



## Projecte CIMS-CEN

Garmo Negro (3.051 m), Algas (3.036 m) i Argualas (3.046 m)

24 i 25 de setembre de 2022



### DESCRIPCIO

Els pics del Garmo, Argualas i Algas, són muntanyes ubicades a l'eix axial dels Pirineus prop del poble de Panticosa (Vall de Tena), a la província d'Osca. Tots tres juntament amb els Infernos constitueixen el massís de Panticosa. Tenen una altitud de tres mil metres i una prominència des del Balneari de Panticosa d'uns 1.500 metres.

Són uns pics molt populars entre els aficionats a l'alpinisme atesa la relativa facilitat d'ascensió i el lloc on es troba enclavat. La ruta escollida per emprendre la pujada és des del Balneari de Panticosa, a 1.600 metres d'altitud, a la cara sud-est del bec. Pujarem la malla baixa i alta fins al coll d'Argualas. Des d'aquí afrontarem tot el massís començant pel Garmo Negro per continuar seguint tot el cordal passant per l'Algas i finalitzant la jornada a l'Argualas. Per tornar anirem al coll d'Argualas i des d'aquest punt tornem fins a Banyes de Panticosa pel mateix camí d'ascensió. Una ruta senzilla tècnicament, però amb una gran exigència física.

La gent que opti per dormir al Refugi Casa de Piedra farà la reserva pel seu compte.

**EL PROMOTOR DE L'ACTIVITAT US INFORMARÀ QUAN FER LA RESERVA.**

### Projectes en marxa

---

- CAMINEM
- CIMS
- BAIXA'M LES ESTRELLES
- EL MEU LLOC PREFERIT
- BIVACS D'ALÇADA
- CORRE MUNTANYES
- LA BASTARDA
- TASTEM L'ESCALADA
- BARRANCAM
- TEIDE 2022
- EXPERIÈNCIA 4000-E4K

### Com pensem i fem al CAM

---

El CAM és un petit i modest club amb uns sòds que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amistat, companyerisme, honestetat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots.

Dins el CAM és poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat.

**Fem CAM, fem CLUB.**



## FITXA TÈCNICA

- Horari: 9 hores
- Desnivell de pujada: 1.565 m
- Distància horitzontal: 11 km
- Tipus de recorregut: Anada i tornada
- Dificultats destacables: Pas de III°+ en l'artista d'accés al Argualas

## PUNT DE TROBADA

- Lloc de trobada 1: dissabte 24, a las 8:00 h, pàrquing Can Rajoler
- Lloc de trobada 2: dissabte 24, a las 8:45 h, pàrquing BonArea (Jorba)
- Lloc de trobada 3: dissabte 24, a las 12:00 h, pàrquing Banyes de Panticosa (Panticosa)

## CAL PORTAR

- Sistema de 3 capes. Roba adequada per a una activitat d'alta muntanya en aquestes dates: primera capa tèrmica, segona polar/softshell i paravent impermeable com a tercera), botes d'alta muntanya de estiu, gorro/tubular, guants fins i mitjons
- Casc i bastons (opcionals)
- Frontal, ulleres i protecció solar
- Aigua i aliments per ingerir durant tots els dies de l'activitat
- Targeta federació, farmaciola personal i telèfon mòbil
- Material de refugi en cas de passar la nit

## RECOMANACIONS

La sortida no té massa dificultat tècnica. És necessari saber moure's amb autonomia en artistes y tindre bona forma física per afrontar l'alt desnivell. Busca informació de la proposta. Mira mapes. Estudia la ruta tant la de muntanya com la de carretera. Molt important optimitzar el pes de la motxilla. A la muntanya cal ser respectuós, autosuficient i intel·ligent més que valent.

## CAL CONFIRMAR ASSISTÈNCIA

- Sergi García / 650 36 06 15 / [xexu24@gmail.com](mailto:xexu24@gmail.com)
- Data límit per confirmar assistència: 12 de Setembre

## Projectes en marxa

- CAMINEM
- CIMS
- BAIXA'M LES ESTRELLES
- EL MEU LLOC PREFERIT
- BIVACS D'ALÇADA
- CORRE MUNTANYES
- LA BASTARDA
- TASTEM L'ESCALADA
- BARRANCAM
- TEIDE 2022
- EXPERIÈNCIA 4000-E4K

## Com pensem i fem al CAM

El CAM és un petit i modest club amb uns sòds que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amistat, companyerisme, honestat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots.

Dins el CAM es poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat.

Fem CAM, fem CLUB.



## INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

- Informació meteorològica: [Meteo](#)
- Ressenya de l'activitat: [Garmo Negro, Argualas i Algas, desde Banys de Panticosa](#)

TROBADA INFORMATIVA: DIJOUS 22, AL CAM (20:30 h a 21:30 h)

TINGUES PRESENT QUE A LES ACTIVITATS QUE PROPOSA EL CAM  
NINGÚ GUIA A NINGÚ, NI NINGÚ MÉS QUE TU TÉ LA RESPONSABILITAT  
SOBRE EL QUE ES FACI O PASSI.

TU ETS EL TEU PROPI GUIA I RESPONSABLE SOBRE L'ACTIVITAT!

## Projectes en marxa

- CAMINEM
- CIMS
- BAIXA'M LES ESTRELLES
- EL MEU LLOC PREFERIT
- BIVACS D'ALÇADA
- CORRE MUNTANYES
- LA BASTARDA
- TASTEM L'ESCALADA
- BARRANCAM
- TEIDE 2022
- EXPERIÈNCIA 4000-E4K

## Com pensem i fem al CAM

El CAM és un petit i modest club amb uns sòcs que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amistat, companyerisme, honestat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots.

Dins el CAM és poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat.

**Fem CAM, fem CLUB.**