INFORMACIÓ TÈCNICA CAMINADA VIDABONA

En el seu conjunt, la caminada té nivell mig-alt si tenim en compte el desnivell, si bé es pot fer al ritme de cadascú, i la dinàmica és tranquil·la, amb parades per fer lectures en connexió amb la simbologia de cada etapa.

Per etapes:

1a etapa: El Negre-Sant Amanç-Coll de Jou (9 Km):
desnivell positiu: 850 metres.
desnivell negatiu: -250 metres.

Nivell mig-alt. Pendent suau fins al Pla de Cal Pegot; pendent fort en pujar a Sant Amanç 1.851 m. Baixada fins a Coll de Jou. Es dorm al refugi Sant Jordi (1.600 m.).

2a etapa: Coll de Jou-Taga- Sant Martí d'Ogassa -El Negre (9 km aprox):
desnivell positiu: 500 metres.
desnivell negatiu: -1070 metres

Nivell mig. La pujada al Taga (2.038m) té un fort pendent però és poc tros i cadascú el pot fer al seu ritme sense problema. Forta baixada del Taga fins a St. Martí d'Ogassa (946m.). De Sant Martí d'Ogassa al Negre baixada suau. Es dorm al Negre (1.000 m).

3a etapa: El Negre-Santuari de Vidabona-El Negre (8'4 km)
desnivell positiu: 500 metres.
desnivell negatiu: -500 metres

Nivell mig. Baixada fins a la riera de Ribamala i pujada pronunciada però curta fins al Santuari de Vidabona (1.270m); es va i es torna pel mateix camí.