

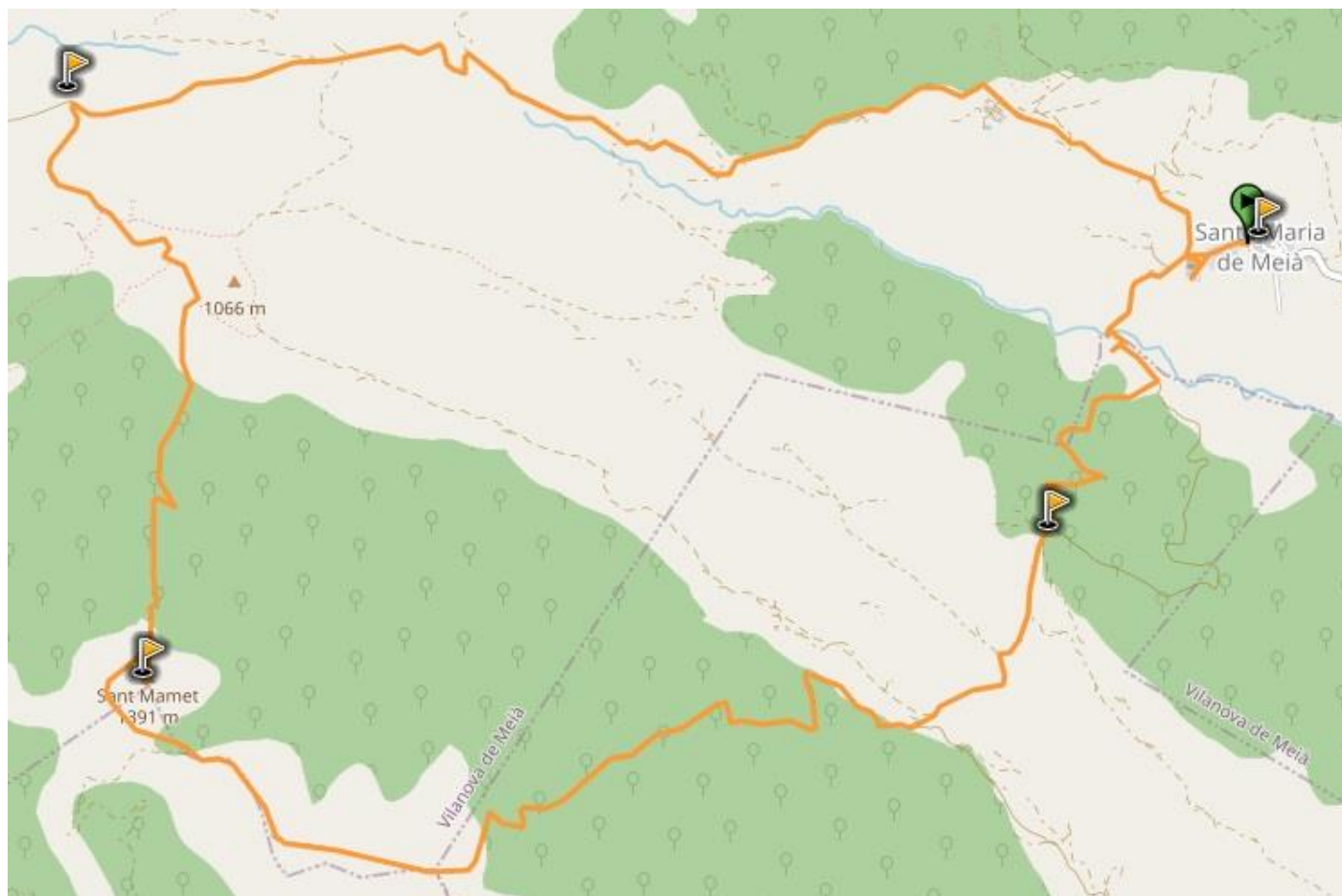
SANT MAMET – SANTA MARIA DE MEIÀ - LA NOGUERA



Sant Mamet té una alçada de 1.391 metres sobre el nivell del mar i està catalogat al repte dels 100 Cims de la FEEC. És una ruta situada a la comarca de la Noguera i el qual comença a Santa Maria de Meià, població annexada a Vilanova de Meià.

La ruta transcórrer pel Pre-Pirineu de Lleida just a tocar de la serralada del Montsec. Una zona que gaudeix d'una tranquil·litat envejable degut a una baixíssima densitat de població. És doncs, en paratges com aquest d'on podem gaudir de la naturalesa en el seu estat més pur i fer una bona escapada de la concorreguda civilització.

Com a curiositat trobem que Sant Mamet es patró de les Dides perquè se li atribuien habilitats en augmentar el flux de llet de les dones que alletaven en el seu moment.



NOM DE LA RUTA	Sant Mamet
LOCALITZACIÓ	Santa Maria de Meià – La Noguera
PUNTS PRINCIPALS DE LA RUTA	Santa Maria de Meià – La Creueta – Sant Mamet – Cruïlla – Santa Maria de Meià
DISTÀNCIA D'ANADA I TORNADA	16.72 Km.
DESNIVELL	871 m.
DIFICULTAD	La ruta és de dificultat mitjana o alta depenen de la nostra condició física. No hi ha dificultats tècniques en el camí, però la llargada de la ruta i el seu desnivell fan que sigui una ruta per gent avesada a caminar per la muntanya.
ALTITUD MÀXIMA	1.391 metres sobre el nivell del mar

RECORDATORI

EL MEDI NATURAL ÉS FRÀGIL I LA PRESÈNCIA HUMANA EL POT DISTORSIONAR FÀCILMENT

Consells per gaudir de la teva sortida:

- Assegura't que l'activitat no sigui massa exigent segons les teves possibilitats.
- Porta l'equipament i roba adequats a l'activitat que vas a realitzar.
- Comprova la previsió meteorològica el dia de l'activitat.
- Assegura't que porteu suficient aigua i provisions si fan falta.
- Contempla, sigues humil i no et facis notar.

Actituds desafortunades:

- Fer foc en llocs no autoritzats.
- Abandonar deixalles.
- Fer grafits o marcar arbres o pedres.
- Cridar o posar música.
- Portar les mascotes deslligades.