



# Puig de les Agudes 1975m

(Bac de Setcases)

ESPORT: Esquí de muntanya

POBLACIÓ: Setcases



## COM ARRIBAR-HI:

Arribem al poble de Setcases (1279 m) després de passar Camprodon, Llanars i Vilallonga de Ter. Entrem al poble fins a trobar un aparcament davant del Restaurant La Cabanya on serà el punt de partida.

## DESCRIPCIÓ ITINERARI:

Travessem a l'altre costat de la carretera, i pugem en direcció contrària que hem arribat fins a trobar a 100 m un pont, el creuem fins a trobar una indicació, on trobem un cartell que seguirem en direcció Molló pel GR.

Començarem per un camí marcat de forta pujada que podem trobar glaçat, cal estar alerta. Al cap d'uns 150 m trobem un camí a la dreta que deixem i continuem a l'esquerra seguint marques de GR fins el proper trencant. Aquí seguirem el camí a l'esquerra pel GR en direcció nord-est, entrant en un bosc de pins molt dens amb diverses pujades fins a la cota 1896 m, el Pla de les Bigues. Agafarem la carena en direcció Sud-oest fins a arribar al Puig de les Agudes, a 1975m d'altitud, amb una vista de 360° de la Vall del Ter, Costabona, Fontlletera ...

El descens el realitzarem per la cara Nord per un terreny pelat els primers 200 m de desnivell, fins que trobem un petit bosc de pins que creuem seguint la mateixa direcció. Tornem a trobar un terreny pelat amb magnífica pendent sostinguda fins a trobar un bosc de beços on entra un camí molt marcat i estret, més complicat d'esquiar,

per enllaçar altre cop amb el GR pel qual havíem pujat, i el seguim fins a trobar el pont.

## FITXA TÈCNICA:

DESNIVELL POSITIU: 700 m

DESNIVELL NEGATIU: 700 m

DURADA DEL RECORREGUT: 2 hores 30 min ascens 1 hora descens

EPOCA DE L'ANY ACONSELLABLE: En aquest cim haurem d'adaptar-nos quan hi hagi neu.

DIFICULTAT: Baixa

PERILL D'ALLAUS: **Zona amb poc perill d'allaus per la pendent que té i bon lloc quan a Ulldeter les condicions són dolentes.**

## PER SI US HEM DE CONVÈNCER:

Cim poc freqüentat amb un descens molt llarg i constant per disfrutar esquiant, bon lloc en dies de tramuntana a Ulldeter.

## ADRECES D'INTERÈS:

[www.metocat.cat](http://www.metocat.cat)

[www.igc.cat/web/ca/allaus\\_butlleti.php](http://www.igc.cat/web/ca/allaus_butlleti.php)

BIBLIOGRAFIA: *Mapa Alpina Vall de Camprodon Vall de Ribes 1:50000, Costabona alta Vall del Ter 1:25000*



GR 11.8

GR 11  
GR 210

GR 11.8

GR 210

GR 11

El Ripollès  
www.ripolles.com  
Terra de Canals  
i Alps

Pujada  
Baixada

Mapa cedit per  
l'Editorial Alpina

# RESPONSABILITAT, CONSELLS I RESPECTE PER L'ENTORN

## CONSELLS

- 1- Fes l'activitat en grup, mai sol, i deixa dit on vas. Compartiràs l'experiència amb els altres i no estaràs sol en cas de necessitat.
- 2- Fes servir l'equip i el material adequat, assegura't que està en bon estat. La meteorologia pot canviar molt bruscament a la muntanya.
- 3- L'esport de muntanya exigeix una preparació física i tècnica. Cal entrenar i formar-se. Mesura les teves forces i les del teu grup, i pensa en la tornada.
- 4- Abans de sortir consulta les condicions meteorològiques i, per certes activitats, l'estat de la neu.
- 5- L'alta muntanya no sempre és accessible.
- 6- No dubtis a deixar la teva sortida per un altre dia en què les condicions siguin més favorables.
- 7- En cas d'emergència o d'accident avisa els serveis de rescat 112
- 8- En cas de manca de coneixements et pots posar en mans dels professionals de la muntanya: els guies de muntanya.

## RESPECTEM EL QUÈ ÉS DE TOTS

- 1- No originis situacions de perill d'incendi.
- 2- No deixis deixalles al medi natural. Emporta-te-les i diposita-les als contenidors adequats a l'efecte.
- 3- No arrenquis ni malmetis cap classe de vegetal o de mineral, respecta les flors i els bolets, i no destorbis cap animal.
- 4- No pertorbis la tranquil·litat del lloc. Cal evitar d'utilitzar màquines o instruments que produeixin sorolls estranys a la natura que alterin o espantin els animals.
- 5- No abandonis els camins i pistes ja fressades. Respecta la propietat, la intimitat de les masies i la seva gent.

## ADVERTÈNCIA

- 1- Aquests continguts han estat creats amb l'objectiu d'oferir als practicants dels esports de muntanya una informació entenedora i precisa. Tot i així cal recordar que aquests esports impliquen riscos, i que l'entorn on es realitza és perillós i canviant. Per aquest motiu els promotors i els creadors del portal web no assumeixen la responsabilitat dels accidents derivats de l'ús d'aquesta informació i recomanen la pràctica d'aquestes activitats amb l'equip i material adequat, homologat i en bon estat.
- 2- Seria una imprudència emprendre l'activitat únicament interpretant les dades aquí exposades, i sense experiència prèvia. Els autors d'aquests continguts no es fan responsables de cap tipus d'incident derivat de la interpretació de les dades.