

# Centre Excursionista Anem a Caminar

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

## Programa de sortides

~~-14 de gener: Llobora-Cova de Boratuna (Ramon)~~

~~-28 de gener: Quan el Montgrí s'aboca al mar (Mingu i C. Mary)~~

~~-11 de febrer: Puig Gitanes i Puig Clarà a Banyoles (Ramon)~~

~~-25 de febrer: Els quatre turons – Arenys de Munt- (Ramon i Montse)~~

~~-11 de març: Sant Salvador de les Espases –Esparraguera- (Ramon)~~

~~-25 de març: Balconades de Tavertet (Montse i Joan)~~

~~-8 d'abril: colònies del Llobregat (II): de Puig-reig a Balsareny (David)~~

~~-22 d'abril: Fabert: Oratori Sant Pere-Pic de les Forques-Puig de les Basses-La Dou de Fabert (Mingu i C. Mary)~~

~~-13 de maig: Matagalls des de Sant Bernat (Ramon)~~

~~-27 de maig: Alps (Ramon)~~

~~-10 de juny: Serra de Sant Amanç – Campdevànol- (Fermí)~~

~~-23 de setembre: Balandrau (Ramon)~~

~~-14 d'octubre: La fageda i la font de la Sauva Negra (M.Josep i Elisenda)~~

~~-28 d'octubre: Circular per la Vall del Bac (Ramon)~~

~~-11 de novembre: St. Joan de l'Albera – Coll de Llinàs – St. Cristòfol – Coll Ullat- St. Joan de l'Albera (Mingu i Carmen Mary)~~

~~-25 de novembre: Puig de l'Àliga – Roses- (Mingu i Carmen Mary)~~

~~-9 de desembre: Canet d'Adri-Cova Boratuna-Velers-Carrerica-Font de la Torre-Canet (Mingu i Carmen Mary)~~

## Sant Salvador de les Espases (Olesa de Montserrat)

**Recorregut:** sortirem del trencant de la carretera al balneari de la Puda en direcció al balneari, al cap de poc ja trobarem a la dreta el camí que s'enfila a Sant Salvador. Deixarem el camí de l'ermita per pujar pel torrent de l'Airau fins a Puig Cendrós (505 m, bones vistes de Montserrat), recularem i agafarem la carena que ens portarà a Sant Salvador on visitarem, contemplarem i dinarem (hi ha lloc de sopluig). La tornada serà un plaer.

**Desnivell positiu: 400 m.**

**Distància: 8 km**

**Durada: 4 hores**

**Dificultat tècnica: cap    Ruta semicircular**

**Dissabte,  
11 març '17**

**Hora sortida:**

**8 h: Parròquia Poblenou**

**8 h: Piscina municipal de SALT**

**2/4 de 10 h: trencant del balneari de la Puda**

(Olesa de Montserrat direcció a Monistrol, en el km 7, al trencant del balneari de la Puda. )

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

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

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

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