



MontpalauTeam

ISTIU LLUNÀTIC

ESCOLA DE MUNTANYA

www.montpalauteam.cat

info@montpalauteam.cat

638 27 90 57 - 650 28 95 39



Lluna



Martí



Mireia



Marc



Alba



Martina



Bernat



Adrià

ISTIU LLUNÀTIC



ESCOLA DE MUNTANYA



MontpalauTeam





Punt de trobada

C/ De les Puntaires, 29
08397 - Pineda de mar



ROBA I MATERIAL PER ACTIVITATS DE L'ISTIU LLUNÀTIC

BTT - ROCAGROSSA

BIBICLETA

CASC

BIDÓ AIGUA

EL DIA A DIA

BAMBES DE CÓRRER

PANTALÓ I MITJONS ESPORT

SAMARRETA MONTPALAU TEAM

SORTIDES

CONVOCATÒRIES ESPECIALS



MOTXILLA PETITA CÒMODE: ESMORZAR, AIGUA, CREMA SOLAR, TOVALLOLA I BANYADOR



CALENDARI 2022

28 Juny a 30 Juliol - 9:00h a 13:30h

SETMANA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
1	27	28	29	30	1	2	3
	GIMCANA MIS UNIVERSO MONTPALAULAU TEAM	BTT GRANS (COS MORT + ANTENES + FAR)	TRAVESSA GRUP GRANS				
		BTT MITJANS (Sant Andreu-coll d'en Mora + Calella)	PROJECTE	ROCA GROSSA (BICI)	EL GRAN SOLDAT		
		BTT PETITS (Far i torretes de Calella)					
2	4	5	6	7	8	9	10
	ESCALADA / BOULDER ROCÒDROM I DESCOBERTA DE LES MINES DE FERRO DE MALGRAT DE MAR	BTT GRANS (CREU DE CANET)	PROJECTE	TRAVESSA GRUP PETITS			
		BTT MITJANS (COLL ERA D'EN MORA + ST CEBRIÀ + SANT POL)		ROCA GROSSA (BICI)	EL GRAN SOLDAT		
		BTT PETITS (Coll de l'Era d'en Mora-Vall de Golinons)					
3	11	12	13	14	15	16	17
	TRANSCAT BTT						
	SETMANA SORPRESA. OFERIM ACTIVITAT EN HORARI HABITUAL PER AQUELLS PETITS I MITJANS QUE NO VINGUIN A LA TRANSCAT, SEGONS EL NOMBRE DE NENS I NENES INSCRITS EN AQUESTA SETMANA, PODREM ORGANITZAR UNES ACTIVITATS O D'ALTRES						
4	18	19	20	21	22	23	24
	ORGANITZACIÓ (LA CORREGUDA) GRANS	TORNEIG DE BITLLES CATALANES GRUP GRANS	PROJECTE	ACAMPADA AL MONTNEGRE			
	TALLERS PIONERISME I ART dels mitjans i petits	TALLER DE CIRC AMB EL GRUP DE MITJANS I PETITS					
5	25	26	27	28	29	30	31
	ORGANITZACIÓ (LA CORREGUDA) GRANS	BTT GRANS CLÀSSICA I MALGRAT	PROJECTE	"INTELECTUAL" EL GRAN XOU DE PINEDA	COMIAT		
	TALLERS PIONERISME I ART dels mitjans i petits	BTT MITJANS Turó d'en Serra i MALGRAT					
		BTT PETITS 4 CAMINS I MALGRAT					
TRAVESSA	1	2	3	4	5	6	7
	TRAVESSA AL MONTPERDUT					BONES VACANCES	

PROJECTE



SORTIDES 2022

TRANSPY ORIENTAL

PEDRAFORCA

TRANSCAT

ACAMPADA MONTNEGRE



TRANSPY ORIENTAL

INICI: VALLTER 2000

FINAL: RIBES DE FRESE

ANADA : AUTOCAR i TORNADA: TREN

DORMIREM: AMB TENDES

(1a nit Mantet i 2a nit Estany Truites)

PUNTS D'INTERÈS: Circ Uldeter, Pic de la Dona, Gr10

Poble Mantet, Refugi Carança, Pic del Gallinàs, Estanys de Carança

Pic del Noucreus, Vall de Núria, Camí Antic de Núria, Valls del Freser

47km +2700m

en 3 jornades d'Alta Muntanya

SORTIDA PEL GRUP DE GRANS (ESO- BATX.)

TRACK -> <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/transpy-oriental-montpalau-team-99259043>

PEDRAFORCA

INICI: MIRADOR DE GRESOLET

FINAL: BAGÀ

ANADA I TORNADA: AUTOCAR

DORMIREM: Vora el Refugi Lluís Estassen

PUNTS D'INTERÈS: MIRADOR DE GRESOLET, REFUGI LLUÍS ESTASSEN,
CARA NORD DEL PEDRAFORCA, COLL DE VERDET, CIM DEL PEDRAFORCA,
ENFORCADURA I TARTERA, BOSCOS DE GRESOLET, CAMÍ ANTIC DE BAGÀ

20km +1.000m

En 1 Jornada d'Alta muntanya i
1 jornada de Mitja muntanya

SORTIDA PEL GRUP DE MITJANS I PETITS (PRIMÀRIA)

2 PAISOS - 5 ETAPES - 5 COMARQUES

220 KM

MÉS QUE UNA AVENTURA

TRANSCAT

INICI: LA MOLINA

FINAL: GIRONA

ANADA: TREN | TORNADA: TREN

DORMIREM: CAMPAMENT NÒMADA

PUNTS D'INTERÈS: Cerdanya, Capcir, Montlluís, Vilafranca Conflent, Refugi Marialles, Canigó, Carena Oriental, Vies Romanes, Vall de Bianya, Volcans, Santa Pau, Salts d'Aigua i Gorgs, Girona...

TRAVERSA PER NIVELL FÍSIC MITJÀ - AVANÇAT EN BTT

TRACK -> <https://ca.wikiloc.com/rutes-btt/transcat-montpalau-team-2022-99278716>

ACAMPADA MONTNEGRE

INICI: LOCAL MONTPALAU TEAM

FINAL: LOCAL MONTPALAU TEAM

ANADA I TORNADA: A PEU

DORMIREM: A Hortsavinyà

PUNTS D'INTERÈS: UTILITZAREM DIFERENTS ITINERARIS PER ARRIBAR A HORTSAVINYÀ. CADA GRUP PUJARÀ PER UN CAMÍ DIFERENT, CONEIXENT ALGUNS RACONS DEL MONTNEGRE ENCARA DESCONEGUTS PER ELLS

20km +500m

SORTIDA CONJUNTA GRANS, MITJANS I PETITS

ASSEGURANÇA D'ACCIDENTS MONTPALAU TEAM

Tal i com molts sabreu, aquest any hem fet un pas endavant i ens hem associat a la FEEC (Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya). Tanmateix, tots els membres de l'Escola de Muntanya han d'estar Federats per participar a les activitats que organitzem.

Pas 1 -> Per a poder tramitar la federació, cal ser soci de l'Associació Montpalau Team

Pas 2 -> Tramita la teva llicència, segons la teva edat i els esports que practiques, pot variar el preu de la teva llicència federativa

Sub - 14				
EDAT	MODALITAT	DISCIPLINES	ZONES	PREU
0-13	SUB-14 C FEEC	Les de la B més: Alpinisme, alta muntanya, bicicleta de muntanya, canicròs, curses per muntanya, espeleo, escalada, curses, barranquisme, via ferrada, psicobloc, pont tibetà, slackline, duatló de muntanya	Espanya, Pirineus Francesos, Andorra, Portugal i Marroc	11,60€
0-13	SUB-14 C FEEC + FEDME			12,80€

Sub - 17				
EDAT	DESCRIPCIÓ	DISCIPLINES	ZONES	PREU
14-16	SUB-17 C FEEC	Les de la B més: Alpinisme, alta muntanya, bicicleta de muntanya, canicròs, curses per muntanya, espeleo, escalada, curses, barranquisme, via ferrada, psicobloc, pont tibetà, slackline, duatló de muntanya	Espanya, Pirineus Francesos, Andorra, Portugal i Marroc	14,40€
14-16	SUB-17 C FEEC + FEDME			20,00€

Tot això es tramita a <https://www.montpalauteam.cat/fes-te-soci>



COMANDES EQUIPACIÓ STOCK **AL MATEIX LOCAL DEL MONTPALAU TEAM**

(Tenim samarreta curta, samarreta blava, buff, mascaretes, dessuadora blava, dessuadora premium, soft flask, maillot bici i culotte bici en stock)

COMANDES EQUIPACIÓ ESPECIAL **INFO@MONTPALAUTEAM.CAT**

(Samarreta Tirants, Llarga, Sense Mànigues)

PAGAMENT EN EFECTIU AL LOCAL EN RECOLLIR L'EQUIPACIÓ

O AL N. DE COMPTE DE L'ASSOCIACIÓ **ES44 2100 0369 1502 0057 4078**

EQUIPACIÓ MONTPALAU TEAM

SAMARRETA MÀNIGA CURTA -> 10€

SAMARRETA SENSE MÀNIGUES -> 10€

SAMARRETA TIRANTS -> 10€

SAMARRETA MÀNIGA LLARGA -> 12€

MAILLOT BICI PREMIUM -> 45€

CULOTTE BICI PREMIUM -> 45€

BUFF -> 5€

MASCARETA -> 3€

SAMARRETA BLAVA -> 5€

DESSUADORA BLAVA -> 15€

DESSUADORS PREMIUM -> 30€

SOFT FLASK 350-500ml -> 5€ / u

PREUS ISTIU LLUNÀTIC 2022

El preu de l'estiu varia segons el total de setmanes i sortides que cada llunàtic/a assisteixi. El preu té una base de monitoratge setmanal + el cost de les sortides (Transports, menjar, activitats, pernocta...). L'estiu complet, és a dir, 5 setmanes + les 3 sortides, té un cost de 200(quota) + 115(sortides) = 315€.

SI VINC 1 o 2 SETMANES
QUOTA SETMANAL 50€

SORTIDA SETMANA 1
Transpy Oriental 40€

SORTIDA SETMANA 3
Transcat 70€

SI VINC 3, 4 o 5 SETMANES
QUOTA SETMANAL 40€

SORTIDA SETMANA 2
Pedraforca 40€

SORTIDA SETMANA 4
Acampada Montnegre 5€



RESERVA LA TEVA PLAÇA OMPLINT L'INSCRIPCIÓ ONLINE

INSCRIPCIONS: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfygcQLY5lqCd_A63P3htLZ6KCEo1jyhCSA9OYQld-p9bjPwg/viewform?vc=0&c=0&w=1&flr=0

Pagament: N. Compte Escola de Muntanya **ES09 3025 0025 2914 0001 8315**



ISTIU LLUNÀTIC

ESCOLA DE MUNTANYA



Direcció

C/ De les Puntaires, 29
08397 - Pineda de mar



Telèfon

638 27 90 57
650 28 95 39



Email

info@montpalauteam.cat