

Centre Excursionista Anem a Caminar

Registre: Secció esportiva núm. A01174—Entitat jurídica núm. 32139

Programa de sortides

- 13 de gener: Quan el Montgrí s'aboca al mar (Mingu i C. Mary)
- 27 de gener: Valls dels Molins del Ridaura (Isabel, Natxo, Maria, Pere, Lluís)
- 10 de febrer: Capmany, ruta megalítica (Mingu i C. Mary)
- 24 de febrer: Serra de l'Obac (Llorenç)
- 10 de març: Sant Grau (Mingu i C. Mary)
- 24 de març: Balconades de Tavertet (Montse i Joan)
- 14 d'abril: St. Miquel Formigues (Ramon Masachs)
- 28 d'abril: Salts i gorgs torrent del Puig (Montse i Joan)
- 12 de maig: Sta. Llúcia de l'Arboç (Ramon Masachs)
- 26 de maig: Volcà de la Crosa (Isabel, Natxo, Maria, Pere, Lluís)
- 09 de juny: St. Iscle Colltort Fontpobre (Mingu i C. Mary)
- 22 de setembre: Ulldeter-Gra de Fajol (Mingu i C. Mary)
- 13 d'octubre: Ruta megalítica Roca Vallès (Isabel, Natxo, Maria, Pere, Lluís)
- 27 d'octubre: Baumkes d'Uja- St. Aniol d'Aguja (Llorenç)
- 10 de novembre: St. Joan de l'Albera (Mingu i C. Mary)
- 24 de novembre: La Juncosa-Talaia de Montmell (David)

Cal portar esmorzar i dinar, i anar ben calçat (preferiblement botes de muntanya)

Serra de l'Obac

Recorregut a peu: Iniciem el camí cap a la Font dels Traginers (800m) 35', Graons de Mura i Coll de Boix (878m), 45'. Arribem a l'Alzina del Vent, molt a prop, arbre monumental i davallem fins la cova de La Fosca i l'Hospital de Sang (757m), amb cura per vorejar els penya-segats (1H. 30'). Tornem a la carena on prenem el GR5 i assolim el Turó de La Pola (942m) 2H.30' on gaudirem d'una panoràmica de 360 graus i per la carena, assolirem el Coll de 3 Creus (860m), cruïlla de camins (3H). Arribem al peu del Castellsapera, optatiu per grimpar fins el cim (972 m.) o envoltar-lo (3H. 15'). Podem visitar un esplèndid pou de glaç (860m) a 15 minuts. Retornem a la carena del Coll Estret fins un trencall que envolta per la dreta el Castellsapera i el coll de 3 creus per tornar al punt de sortida (4 H 30' a 5 hores).

Aquest massís pertanyent al Parc Natural de Sant Llorenç de Munt i l'Obac, s'interposa entre el primer i Montserrat i això permet gaudir d'unes panoràmiques encisadores d'ambdós serralades i també de les planes interiors del Bages i del Vallès Occidental, fins a Collserola. Cal conèixer els aspectes paisatgístics, geogràfics i també històrics d'aquest massís de relleus singulars, que ha estat cruïlla de camins, refugi de fugitius i cau de bandolers, per tot plegat, paga la pena recórrer aquests camins on encara ronda l'esperit del bandoler Capablanca.

Desnivell acumulats: + 480m. -440m **Distància:** 11 km
Durada: 4'30 a 5h. (sense aturades). **Dificultat tècnica:** cap

Atenció: Per assistir a les excursions, es necessita assegurança esportiva que cobreixi sortides de muntanya. Si no en teniu, caldrà que aboneu 6 € per sortida per fer la llicència temporal.

**Dissabte,
24 de febrer '18**

Hora sortida:

8 h: Parròquia Poblenou

2/4 de 8 h: Piscina municipal de SALT

9 h: Aparcament Alzina Salari
(Qm. 11,200 Carretera Terrassa-Talamanca)

Pàgina web: <http://www.parroquiapoblenou.cat>

Facebook: <https://www.facebook.com/groups/anemacaminar/>

Fotos sortides: <https://drive.google.com/drive/u/1/my-drive>