



ASCENSO AL PUIGMAL EN EL DÍA

El techo del Ripollés

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Datos básicos	1
2	Destino.....	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	3
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	4
5	Más información.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye	5
5.3	Material y ropa necesaria para las ascensiones	5
5.4	Observaciones	6
5.5	Enlaces de interés.....	8
5.6	Puntos fuertes	8
6	Otros viajes similares.....	8
7	Contacto	8

1 Datos básicos

Desde la distancia, y en temporada invernal, ciertamente el **Puigmal** aparenta una gran mole blanca, quizá sea un gigante que lleva mucho tiempo dormido. Es una cumbre que no presenta dificultades, visible desde la mayor parte de sierras de pequeña entidad de **Barcelona** y **Girona**. La diferencia de altura con valles circundantes y la ausencia cercana de montañas mayores hace parecer que se levante de manera imponente sobre el territorio, y con razón, ya que es la cumbre más alta al este del **río Segre**. Su posición estratégica permite vislumbrar desde su cumbre el **mar Mediterráneo** y gran cantidad de sierras de menor entidad del cuadrante nordeste de Cataluña, el sur de Francia y hasta las primeras cimas del este de Andorra y Lleida.

Sus cimas de aspecto amable no impiden que existan zonas agrestes como las rocas de **Tot-lo-món** o ríos que forman gargantas bien excavadas y profundas como las **gorgas del Freser** y las **gorgas de Núria**.

Te proponemos dos opciones para alcanzar la cima del **Puigmal**. Las dos opciones son alternativas al tan conocido acceso por **Nuria**.

Empezaremos por cara sur, partiendo de bosques de pino negro que a poco nos permitirán la entrada a los prados alpinos, en un ambiente de grandes panorámicas y espacios abiertos iremos ganando altura hasta entrar en terreno más rocoso, previa a la llegada a la cumbre.

En las dos opciones podemos optar por una vuelta al coche circular, la primera de ellas por terreno poco frecuentado similar al de subida, y en la segunda opción descendiendo a **Vall de Nuria**, donde podremos visitar el entorno natural de tan conocida zona turística, y a continuación seguir un camino que flanquea la montaña y sin ganar mucha altura nos permitirá llegar a nuestro vehículo.

Escojamos la que escojamos, os proponemos alcanzar una cima emblemática y gratificante por sus amplias panorámicas recorriendo una ruta menos frecuentada.

2 Destino

Sin duda la proximidad con los grandes núcleos de población, la facilidad de acceso debido a las comunicaciones, y su baja dificultad han permitido que un amplio público conozca e incluso realice su ascensión. Hoy en día se consideran estas montañas la cuna del excursionismo catalán. La razón es que los valles de **Nuria** y de **Vallter** fueron las primeras zonas visitadas por las primeras salidas organizadas de los centros excursionistas de Catalunya, y que en **Ulldeter** se construyera el primer refugio de **Cataluña** y también de España. Pese a ser una zona tan conocida, no se declaró una figura de protección hasta el año 2015. Hoy en día, el **Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser** reivindican su importancia histórica, su biodiversidad, su orografía y sus paisajes.

La **vall de Nuria**, frecuentada desde la edad media por el valor de sus pastos, ha desarrollado un importante desarrollo turístico. Esto es debido al auge de los deportes de montaña. Cuando se popularizó el esquí a principios de siglo XX, los esquiadores subían andando desde **Queralbs** hasta el santuario de **Nuria** para luego remontar las laderas andando y poder realizar sus esquiadas. La apertura del santuario y sus servicios incluso durante el invierno, y sobretodo la existencia del cremallera a partir de 1931, afianzó la práctica de los deportes de montaña durante todo el año.

En cuanto a hábitat nos espera un estrato alpino con sus **prados alpinos** por encima de los 2500 m donde, en función del momento de nuestra visita, podemos disfrutar de la variada coloración de su floración. Por debajo de los 2.500 m, en pleno estrato subalpino, dominan los bosques de **pino negro** con sotobosque de **rododendro**, **arándano** y **enebro**. En las zonas sombrías encontraremos el **abetal**. También en este estrato son frecuentes las comunidades de herbazales megafórbicos donde existen diferentes especies endémicas pirenaicas, incluso endémicas del pirineo oriental como la **endressya pyrenaica**.

Las anchas lomas de sus cimas más altas no permiten adivinar la gran importancia del patrimonio geológico, y es que encontramos los afloramientos de **gneiss** más antiguos del Pirineo en **Queralbs** y cuenca del **Freser**. En las cabeceras de los valles podemos observar la erosión producida por glaciares hoy desaparecidos que pudieron llegar a medir 7 km de largo y tener hasta 500 m de espesor.

Si disponemos de más tiempo, no podemos faltar a una visita a Ripoll y a su monasterio de **Santa Maria de Ripoll**, fundado en el año 879 por **Guifré el Pilòs**, centro religioso y cultural, templo románico y un *scriptorium* con una gran producción literaria, a la altura de la de otras abadías europeas de este periodo. La **portalada** del Ascenso al Puigmal en el día. El techo del Ripollés-2021

monasterio, del siglo XII, es la gran protagonista del conjunto. Está totalmente esculpida con escenas del Antiguo Testamento y alegorías.

3 Datos básicos

Destino: **Valle de Nuria**

Actividad: Ascensiones.

Nivel físico: **. Tipo de terreno: **

Duración: 1 día

Época: todo el año.

Grupo mínimo-máximo: 2-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, dificultad, desniveles etc) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. **Ascenso al Puigmal**

Opción A. **Ruta circular desde Fontalba** (menos exigente y más variada).

Distancia 14.5 km Desnivel + 1000 m. Desnivel - 1000 m

Opción B. **Ruta circular desde el collet de les Barraques** (más larga e inédita).

Distancia 15 km Desnivel + 1100 m. Desnivel - 1100 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Ascenso al Puigmal

Encuentro del grupo en **Ribes de Freser**. Revisaremos el material y acabaremos de hacer la mochila. Tenemos dos posibilidades que habremos escogido previamente al viaje: ruta de circular desde **coll de Fontalba** pasando por **Vall de Núria**, o ruta circular desde el **Collet de les Barraques**.

Opción A. **Ruta circular desde Fontalba** (menos exigente y más variada).

Tras encontrarnos en **Ribes de Freser**, nos desplazaremos al punto de inicio de la actividad. Recorreremos una pista forestal hasta llegar al **coll de Fontalba**. Desde el punto de partida tenemos unas panorámicas en dirección sur muy espaciosas. La mole del **Puigmal** ya la tenemos a vista, y nuestro camino empieza a ascender rápidamente siguiendo un cordal. El camino no tiene mucha dificultad y encontraremos alguna pendiente con rocas sueltas e inclinación moderada. Poco a poco nos alzaremos por encima de la **serra del Montgrony**, de **Sierra Cavallera**, y vislumbraremos a lo lejos **Montserrat** y el **Montseny**. En la parte final alcanzaremos la amplia cima del **Puigmal** con su cruz característica acompañada de una campana y una olla. Las vistas son muy diáfanas.

Tras un pequeño descanso, descenderemos hacia la vertiente este, dirección santuari de Núria. Al principio con cierta inclinación, bajaremos de la pirámide que forma el Puigmal, por terreno pedregoso, y a continuación seguiremos un camino paralelo al que siguen las aguas del **torrente del Embut**, una modesta cuenca cuyas aguas veremos desaparecer bajo el terreno para reaparecer unas decenas de metros más adelante.

Nos separaremos del cauce y al pasar por el **coll de l'Ortigar** ya tendremos vistas sobre **Nuria**. Sólo nos queda adentrarnos en el **bosque de l'Ortigar** y en pocos minutos llegar al entorno del lago de **Nuria** y santuario. Si tenemos tiempo podemos hacer un alto y disfrutar del entorno y sus servicios.

Reanudaremos el camino tomando el camino de descenso hacia **Queralbs**, del que tomaremos un desvío y flanquearemos la montaña a través de un bosque de pino negro con ejemplares centenarios. Nuestro camino se mantiene en altura sobre el valle del **río Núria**. Saldremos del bosque y ya en vertiente sur nos acercaremos al **collado de Fontalba** donde acaba la actividad y recuperamos nuestros vehículos.

Distancia 14,5 km Desnivel + 1000 m. Desnivel - 1000 m

Opción B. **Ruta circular desde el collet de les Barraques** (más larga e inédita).

Tras encontrarnos en **Ribes de Freser**, tomaremos rumbo a **Planols**, atravesaremos la población y recorreremos una pista asfaltada hasta el **coll de les Barraques**. Es un punto de salida habitual para ascender al **Puig de Dòrria**, que podría ser también punto de paso para ascender al **Puigmal**. Sin embargo planteamos una alternativa más directa.

Empezaremos ascendiendo por un camino dentro de bosque que sigue paralelo a un cordal. Pronto abandonaremos el cordal y nos desviaremos hacia el fondo del circo sin ganar mucha altura. En poco rato tendremos la totalidad de la ruta ante nuestros ojos. A nuestra espalda tenemos la **serra de Montgrony** y el **valle de Toses**. Cuando lleguemos al final del circo nos tocará la parte más dura, alcanzar la loma. Ya habremos

dejado a nuestra izquierda el **Puig de Dòrria** i el **Puig dels Lladres**, así que cuando alcanzamos el collado estamos ante la última pendiente que alcanza la cima del **Puigmal**. El panorama desde aquí ya abre el apetito, puesto que la vista hacia el sur se ha ampliado y se abre hacia norte. Afrontaremos la última subida rodeados de un gran entorno, y alcanzaremos la amplia cima del **Puigmal** con su cruz característica acompañada de una campana y una olla. Las vistas son muy diáfanas.

Tras un pequeño descanso, descenderemos hacia la vertiente sur, dirección **Fontalba**. El camino desciende rápido al principio, siguiendo la loma en dirección sur. Abandonaremos la loma para descender el valle donde circula el **Torrent de les Clotes**, que forma diversas cascadas. El torrente va tomando entidad, y lo seguiremos hasta alcanzar el GR11. Ya en sendero de poco desnivel entraremos en el bosque y a continuación llegaremos al punto de inicio de la actividad y hemos dejado nuestros vehículos.

Distancia 15km Desnivel + 1100 m. Desnivel - 1100 m

5 Más información

Precio.

- 50 euros por persona para un ratio 1/6-8 (1 guía / 6-8 clientes)
- 60 euros por persona para un ratio 1/5 (1 guía / 5 clientes)
- 70 euros por persona para un ratio 1/4 (1 guía / 4 clientes)
- 80 euros por persona para un ratio 1/3 (1 guía / 3 clientes)

5.1 Incluye

- Guía de montaña
- Seguro de accidentes y rescate.

5.2 No incluye

- Transporte. Opción de coordinar el mismo entre los participantes y también con el guía.
- Almuerzo.

5.3 Material y ropa necesaria para las ascensiones

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

- Mochila (25-35 litros)
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña
- Crampones, piolet (si el viaje se hace en invierno)
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).

- Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
- Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
- Guantes finos tipo forro polar.
- Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol
- Frontal (pilas de repuesto)
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback
- Botiquín y neceser personal (si la actividad requiere dormir en refugio de montaña).
- Crema solar y protección labial
- Cámara de fotos
- Bastón/bastones (depende de la actividad y si es por su parte de uso habitual)

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 10 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Transporte a la zona donde se realiza este viaje

Si quiere compartir transporte desde la zona donde reside, cuando haga la reserva y nos mande sus datos, nos podrá indicar su disponibilidad. Tendrá que permitirnos por escrito a compartir su nombre y teléfono con otros participantes que residan por su zona y que también estén dispuestos para que se puedan poner de acuerdo.

Información sobre el seguro que se incluye en el viaje y otras opciones

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

Si no dispone de un seguro de viaje tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania Outdoors que si lo hace usted de forma directa con Intermundial.

Seguro Ski/Aventura Plus

Le recomendamos el seguro **Ski/Aventura Plus**. Es un **seguro de viaje** y además es un **seguro que cubre la práctica de muchas actividades deportivas**. Puede contratarlo por el periodo de tiempo que dura el viaje o por un año, siendo la fecha de inicio de cobertura la que usted decida. Si contrata el seguro por un año no sólo le

cubrirá el viaje que realice con Muntania Outdoors sino que también le cubrirá el resto de viajes y actividades deportivas que haga durante ese periodo anual.

Seguro Ski/Aventura Plus con Anulación

Tiene las mismas coberturas que el seguro anterior pero además tendrá una cobertura más completa porque tendrá cubierta la cancelación previa del viaje y billetes por un motivo de fuerza mayor (enfermedad, lesión...) tanto de usted como de un familiar.

El seguro de viaje con anulación que gestionamos permite una devolución de los importes previos pagados de hasta 1.000 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero. Si el importe del viaje más el vuelo es mayor, se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Anulación Plus

Este seguro cubre los gastos que ha tenido usted en la contratación de un viaje y compra de billetes si tiene que cancelar el viaje antes de la partida por una serie de motivos como por ejemplo enfermedad suya o de un familiar (ver condiciones del seguro).

Este seguro le puede interesar si ya dispone de un seguro de viaje que no cubra la cancelación previa de este o si ya tiene un seguro que le cubra la actividad deportiva.

Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación

Tanto el seguro **Multiasistencia Plus con Anulación y sin Anulación** son seguros de viajes con mejores coberturas que el Ski/Aventura Plus con y sin Anulación pero **no cubre actividades deportivas**.

Este seguro le puede interesar si ya tiene un seguro de accidentes y rescate que cubra la actividad deportiva que realizará en el viaje pero no tiene un seguro de viaje. También le puede interesar si hace un viaje no deportivo.

*Consulte los precios y condiciones de los **seguros de intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

** Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

5.5 Enlaces de interés

- <https://www.valldenuria.cat>

5.6 Puntos fuertes

- Realizar la ascensión de una montaña emblemática y de magníficas panorámicas.
- Buena relación esfuerzo/satisfacción
- Ascender el **Puigmal** por un entorno menos frecuentado que el habitual.
- Ratio guía-cliente(s) que permite un máximo aprovechamiento de la actividad con mejor SEGURIDAD.
- Grupo reducido.

6 Otros viajes similares

- Ascenso al Pedraforca en el día. Emblema del prepirineo catalán
- Ascensión al Carlit en el día. Montaña sagrada de la Cerdaña
- Ascensiones en la Cerdaña. Puigpedros, Carlit, Puigmal y Pedraforca
- Ascenso a la Pica de d'Estat por la Cresta del Pic Gabarró. Los 6 tresmiles del macizo
- Ascenso a la Pica de d'Estat por la Cresta del Pic Verdaguer. La Cumbre más alta del Pirineo Catalán

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).