



Material Imprescindible

— Roba (durant el campament es rentarà roba, és millor portar-ne poca i rentar-la allà, per a disminuir així el pes de la motxilla)

- Xandall sencer
- Samarretes
- Pantalons curts
- Roba interior
- Banyador
- Impermeable

— Calçat xancles tancades i botes de muntanya còmodes per caminar (eviteu que estrenen les botes el mateix dia del campament)

— Accessoris

- Bossa de neteja completa, protector solar i repel·lent d'insectes.
- Motxilla mitjana per a excursions curtes.
- Gorra
- Catifa isotèrmica i sac de dormir
- Cantimplora
- Llanterna i piles de recanvi
- Tovallola

— Altres: Cal portar l'esmorzar i el dinar del primer dia. A més, si teniu tenda de campanya i la podeu portar, informeu l'organització.

— Igualment, si toqueu algun instrument i el voleu portar serà ben rebut.

— RECOMANACIONS GENERALS

Tots els utensilis així com la roba han d'anar marcats

No es poden portar ni maquinetes de jocs, ni aparells de música, ni telèfons mòbils (a part a la muntanya no hi ha cobertura ni lloc per endollar-los)

Aviseu a l'organització de les possibles al·lèrgies i fàrmacs que prenen els xiquets/es per assegurar un bon estat de salut.

Penseu que tot allò de més, innecessari, és pes per al xiquet; es recomana un màxim del 10% del pes del xiquet, però alleugriu al màxim el pes de la motxilla.



Amunt 2015

Castelló de la Plana – St Joan de Penyagolosa
Del 9 al 18 de Juliol

Telèfons Contacte:

Juan 651 520 584

Avel·lí 638 174 989

Laura 665 320 201

Luis 669 960 932

Dossier dels itinerants



Senda de la Lluna Plena (GR33) · Amunt 2015

Del 9 al 18 de Juliol

Entorn Natural

PARC NATURAL DE PENYAGOLOSA

Amb quasi 1100 hectàrees, el Parc Natural de Penyagolosa és tot un referent geogràfic i cultural de Castelló. Situat entre els últims contraforts del Sistema Ibèric i la serralada coster-catalana, el massís del Penyagolosa forma part d'una cruïlla d'ambients geològics, biològics, culturals i socials. El seu pic de 1814 metres d'altitud és el segon pic més alt del País Valencià. Considerat un mont sagrat i màgic, als peus del Penyagolosa es troba el Santuari de Sant Joan de Penyagolosa, un edifici d'origen neoclàssic centre de peregrinacions centenàries. La combinació de substrats calcaris i silicis junt al seu clima mediterrani amb influències continentals li dona una gran diversitat d'espècies botàniques, amb una vegetació que varia en funció de l'altitud i la geologia; en les zones altes trobem el roure, pi roig i carrasca; mentre que per baix dels 1000 metres el pi negral i pi blanc. Entre la fauna destaca la presència de grans rapinyaires diürnes i nocturnes, com l'àguila reial, àguila escurçonera i el mussol reial. Entre els mamífers proliferen el

gat salvatge, la gineta, el cabriol i el teixó. Als cursos fluvials solen ser freqüentats per la madrilleta roja, així com la bellíssima papallona *Graellsia isabellae*.

ELS SENDERS DE GRAN RECORREGUT (SRG)

Què és un GR? Els senders de gran recorregut (SRG) són una xarxa d'itineraris a peu de més de 50 km que circulen per senders, camins, trescs, Canals, pistes o dreceres i tractem, sempre que és possible, d'evitar carreteres amb trànsit de vehicles.

Els SGR es desenvolupen en trajectes llargs, i generalment uneixen comarques, províncies o fins i tot països, serveixen per conèixer les terres i les gents que les habiten, els voltants, llocs pintorescos, històrics o senzillament per gaudir de la natura sense perjudicar-la.

Dins del País Valencià hi ha 4 SRG: el GR7 (E4), GR10 (E7), GR 36 i el GR33, que enllaça Castelló de la Plana amb Sant Joan de Penyagolosa, on connecta amb el GR7.

Aquests senders estan fets pels que estan ben preparats, tot i que està pensat per a fer per trams, per la qual cosa no requereix una gran preparació (però sí mínima); llavors està recomanada per qualsevol amant de l'excursionisme, la natura i l'entreteniment a l'aire lliure.

"Penyagolosa gegant de pedra la teua testa plena de neu, Penyagolosa, Penyagolosa a la tempesta, al sol i al vent, fita senyera del poble meu"



Enguany, els itinerants de l'Amunt 2015 faran la ruta de Castelló de la Plana a Sant Joan de Penyagolosa, una distància de 63 km i un desnivell acumulat de pujada de 3045 metres i 1833 metres de baixada

Fent aquesta ruta, els xiquets/es recorreran i coneixeran, gràcies al seu propi esforç i depenent només d'ells mateixos, llocs com Castelló de la Plana, Borriol, l'ermita de Sant Miquel de Moró (al terme de Vilafamés), Les Useres, l'Ermita de Sant Miquel de les Torocelles, Xodos, Sant Joan de Penyagolosa, Vistabella, el riu Carbo, el cim de Penyagolosa, Villahermosa del Río i Viver.

DIETARI DE LA RUTA

Dijous 9 de juliol Castelló – Sant Miquel de Moró; l'ermita de Sant Miquel es troba situada a 5km de Moró, a la vessant de ponent del mont Mollet i a 420m sobre el nivell del mar. La construcció de l'ermita és conseqüència de la fundació pietosa laical d'en Pere Albella.

Divendres 10 de juliol Sant Miquel de Moró – Les Useres. Les Useres es situa entre barrancs i muntanyes de la Serra de la Creu a la comarca de l'Alcalatén.

L'últim divendres d'abril de cada any el poble de Les Useres rememora una antiga tradició que ens trasllada de ple a l'Edat Mitjana; són els Pelegrins de Les Useres: 13 homes –el guia i 12 pelegrins– acompanyats pel capellà, 3 cantors, el representant del poble, els clavaris i 19 muntures –les càrregues– van fins al Santuari de Sant Joan de Penyagolosa per a pregar per aigua, collita i contra la pesta.

Dissabte 11 de juliol Les Useres – Sant Miquel de les Torocelles; l'ermita de Sant Miquel de Torocelles i la seua fortificació medieval és la primera parada, per a dinar, del camí dels pelegrins de Les Useres.

Diumenge 12 de juliol Sant Miquel de les Torocelles – Xodos; situat a la vessant oriental del cim de Penyagolosa, a la comarca de l'Alcalatén, es troba un dels pobles més elevats del País Valencià (1063m) emplaçat dalt d'una roca, sobre un penya-segat de més de 60 metres.

Dilluns 13 de juliol Passarem tot el dia a Xodos, poble d'origen àrab i on trobem algunes de les muntanyes més altes de la nostra comunitat, el Tossal de Marinet (1467m) i Penyagolosa (1813m). És un poble on l'economia és bàsicament agrícola i últimament fomentada en el turisme rural.

Dimarts 14 de juliol Xodos – Sant Joan de Penyagolosa; el Santuari de Sant Joan està situat a la falda del Penyagolosa dins del Parc Natural del Penyagolosa i a 8km de Vistabella del Maestrat. Ací romandrem fins el dia 17 de juliol, i farem excursions fins a Vistabella i el pic de Penyagolosa.

Divendres 17 de juliol Sant Joan de Penyagolosa – Riu Carbo – Villahermosa del Río – autobús fins a Viver. El riu Carbo és un afluent del Millars que naix a les Coves del Carbo a Vistabella, però el major cabal el trobem al terme de Villahermosa.