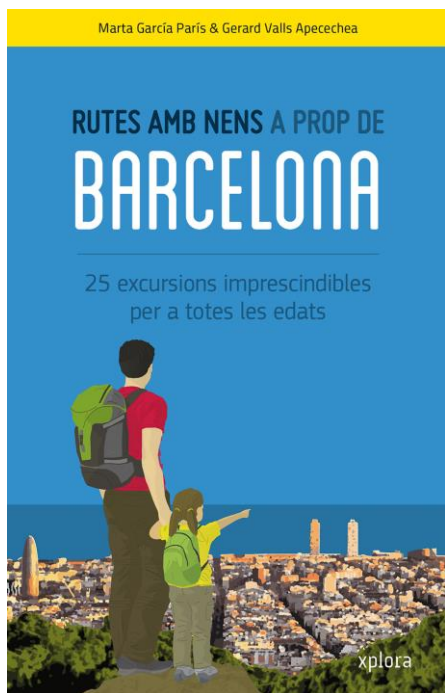


Marta García París & Gerard Valls Apecechea



## RUTES AMB NENS A PROP DE BARCELONA

Marta García & Gerard Valls

Editorial XPLORA 2018

Pàgines: 116 pg.

Dimensions: 11,8x18 cm

ISBN: 978-84-15797-38-8

P.V.P: 13,50 €



### SINOPSI


Què fem aquest cap de setmana? On podríem anar amb els nens? Mar, platges, boscos, rius, coves, cims... la llista és interminable. Us proposem, a través de 25 excursions seleccionades amb molta cura, un viatge per alguns dels paratges naturals més emblemàtics i accessibles que podem trobar prop de la ciutat de Barcelona.

En aquesta guia, trobaràs una recopilació d'algunes de les millors excursions per fer amb nens a menys d'una hora i quart de Barcelona, editades en un pràctic format de butxaca i acompanyades de dades útils, completes descripcions, fotografies a color i mapes al detall amb els quals introduir els més petits a la natura a través de la curiositat, el joc i la màgia. Un viatge per compartir i divertir-nos amb els més petits mentre aprenem a valorar i estimar la natura.


### AUTORS

Marta García París, ambientòloga trempolina, i Gerard Valls Apecechea, enginyer teianenc, són uns enamorats de la natura i els viatges. Unes passions que comparteixen amb la seva filla i que els han portat a recórrer el món prioritzant els viatges respectuosos amb el medi ambient i les diferents cultures.

La Marta i el Gerard participen en conferències i escriuen articles sobre viatges i turisme sostenible. Han col·laborat en el llibre Rutes amb nens pel Pirineu Català i Andorra, de l'Editorial Xplora.



**Passada al salt d'aigua del Tenes**



**Salt d'aigua del riu Tenes**

Sitjades per la roca. Més endavant està la **Casa del Priorat**, una construcció gòtica que acollia la casa del prior i les dependències dels monjes quan el monestir estava actiu i que després va ser una fonda. Després de contemplar la **Vall de Tenes** des del mirador, un passadís de pedra ens apropa a l'**Església de Sant Miquel**, l'única església romànica construïda sota d'una balma.

Reprenent el camí principal, trobem a mà esquerra unes escales que baixen pel cingle i ens descobreixen l'amagada entrada de la **Cova de Sant Miquel**, un

món d'estalactites, estalagmites i llacs subterranis que despertaran la imaginació de qui s'atreveixi a baixar. Tant en aquesta cova com en la de les Tosques, no és permès l'accés a menors de 7 anys ni a dones embarassades. Després de pujar les escales, es pot recuperar l'alt a la **Plaça del Repós**, assegut al cantó de l'escultura de l'escriptor Josep Pla a qui tant l'inspirava aquest paisatge. La següent parada és al misteriós **Llac de les Monges** que queda amagat sota la roca. Poc a poc, el camí es converteix en passadís interior fins a arribar a l'espectacular, conegut i molt fotografiat **Salt d'aigua del riu Tenes**. El camí passa sota un arc que era una porta d'entrada al monestir quan aquest estava en funcionament. Uns metres més enllà, el camí ens porta fins a una zona de picnic i un parc infantil ideal per a menjar alguna cosa i jugar. Sense dubtes, és una excursió amb molt d'alcèrric per als infants ja que no sempre es poden descobrir coves o passar per sota de salts d'aigua. La tornada es fa pel mateix camí, ara ja de baixada.

Com aniríem-hi

Sortim de Barcelona per la O-58 fins a la sortida S E-15/AP-7 en direcció Girona i agafem la C17 direcció Vic fins a la sortida Lluçanoves/Malla V i seguim fins a Rells. Un cop al poble, de l'avinguda Sant Vicenç ja creuem el Camí de la Pineda, on aparquem.

GPS RAO RUTA | 41.895240°, 2.130514°

20

Una visita a la casa del follets i les fades

1h 15m
1h 30m
0 km
800m
300 m
16

## El Castanyer de Can Cuch


Excursió per la cara sud del Montseny que ens apropa a un arbre monumental, el Castanyer de Can Cuch, on els més petits deixaran volar la imaginació jugant dins el seu tronc. La ruta és exigent ja que fa bastanta pujada però transcorre sempre per pista forestal i l'esforç val la pena.

L'itinerari proposat és circular i comença a l'aparcament municipal de **Can Domenèch**, al municipi de Cànoves. Hi ha dues zones d'aparcament disponibles i recomanem anar a la més propera al punt de partida per tal de reduir la distància total de l'excursió (si s'estaciona a l'aparcament de baix, s'hauran de fer uns 4 kilòmetres més entre anada i tornada). Les places de l'aparcament de dalt són limitades així que caldrà arribar-hi d'hora per tal de trobar lloc, sobretot si és cap de setmana o festa.

Des de l'aparcament, comencem a caminar en pujada suau i constant seguint la melissa prada per la qual hem

accedit a l'aparcament. Uns metres més enllà, arribem al **Pantà de Vallforners** i l'anem voltant seguint la pista, per la dreta, deixant el desviament direcció a Can Cuch, que mira cap a la dreta. Aquest pantà fou construït els anys 80 i va ser el primer pantà de Catalunya en tenir una presa de pedra i terra compactada. El camí planeja gairebé 2 km fins que, un cop passat el pantà, un troncall indica que hem de girar a la dreta. El camí, ara ja en pujada més pronunciada, segueix sent ample i molt agraiat si la ruta es fa a la primavera o estiu perquè es camina entre vegetació i sota l'ombra. Un cop superada la pujada, el recorregut

21




**Vistes de les roques i platges següents**

jugar entre les roques i a les platges i fer-la a l'estiu permet banyar-se en platges precioses poc massificades.

La ruta comença a l'extrem sud-oest de la **Platja de Sant Pol** a una passarel·la de fusta. Els primers metres del recorregut són plens de racons on entra el mar, amb aigües que conviden a un bany. Seguint el camí i, després de pujar unes escales, accedim a la carretera que ens permetrà creuar un pont i tornar-nos a reincorporar al sender.


El següent element que ens trobem en ruta és un túnel amb obertures que dona molt joc amb els nens ja que, a mitjà del corredor, una arcada ens permet accedir a un mirador i el tram es converteix en un potencial escenari per a jugar a fet i amagar. Unes altres escales ens tornen a incorporar a la carretera però, de seguida, a mà esquerra, tornem a accedir al camí.

El sender ens porta fins al **Mirador de les Dides** que ofereix unes vistes espectaculars a la platja de Sant Pol i al Mediterrani. A la primavera, en aquest tram, s'observen les gavines fent els seus nius als penyasegats. En aquesta part



**Més idees**

**Via Ferrada Cala del Moll:**  
Itinerari esportiu de 500 metres, traçat en un massís rocós a la Cala del Moll i equipat amb cables i esglaons destinats a facilitar la progressió i la seguretat dels practicants. És una activitat que requereix de concentració, força i equilibri i es recomana per a menys més grans, a partir de 10 anys.



**Via Ferrada Cala del Moll**

208

209



fins a arribar al **Mirador de les Peixaterres**, des d'on es té una vista global del port de **Sant Feliu de Guixols**. El port de Sant Feliu de Guixols té una llarga història al seu darrere, que arrenca als temps medievals; ja llavors era un dels indrets comercials més importants de la Corona d'Aragó.

Continuem pel sender i seguim les marques vermelles i blanques entant a la carretera i incorporant-nos al camí de nou, a l'elçada del Gran Hotel Balmneri Hipòcrates. Ja en el nucli urbà de Sant Feliu de Guixols i pel Carrer Guardiola, a l'elçada del número 20, girem a l'esquerra i baixem per la Carretera de Sant Pol fins a trobar-nos amb el Carrer de Cristòfol Colom que ens dirigeix fins al **Racó de Llevant**, on finalitza la ruta.

Per tornar, es pot optar per desfer el sender seguint el Camí de Ronda i aprofitar per a banyar-se en alguna cala, o bé endinsar-se pels carrers del poble de Sant Feliu de Guixols fins a empalmar amb la carretera de Palamós que ens apropa a la platja de Sant Pol.

Com arribar-hi

La ruta s'inicia a la mateixa platja de Sant Pol de Sant Feliu de Guixols, a la zona residencial de S'Alpens. S'hi pot accedir directament per carretera. Si s'hi arriba amb vehicle privat, es pot aparcar als voltants de la platja.

**GPS (NO RUTA) | 41.784380°, 3.045434°**

### Taula de rutes

RUTA	Etapes	Temps	Distància	Alçada màx.	Alçada mín.	Desnivell	Si	Si
RUTA 01	2-3	1	45m	2,0 km	25+	180 m	Si	Si
RUTA 02	4-6	2	1h 30m	4,0 km	75+	400 m	Si	Si
RUTA 03	4-5	2	2h 00m	5,5 km	200+	350 m	Si	Si
RUTA 04	3-4	2	1h 30m	4,5 km	100+	250 m	No	Si
RUTA 05	5-6	2	2h 30m	6,0 km	250+	300 m	Si	Si
RUTA 06	4-5	1	1h 30m	9,0 km	0	40 m	No	Si
RUTA 07	5-6	2	2h 00m	18,0 km	0	0 m	No	Si
RUTA 08	3-4	1	2h 00m	6,0 km	0	0 m	No	Si
RUTA 09	4-5	2	1h 30m	4,5 km	150+	500 m	Si	Si
RUTA 10	3-4	2	1h 00m	2,5 km	150+	360 m	No	Si
RUTA 11	5-6	2	2h 30m	6,5 km	200+	350 m	Si	Si
RUTA 12	5-6	2	2h 30m	6,0 km	450+	1.100 m	No	Si
RUTA 13	5-6	3	3h 00m	7,0 km	400+	1.200 m	Si	Si
RUTA 14	3-4	1	1h 00m	3,0 km	100+	950 m	Si	Si
RUTA 15	4-5	2	2h 00m	6,0 km	200+	500 m	No	Si
RUTA 16	6-7	3	3h 30m	9,0 km	400+	800 m	Si	Si
RUTA 17	3-4	1	1h 30m	3,0 km	200+	950 m	Si	Si
RUTA 18	5-6	2	2h 30m	6,5 km	250+	1.706 m	No	Si
RUTA 19	5-6	3	3h 30m	8,0 km	550+	1.697 m	No	Si
RUTA 20	4-5	2	2h 00m	5,0 km	200+	1.200 m	Si	Si
RUTA 21	2-3	1	1h 30m	3,0 km	50+	250 m	No	Si
RUTA 22	4-5	1	1h 00m	2,0 km	100+	900 m	No	Si
RUTA 23	3-4	1	1h 00m	2,5 km	50+	650 m	Si	Si
RUTA 24	5-6	3	3h 30m	8,0 km	450+	1.514 m	No	Si
RUTA 25	4-5	2	1h 00m	3,0 km	100+	40 m	No	Si



## EDITORIAL XPLORA

Lee viajando. Viaja leyendo

Website [www.editorialxplora.com](http://www.editorialxplora.com)

Email [info@editorialxplora.com](mailto:info@editorialxplora.com)

Twitter [@editorialxplora](https://twitter.com/editorialxplora)

Facebook [www.facebook.com/editorialxplora](https://www.facebook.com/editorialxplora)

Distribución UDL Libros ([www.udllibros.com](http://www.udllibros.com))

XPLORA es una editorial independiente formada por un grupo de amantes de los viajes, el deporte, la montaña y los libros. A través de las páginas de nuestros libros recorreremos países ligeros de equipaje, descubriremos hasta donde llegan los límites del hombre, cruzaremos desiertos, exploraremos montañas lejanas, conoceremos nuevas culturas y viajaremos a los lugares más sorprendentes del planeta.