

Parc del  
Castell de  
Montesquiu



© Maria Soler

# Rutes guiades 2019

Marxa nòrdica



**Diputació  
Barcelona**

*Xarxa de Parcs Naturals*

**#DibaOberta**

## Itineraris per conèixer millor el parc

---

La marxa nòrdica és una pràctica esportiva aeròbica, saludable i apta per a tots els públics, independentment de l'edat i la forma física. Consisteix a caminar amb l'ajuda de bastons similars als utilitzats en l'esquí.

Des del Parc del Castell de Montesquiu es dona impuls a aquest projecte. Les rutes passen pels municipis de Montesquiu, Sant Quirze de Besora, Santa Maria de Besora, Sora, Vidrà, Sant Vicenç de Torelló, Orís i Torelló. L'objectiu principal dels recorreguts és descobrir racons singulars de la vall del Ges, Orís i Bisaura i de l'EIN Serres de Milany – Santa Magdalena – Puigsacalm – Bellmunt.

Totes les sortides es fan en diumenge al matí. La distància dels itineraris varia entre 8 i 13 km, tenen una durada de 3 a 4 hores.

Aquest programa és gestionat pel Consorci de la Vall del Ges, Orís i Bisaura, en el marc del conveni de cooperació i col·laboració entre la Diputació de Barcelona, el Consorci i l'Ajuntament de Montesquiu, relatiu a les tasques d'informació de l'equipament cultural i centre de recursos del castell de Montesquiu.



## Informació general

---

**Preu per sortida:** 4 euros. 10% de descompte per als membres del Cercle de Voluntaris dels Parcs Naturals.

**Inscripció prèvia imprescindible a:**

[www.turisme.gesbisaura.cat](http://www.turisme.gesbisaura.cat)

Places limitades

**Requisits:** cal dur calçat i roba còmodes, aigua i esmorzar. Si no teniu bastons específics de marxa nòrdica, nosaltres us en proporcionarem.

El Consorci de la Vall del Ges, Orís i Bisaura es reserva el dret d'anul·lació de la sortida programada si les condicions meteorològiques així ho requereixen.

**Hora de trobada per a totes les sortides:**

8.15 h, pels que no han fet mai marxa nòrdica

8.45 h, pels que ja han fet marxa nòrdica.

## Més informació

---

Parc del Castell de Montesquiú

Tel. 938 529 234

[p.montesquiú.bisaura@diba.cat](mailto:p.montesquiú.bisaura@diba.cat)

[www.turisme.gesbisaura.cat](http://www.turisme.gesbisaura.cat)







17

DIUMENGE

## Baumes dels Ferrers, morro del Quer i tombes del faig

Vidrà i Santa Maria de Besora

**Punt de trobada:** Santa Maria de Besora (davant de l'Ajuntament)

**Distància:** 11,56 km

**Desnivell:** 377 m

Des del morro del Quer, un mirador natural a més de 1.200 m, veurem el Bisaura, el veïnat de Llaers, amb el castell i les Baumes, i una panoràmica de 360° des del Montseny fins al Ripollès i la Cerdanya, passant pel Pedraforca i el Cadí. També visitarem les tombes del Faig, un avenc amb restes neolítiques.



31

DIUMENGE

## Sant Salvador de Bellver des d'Orís

Orís

**Punt de trobada:** Can Branques. Orís

**Distància:** 8,5 km

**Desnivell:** 365 m

Aquesta ruta creua boscos, conreus i masies d'Orís i s'enfila fins a arribar a la capella romànica de Sant Salvador de Bellver, des d'on gaudirem d'unes vistes panoràmiques esplèndides.



14

DIUMENGE

## Volta al puig de la Bicoca i puig Cubell Vidrà

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça Bisaura)

**Distància:** 10,5 km

**Desnivell:** 500 m



© Jordi Torruella

Iniciarem la ruta a Ciuret, pujarem fins al pla de la Creu i vorejarem el puig de la Bicoca. D'aquí ens dirigirem al coll de Ciuret per enfilar cap al puig Cubell. De tornada, passarem pel faig de Can Font, un arbre monumental de gran bellesa.

28

DIUMENGE

## Del castell de Montesquiu al castell de Besora

Montesquiu i Santa Maria de Besora

**Punt de trobada:** castell de Montesquiu (aparcament)

**Distància:** 9,66 km

**Desnivell:** 438 m



© Maria Soler

Un itinerari circular ens descobrirà les restes del castell de Besora, centre històric del territori. Des del pla del Revell gaudirem d'unes vistes precioses dels Pirineus, el Pedraforca, el Puigmal, la serra de Bellmunt i el Montseny.

5

DIUMENGE

## Serra de la Cogulera - Saderra

Sant Quirze de Besora i Orís

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça del Bisaura)

**Distància:** 12,5 km

**Desnivell:** 610 m

Resseguiem la serra de la Cogulera fins al puig del Juí, des d'on gaudirem d'unes vistes magnífiques de Santa Maria de Besora, la serra dels Bufadors, el castell de Besora i el Pirineu, al fons. Baixarem per les Gargantes fins a Saderra i remuntarem el riu Ter per tornar de nou a Sant Quirze.



© Maria Soler

19

DIUMENGE

## Salt del Mir

Santa Maria de Besora

**Punt de trobada:** Santa Maria de Besora (davant de l'Ajuntament)

**Distància:** 11,62 km

**Desnivell:** 430 m

El salt del Mir, de 35 metres d'alçària, és d'una gran bellesa. L'indret és espectacular, especialment si porta una bona quantitat d'aigua. Prop del salt, hi trobem les restes de molins fariners antics on encara s'hi pot veure part del mecanisme. La volta que us proposem passa també per la bonica ermita del Prat.



© Àngels Margineda

2

DIUMENGE

## Sora Sora

**Punt de trobada:** Sora, a l'aparcament de l'entrada del poble

**Distància:** 9 km

**Desnivell:** 360 m



© Maria Soler

En aquesta caminada coneixerem una petita part de l'immens territori de Sora i, rodejats de boscos, rieres i torrents, gaudirem de tota la tranquil·litat enmig d'un paratge meravellós caminant entre prats i masies.

16

DIUMENGE

## Forat Micó Vidrà i Sant Pere de Torelló

**Punt de trobada:** Torelló, aparcament del Mercat Municipal

**Distància:** 13 km

**Desnivell:** 495 m



© Jordi Torruella

El forat Micó és el punt de pas del riu Ges entre les serres de Bellmunt i de Curull. El camí porta de Sant Pere de Torelló a Vidrà. La ruta circular ressegueix, de pujada, el riu Ges per l'esquerra, fins al salt d'aigua de l'antic molí del Salt de Salgueda; de baixada, torna per la dreta del riu.



30

DIUMENGE

## L'Hort de Getsemaní i la bauma de la Vila

Vidrà

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça del Bisaura)

**Distància:** 9,97 km

**Desnivell:** 450 m

Ens endinsarem a la zona de Vidrà on destaquen les fagedes, rouredes i prats montants, com també les diverses fonts, salts d'aigua i arbres monumentals. Descobrirem un d'aquells llocs insòlits que pràcticament ni surten als mapes i que val molt la pena de visitar: l'Hort de Getsemaní.



14

DIUMENGE

## Llaés, baumes del Teixidor i Mare de Déu de la Cau

Santa Maria de Besora i Llaés

**Punt de trobada:** Santa Maria de Besora (davant de l'Ajuntament)

**Distància:** 10,40 km

**Desnivell:** 512 m

La ruta que us presentem recorre uns paratges preciosos. Comença a Llaés, just al peu del castell, i segueix cap a les baumes del Teixidor. Un cop allí, ens enfilarem fins a l'ermita de la Mare de Déu de la Cau per tornar de nou al castell de Llaés.



**22**  
DIUMENGE

## Els Munts

Sant Quirze de Besora i Sant Agustí de Lluçanès

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça del Bisaura)

**Distància:** 13,30 km

**Desnivell:** 470 m

Iniciem el recorregut a Solallong i caminem sota l'atenta mirada del santuari dels Munts, que ens acompanyarà durant tot el recorregut fins a arribar-hi. Des de dalt gaudirem d'unes vistes espectaculars del Bisaura.



6

DIUMENGE

## Bellmunt per la fageda

Vidrà

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça del Bisaura)

**Distància:** 9,62 km

**Desnivell:** 490 m

Des del coll de Vidrà anirem al santuari de Bellmunt pujant per la cara nord. Pel camí gaudirem dels diferents boscos que ens trobarem a cada pas fins a arribar dalt de la carena; les rouredes i fagedes en seran les grans protagonistes. Un cop dalt, la plana de Vic se'ns obrirà majestuosa als peus.



© Àngel Marginedas

20

DIUMENGE

## Camí de l'Orra i bauma del Ginestet

Sant Quirze de Besora i Sora

**Punt de trobada:** Montesquiú (plaça d'Emili Juncadella, davant de l'Ajuntament)

**Distància:** 6,20 km

**Desnivell:** 350 m

La ruta ens portarà pel camí de l'Orra, entre boscos de roure i alzina, on ens trobarem la bauma de Ginestet. Un cop dalt, seguirem el camí resseguint prats de pastura i boscos de pi roig fins a baixar als Emprius i retornar al pont de les Codines.



© Àngel Marginedas

3

DIUMENGE

## Volta al Parc del Castell de Montesquiú

Montesquiú

**Punt de trobada:** castell de Montesquiú (aparcament)

**Distància:** 8 km

**Desnivell:** 350 m



© Àngel Marginedas

Sortirem del castell de Montesquiú i farem una volta circular pel Parc per tal de descobrir-ne els racons més destacats. El camí transcorre pel coll de Tres Pals i retorna pel mirador de la Rovira i font Codineta.

17

DIUMENGE

## Fontcoberta - serra de Santa Magdalena

Vidrà

**Punt de trobada:** Sant Quirze de Besora (plaça del Bisaura)

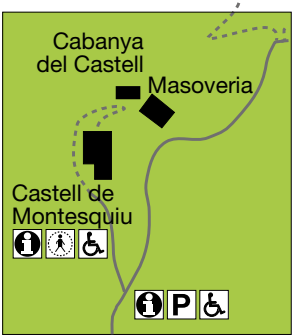
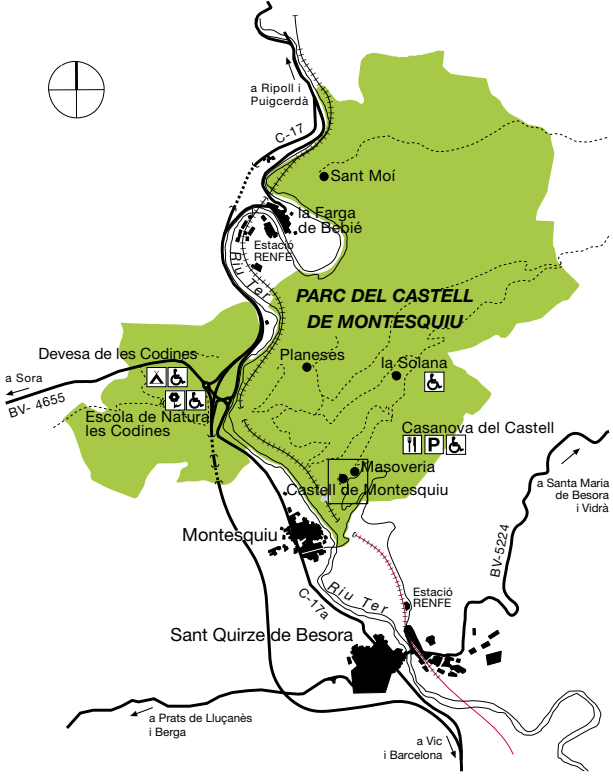
**Distància:** 9,5 km

**Desnivell:** 400 m



© Àngel Marginedas

Sortirem de Fontcoberta per pujar a la serra de Santa Magdalena, des d'on podrem observar el Pirineu, des del Puigmal al Canigó, per un cantó i, per l'altre, el Puigsacalm, que ens oferirà unes vistes ben especials.



- carretera asfaltada
- - - pista forestal
- + + + + ferrocarril



# Descobreix el Parc a taula!



Un programa que distingeix aquelles empreses vinculades al territori que, a través de la seva activitat, ajuden a la conservació, posada en valor i divulgació de la Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona



allotjaments



restaurants



cellers



productors



establiments  
i elaboradors

Si vols que et mantinguem informat de les activitats del Parc a taula, envia'ns un correu amb les teves dades a

[parcataula@diba.cat](mailto:parcataula@diba.cat)

Més informació a:

[parcataula.diba.cat](http://parcataula.diba.cat)



[facebook.com/parcataula](https://facebook.com/parcataula)



[twitter.com/parcataula](https://twitter.com/parcataula)





© Jordi Torruella



[parcs.diba.cat/web/agenda](https://parcs.diba.cat/web/agenda)



Opineu sobre els parcs



## Parcs de Catalunya

### Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona

Parc del Castell de Montesquiu, Espai Natural de les Guilleries-Savassona, Parc Natural del Montseny, Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, Parc del Montnegre i el Corredor, Parc de la Serralada Litoral, Parc de la Serralada de Marina, Parc Natural de la Serra de Collserola, Parc Agrari del Baix Llobregat, Parc del Garraf, Parc d'Olièrdola, Parc del Foix



**Diputació  
Barcelona**

**Àrea de Territori  
i Sostenibilitat**

**Espais Naturals i Medi Ambient**  
**Gerència de Serveis d'Espais Naturals**  
Comte d'Urgell, 187. 08036 Barcelona  
Tel. 934 022 428  
[xarxaparc@diba.cat](mailto:xarxaparc@diba.cat) · [parcs.diba.cat](https://parcs.diba.cat)