitud: 14 quilòmetres  
 Duració: 5'30 h.  
 Dificultat: Mitjana.  
 Desnivell: positiu 570 m.  
 negatiu 570 m.

**25 GENER**  
**SERRA GELADA**  
 BENIDORM- L'ALFÀS DEL PI

**ITINERARI**  
 Benidorm, Racó de L'Oix, Creu de Benidorm, Penya-segats de la Serra Gelada, Alt del Governador, Platja de l'Albir, L'Alfàs del Pi.

Longitud: 10 quilòmetres.  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Mitjana - Alta.  
 Desnivell: positiu 600 m.  
 negatiu 600 m.

**8 FEBRER**  
**CIRC DE LA SAFOR**  
 VILALLONGA - L'ORXA

**ITINERARI**  
 Vilallonga, Via Verda Riu Serpis, Assut Morú, Cim de la Safor (Opcional), Racó del Duc, Fàbrica de la Llum, Font Boteros, L'Orxa.

Longitud: 12 quilòmetres  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Baixa - Alta si pugem al cim.  
 Desnivell: positiu 350 m.  
 negatiu 280 m

**22 FEBRER**  
**BENICADELL**  
 BENIATJAR

**ITINERARI**  
 Beniatjar, Les Fontetes, Nevera del Benicadell, Cim del Benicadell, Casa Forestal Les Planisses, Beniatjar.

Longitud: 15 quilòmetres  
 Duració: 5 h.  
 Dificultat: Mitjana.  
 Desnivell: positiu 800 m.  
 negatiu 800 m.

**8 MARÇ**  
**ARCS D'ATANÇOS I EL**  
**CASTELLET**  
 CASTELL DE CASTELLS

**ITINERARI**  
 Arcs d'Atanços, Serra de la Xortà, Penyó Gelat, Penya Rabosa, El Castellet, Àrea Recreativa del Castellet, Castell de Castells.

Longitud: 11 quilòmetres  
 Duració: 4'30 h.  
 Dificultat: Mitjana  
 Desnivell: positiu 550 m.  
 negatiu 750 m.

**18 - 22 MARÇ**  
**SERRA NEVADA I L'ALPUJARRA**  
 GRANADA

**ITINERARI**  
 En aquest viatge anem explorar Granada i gaudir del seu vibrant mosaic d'història, cultura i paisatges extraordinaris. La màgia de la Granada àrab ens captivarà amb l'Alhambra, el Generalife i el laberint de carrerons de l'Albaicín. A l'Alpujarra descobrirem el paisatge d'una tranquil·la regió muntanyosa plena de pobles blancs enclavats a la Sierra Nevada.

**29 MARÇ**  
**EL REMEDIO**  
 UTIEL

**ITINERARI**  
 Santuari del Remedio, Casa Medina, Àrea recreativa i Font del Hontanar, El Negrete, Santuari del Remedio.

Longitud: 12 quilòmetres  
 Duració: 4 h.  
 Dificultat: Baixa.  
 Desnivell: positiu 340 m.  
 negatiu 340 m.

**2 – 6 ABRIL**  
**VALL DE BAZTAN**  
NAVARRA

#### ITINERARI

La vall de Baztan és un territori ple de bellesa i misteri. Els seus cims ens ofereixen vistes precioses i plenes de serenor, sobre un paisatge que com un enorme mosaic, alterna prats de pastura, boscos, camps i petites viles. Descobrirem racons plens de màgia i bellesa. Cavalls en llibertat, recs d'aigua transparents, roures mil·lenaris, salts d'aigua, moltes que ho cobreixen tot, boscos encantats i coves on les bruixes feien els seus aquellarres.

**19 ABRIL**  
**ROQUES DE MALLASÉN**  
VILAFAMÉS

#### ITINERARI

Vilafamés, Font de la Triciola, Penya del Corn, Roques de Mallasén, Cresta del Morral, Vilafamés.

Longitud: 13 quilòmetres  
Duració: 4'30 h.  
Dificultat: Mitjana.  
Desnivell: positiu 500 m.  
negatiu 500 m.

**10 MAIG**  
**CANÓ DEL XÚQUER**  
JALANCE

#### ITINERARI

Jalance, Rambla Star, Rio Arriba, Poblat del Sapo, Penya del Buitre, Mirador del Xúquer. Jalance.

Longitud: 14 quilòmetres  
Duració: 4 h.  
Dificultat: Baixa.  
Desnivell: positiu 200 m.  
negatiu 200 m.

**24 MAIG**  
**ruta de les fonts**  
MILLARS

#### ITINERARI

Millars, Font de les Dones, Molí de Diego, Molí dels Moros, Cascada el Xorrador del Bosc, El Castellet, Séquia del Naixement, El Balsón, Millars.

Longitud: 10 quilòmetres  
Duració: 3'30 h.  
Dificultat: Mitjana.  
Desnivell: positiu 400 m.  
negatiu 400 m.

**7 JUNY**  
**RUTA DELS MOLINS D'AIGUA**  
LLUCENA

#### ITINERARI

Llucena, La Badina, Toll de Carlos, Molí de l'Assut, Riu Llucena, Toll del Salt, Mas de Galapo, Llucena.

Longitud: 11 quilòmetres  
Duració: 4 h.  
Dificultat: Baixa.  
Desnivell: positiu 300 m.  
negatiu 250 m.

**26 JUNY**  
**SOPAR I PROJECCIÓ DE FOTOS**



**SOPAR**



**I PROJECCIÓ DE FOTOS**

**JULIOL**  
**LA VALL D'ARAN**  
VIELLA

#### ITINERARI

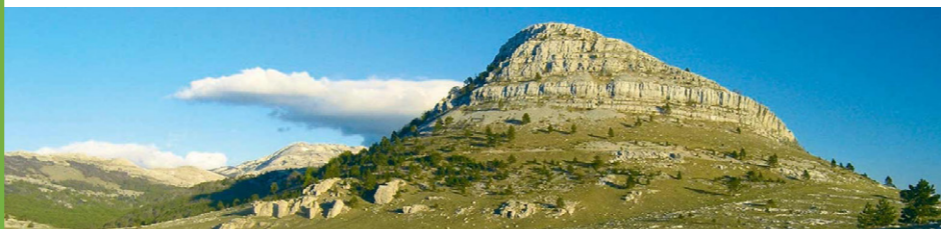
La Vall d'Aran té personalitat pròpia. Territori d'alta muntanya amb cims de 3000 metres, abundant en paisatges impressionants i llacs d'origen glacial, és l'única vall atlàntica dels Pirineus catalans. Aquest emplaçament excepcional, l'antic vincle amb Occitània i el seu aïllament, proporcionen a aquest xicotet territori una llengua pròpia, l'aranés. El Circ de Colomers, Montgarri, Artiga de Lin, P.N. D'Aigües Tortes i Sant Maurici, el bosc de Carlac i els diferents pobles amb encant són algunes de les nostres propostes.



**AGOST**  
**ALPS DINÀRICS**  
ALBÀNIA

#### ITINERARI

Albània és un país tranquil i hospitalari alhora que desconegut, ja que durant molt temps ha estat allunyat del mapa turístic. No obstant això, des d'un punt de vista històric, natural i antropològic és un destí molt interessant. Els cinquanta anys de règim comunista sota el mandat d'Enver Hoxha, la geografia muntanyosa i la generositat del poble albanès fan d'Albània el millor secret dels Balcans. Alberga veritables joies que formen part del Patrimoni de la Humanitat, com les ciutats de Gjirokastra i Berat. A més d'això, té una costa que ofereix platges d'aigües transparents, banyada tant pel mar Adriàtic com pel mar Jònic.



# Decàleg del senderista

Valora, abans d'eixir, la dificultat del sender a realitzar. Has de ser conscient de les teues possibilitats i limitacions.

Porta un calçat adequat, amb sola antirelliscant i canya alta que subjecte el turmell.

Atén les recomanacions del guia. Ell és el responsable de la ruta, però no de les teues accions i actituds.

Porta suficient quantitat d'aigua i d'aliment. També algun reconstituent per a les eixides més llargues.

Elegeix la roba més adequada per a cada estació de l'any: lleugeres, aïllants, transpirables i còmodes.

Emporta't d'arrere tot el fem que generes durant l'excursió.

Respecta la fauna i la flora.

Intenta no fumar a la muntanya. No encengues foc en llocs no autoritzats ni en dies perillosos. Emporta't les burilles a casa.

Sigues silenciós. El silenci en la muntanya és un bé comú. Disfruta't.

No deixes cap rastre del teu pas per la natura.

## Informació complementària

Totes les excursions es realitzaran en autobús i l'eixida sempre es farà al C/ Dels Jocs de Vinalesa.

Les excursions poden estar subjectes a modificacions o anul·lacions per raons tècniques o personals.

Es plantejaran itineraris alternatius amb recorreguts més curts i adaptats a persones amb menys condició física.

És aconsellable estar federat en muntanya. Nosaltres podem tramitar-te la llicència. El Club no es responsabilitza dels accidents que puguen patir els excursionistes durant l'activitat.

El nostre objectiu és apropar el senderisme a tothom.

La persona de contacte per a fer la reserva de les excursions és Maite i el telèfon és:

**M 690 027 459**

[www.xafant-talons.org](http://www.xafant-talons.org)

Col·labora:

