

escalada en cresta

CRESTA DEL ROC DE LA FRAUSA

La vent, la cara al vent,
al vent del nord



COMARCA: Alt Empordà



Inèdita, accessible i ràpida cresta que ens permet conèixer les majors alçades dels anomenats Pirineus Marítics. El Roc de la Frausa i el Pic de Moixer són els cims més alts de l'Alt Empordà, si bé la gent de la zona es consideren part de l'Alta Garrotxa, una de les nombroses subcomarques del nostre país.

La cresta en si té molt poc compromís, per no dir cap, ja que una còmoda senda discorre molt propera a la part alta i l'escapada és ben fàcil.

El major al·licient per a aquesta cresta és la seva comoditat, el fet que sigui molt desconeguda i la màgia del paratge on se situa, sobretot ara a la tardor, quan les fagedes canvien de color per la caiguda de les fulles dels arbres.

Malgrat totes les comoditats i manca de compromís, val a dir que és del tot aconsellable evitar els dies de tramuntana, especialment forta i desagradable en aquestes contrades de mitja muntanya.

escalada en cresta

FITXA TÈCNICA:

Cim principal: Pic de Moixer, 1.443 metres.

Dificultat: Quelcom Difícil inferior, si es ressegueix la part alta de la carena de manera estricta. Diversos passos de III* / III+.

Horari: 2 hores 30 minuts a 3 hores.

Primera ascensió: Sense dades. Es tracta d'una cresta bastant inèdita, com ho prova el fet que, quan vàrem recórrer el fil integral de la cresta per dalt, l'any 2008, no ens vàrem trobar equipats cap dels tres breus ràpels que cal fer a la cresta.

Material útil: Corda prima de 7 mm de 30 metres de llarg. 5-6 Friends variats, bagues llargues per a arbus-tos i 4 a 5 cintes exprés.

Punt de partida

Pic de Moixer, 1.443 metres. Coronat per les antenes d'un repetidor, ben visibles des del poble de Maçanet de Cabrenys.

Accés

Accedirem primer al poble de Maçanet de Cabrenys, prenent la carretera GI-503, que passa per Darnius i continua cap Costoja, poble a cavall entre la Catalunya Nord i la Catalunya Sud, al qual no caldrà arribar. Una vegada a Maçanet de Cabrenys, prenem la pista que puja direcció al Santuari de Salines. Abans d'arribar al mateix trobarem una altra pista, aquesta última asfaltada, que puja al cim (en l'indicador posa "Roc de la Frausa"). Del final del poble (lloc on comença la terra de pista, fins a dalt del cim hi ha 14 km de pista).

Aproximació a la cresta

Nul·la. Si arribem amb el cotxe a dalt del pic del Moixer, cal tenir en compte que tant la pista de terra comuna amb l'accés al santuari de Salines i el tram final asfaltat fins al cim són accessibles per a un vehicle estàndard.

Recorregut

Des del cim del Pic del Moixer prendre la cadena cap a l'oest (camí marcat, marques blaves). Als cinc



minuts trobem els tres primers monticles de pedres que es poden considerar l'inici de les dificultats. Es un traçat molt breu, totalment opcional, ja que es tracta de tres amuntegaments de pedres de II-. Aviat trobem un tram més afilat (el camí ho evita baixant al bosc situat a pocs metres per sota en el vessant nord del cordal). L'aresta, esmolada (III-), és molt breu i ràpidament baixem pel vessant nord, mitjançant una diagonal descendent cap a la dreta, que ens retorna al camí que poc abans haurem abandonat. Seguim per les pedres de dalt de la carena, passant diverses petites agulles de II* / II+ que mai deixen de ser amuntegaments de pedres.

Una de les agulles és el Roc de la Frausa (1.414 m). Es el gendarme més altiu que flanquejarem per la dreta. Alternem zones de crestall amb zones de camí. Al final trobem un tram d'aresta, completament opcional ja que el camí discorre just a la dreta del tall. Es tracta d'un breu sector molt esmolat,

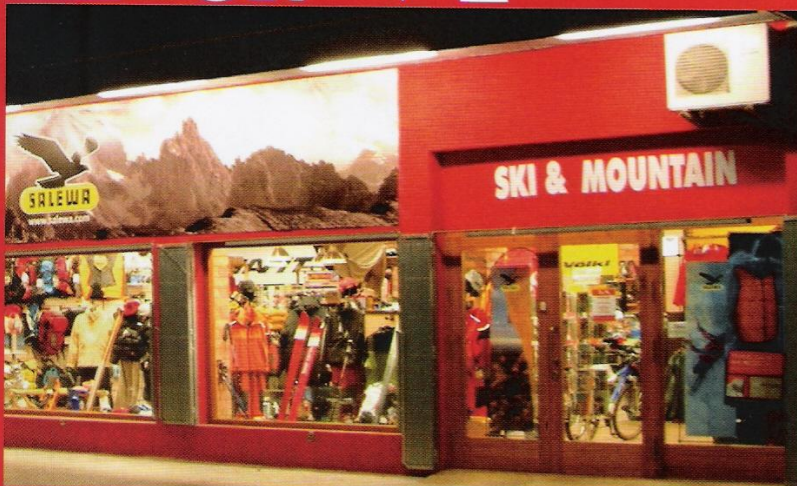
amb diversos passos d'equilibri i un bloc quadrat característic (III*), baixarem pel vessant nord per un sistema de plaques amb esquerdes (III+). Continuem un tram fàcil de cordal, pel camí marcat i assenyalat amb marques grogues i blaves.

Comença la que resulta ser la segona secció de la cresta, que és més homogeni que l'anterior, donant sentit al recorregut. El primer frontal de la carena l'evitarem flanquejant pel nord i buscant una canal -lleixa herbosa, amb un faig que ens deixa a la carena. Trobem un muret de III* (placa amb arbustos espinosos), per passar un breu tram aeri (semipas de cavall). Des de la bretxa passem pel costat sud de l'aresta a la recerca d'una fissura que ratlla unes plaques i que finalitza en una breu xemeneia estreta que conclou a la part alta de la carena (III*). Continuar per un tram aeri, aleta de tauró, tram més espectacular que difícil (III*). Poc més tard passarem pel tram culminant d'aquesta secció que



és el Roc de la Campana (1.438 m). Descendim mitjançant un ràpel de 15 metres un sistema de plaques inclinades. Després d'una bretxa trobem un petit pas vertical, fins i tot una mica desplomat, que presenta un pic o sortint de roca que ens dificulta el pas, però que alhora ens permet una bona agafada i un bon punt d'assegurança (III + / III). A l'altre costat de l'agulla trobem un breu ràpel de 7 metres, que resulta ser aconsellable realitzar ja que la baixada, sense ser difícil, sí que és herbosa i presenta risc de patinatge. Un breu muret vertical (III-) que ens porta de nou a dalt d'un microsentinella, del qual es baixa mitjançant un breu ràpel, aquest últim molt vertical (6 metres). Pugem fins a una bretxa coronada per uns blocs, (II) la qual traspasarem per baixar per la canal situada al vessant oposat (vessant oest), i baixem la canal (II-). L'última agulla l'evitem per l'esquerra, estem ja en una zona d'amples prats, ascendim per les llomes del cordal fins al punt més alt: el Roc del Sentinella (1.399 m), punt final d'aquest itinerari.

S & M SKI & MOUNTAIN



S & M **OUTLET**
SKI & MOUNTAIN

TOT EL QUE NECESSITES PER DISFRUTAR LA MUNTANYA

Ctra. N-260, Km. 130 (antiga N-152) - RIBES DE FRESER - Tel. 972 72 73 39

escalada en cresta

Descens

Còmode i fantàstic pels paratges que creua. Des de dalt de l'amable cimera del Roc del Sentinella, només hauréu de baixar uns metres cap al nord per trobar la marcada senda que recorre la carena a l'altura de la cresta però evitant les zones dentades. Marques de GR, continuar el sender cap a l'est. A mig recorregut de retorn trobem una bifurcació, el GR (que no hem de seguir) pren un sentit descendent cap al bosc. Nosaltres continuem seguint les marques grogues pel camí que, a poc a poc, ens retorna al punt de partida. Calcular poc menys d'1 hora per al retorn.

Pako Crestas
www.pakocrestas.com



RUTA CARACREMADA

LA RUTA DEL PREPIRINEU CATALÀ

* Rasos de Peguera * Serra d'Ensija * Pedraorca

* Cap del Verd * Port del Comte * Serra de Busa

PRACTICABLE TOT L'ANY:

PRIMAVERA - ESTIU - TARDOR - HIVERN



Més informació:

www.rutacaracremada.com