

# FEM UNA ESCAPADA

## ● LA VOLTA AL PANTÀ DE SANT ANTONI



Molt a prop de la Pobla de Segur (el Pallars Jussà) trobem el pantà de Sant Antoni, un dels embassaments d'aigua dolça més grans de Catalunya. La ruta d'avui, de 20 quilòmetres, ens porta a fer una caminada de cinc hores al voltant del pantà, per camins planers que passen entre camps de conreu. L'itinerari, a banda de permetre'ns gaudir de la bellesa d'aquest paratge, encerclat pels cingles de Pessonada, la serra de Carreu i la muntanya de Sant Corneli, també ens permet fer un viatge al passat, visitant el castell medieval d'Aramunt Vell i l'Ermita de Santa Maria, i visitar tres petits pobles que s'aixequen al costat de la riba del pantà: Aramunt, Pessonada i Sant Martí de Canals.

Comencem a caminar des de la plaça de l'església d'Aramunt, on hi arribem des de la Pobla de Segur creuant el riu Noguera Pallaresa cap el Pont del Claverol. Des d'aquí prenem una pista que s'enfila i volta el tossal de Sant Pere, que s'aixeca sobre aquest municipi. Al final de la pujada agafarem un camí que baixa cap a la dreta i que ens porta fins a les ruïnes del castell medieval d'Aramunt i l'ermita de Santa Maria.

Reprenem la marxa tornant a la pista principal, que hem deixat abans per acostar-nos fins al castell i l'ermita, i la seguim fins trobar una pista, a mà esquerra, que es troba en millor estat, i que ens porta fins a la carretera asfaltada, molt a prop del poble de Pessonada.

Val la pena visitar-lo, sobretot la part baixa, on trobarem uns porxos amb unes vistes fabuloses de l'embassament de Sant Antoni i, molt important, una font on poder omplir de nou la cantimplora.

El camí segueix una estona més per la carretera direcció a Aramunt. Però nosaltres deixarem aviat aquesta via de cotxes, que passa entre camps de conreu, a una banda, i l'embassament, a l'altra, i quan puguem agafarem un sender que va més a prop de l'aigua i que podrem seguir fins quasi a punt d'arribar de nou a Aramunt i completar la nostra ruta.



## ● **EL SUD DEL CAP DE CREUS**

Malgrat tractar-se d'una etapa de les més dures del GR-92 de la Costa Brava, val la pena agafar forces i aventurar-se a recórrer el tram del camí de ronda que va de Cadaqués a Roses, situat al sud del Cap de Creus. La ruta, de 21 quilòmetres, que farem a peu en unes 5 hores aproximadament, alterna la part interior del parc nacional del Cap de Creus, amb vistes del mar a la llunyania, amb la part més externa d'aquest paratge, passant a tocar del mar per sobre de penya-segats i baixant a cales amagades, com la paradisiàca Cala Jòncols. La millor època per fer aquest itinerari és a la primavera o la tardor, ja que la ruta presenta importants pujades i baixades, i si fa gaire calor el camí se'n pot fer molt feixuc.



Potser no està tan ben senyalitzat com el camí de la dreta però és molt intuïtiu i, a més, és impossible perdre's ja que, al fons, veiem ja la Cala Jòncols, on ens dirigim. Poc abans d'arribar a aquesta encantadora cala de la Costa Brava, encerclada pel Puig de Canadell i el Cap de Norfeu, hem de creuar una riera, on enllacem de nou amb la pista principal que hem deixat abans al Pla de la Figura.

Travessarem Cadaqués, direcció sud, passarem per davant de la platja Port d'Alguer i seguirem direcció a Platja Llané (veurem un hotel que porta el nom d'aquesta platja). Des d'aquí prendrem un camí que comença a allunyar-se de la costa i s'enfila muntanya amunt. De seguida veurem com aquest camí es converteix en una pista principal, inconfusible, que passa a prop de l'Hotel Rocamar. Si no volem perdre'ns només hem de seguir en tot moment aquesta pista. Però si volem poder escurçar una mica el camí agafant uns drecceres, que formen part del camí antic, i que anirem trobant al llarg de la pista.

Després d'una hora de camí arribem al Pla de la Figura (260 m), situat en un coll des del qual ja veiem la badia de Roses. Aquí el camí es bifurca. Et proposem agafar el camí de l'esquerra, que va més a prop del mar.

Des de Cala Jòncols al Coll de Norfeu tenim només un quart de camí. Anirem trobant diversos corriols que s'endinsen al Cap de Norfeu, però nosaltres seguirem la pista principal, tot travessant aquest paratge. Des d'aquí anirem a parar a l'altre vessant del sortint de terra per un camí que baixa directe cap el mar. Compte amb aquest tram, ja que el pendent és molt pronunciat.

### ***Ben arran de mar***

A partir d'aquí, la nostra ruta ja no se separa més del mar. Encara ens queden tres hores de camí però ens passaran molt ràpid perquè no pararem de descobrir cales amagades entre els alts i impressionants penya-segats de la zona. En aquest tram passarem per Cala Pelosa, on veurem una caseta de guàrdia de l'època de la Guerra Civil,

Cala Calitjar, la coneguda Cala Montjoi i Cala Calís, fins arribar al Cap Blanc, abans de Cala Murtra. Aquí el paisatge comença a canviar i veiem, endavant, el massís del Montgrí.

Des de Cala Murtra seguirem el nostre camí arran del mar amb els ulls posats sobre Punta Falconera, on la costa canvia de cop de direcció. Aquest és el principi del Golf de Roses. Deixant enrere diverses construccions militars, el camí de ronda ens porta ara a l'urbanització Almadrava, on retrobem els senyals de civilització. Travessant l'urbanització, baixarem fins a la platja de l'Almadrava, la primera platja de sorra fina que trobem després de passar per una mà de cales petites i rocoses.

Ja es nota que estem a només una hora del nostre destí. Des de l'Almadrava fins a Roses el camí de ronda es troba en perfecte estat i la nostra aventura a través de cales i penya-segats es converteix ara en un agradable passeig per un camí ben arranjat que passa arran del mar. Abans d'arribar a Roses, passarem per la Cala Canyelles Petites, el Far de Roses, la platja dels Palangrers, el port de pescadors i, finalment, la platja de Roses.

Com a altres trams del camí de ronda, per tornar a casa podem deixar diversos cotxes a cada extrem de la ruta -Cadaqués i Roses- o bé podem fer servir el transport públic. Tan a Cadaqués com a Roses tenim la línia d'autobusos Sarfa.

## ● **ELS ESTANYS DE LA PERA**

### **Paisatges d'alta muntanya a la Cerdanya**

La Cerdanya ens permet gaudir de paisatges d'alta muntanya sense gaire dificultat. Com els que podem veure als Estanys de la Pera, situats als peus del Pic de Perafita (2.752 m), entre la Serra del Sirvent i la Serra Airosa, a l'Alta Cerdanya. En només dues hores de camí arribem a aquest paratge idíl·lic, on un refugi



d'alta muntanya s'aixeca solitari sobre un petit turó, donant la benvinguda a l'excursionista. El millor d'aquesta ruta és, que en ser tan fàcil -és curta, planera i ben senyalitzada- es pot fer tot l'any i, fins i tot, amb quixalla. A l'hivern, aquesta és una de les sortides clàssiques en raquetes.

Diversos camins ens porten fins aquests estanys d'alta muntanya. Des d'aquí et proposem arribar-hi des del refugi del Cap del Rec (Tel. 973 293 050), accessible en cotxe des del poble de Lles i situat al costat mateix de l'estació d'esquí nòrdic de Lles de Cerdanya. Al costat del refugi veiem un cartell de fusta que ens indica la direcció que hem de seguir i la distància que tenim fins arribar als estanys (12 quilòmetres).

Tenim varies opcions per fer aquesta ruta des de Cap del Rec. I tots els camins comencen al costat mateix del refugi. La més fàcil, però també la menys atractiva, és seguir de principi a fi l'ampla pista forestal, senyalitzada amb el nom "d'Autopista", que serveix als esquiadors de fons per desplaçar-se ràpidament entre Lles i l'estació veïna d'Arànsers. Aquesta potser és la via més fàcil si el terreny està nevats i volem fer una sortida amb raquetes. Però hi ha un camí més entretingut que passa per mig del bosc i, que a més, fa dreuera.

El sender que travessa el bosc és un dels itineraris marcats per l'estació d'esquí nòrdic, amb pintura groga i el número 18. Seguint aquestes senyals no tenim pèrdua, tot i que cal anar amb els ulls ben oberts per no despistar-nos. Si ho preferim, també podem agafar el sender de Gran Recorregut (GR), indicat com a Camí Vell i marcat amb les pintures blanca i vermella dels GR. Aquest camí és més ample i pla i es creua, als 20 minuts, amb el corriol número 18, que podem agafar.

### **Travessant boscos de pins i avets**

Després de sortir de Cap del Rec ens dirigirem al Pradell, un enorme prat amb un refugi al costat de la pista forestal. Aquí agafarem la pista, cap a l'esquerra, i la seguirem fins que trobem un altre cartell, a mà dreta, que ens indicarà els Estanys de la Pera. El sender travessa el Riu del Molí, que a l'hivern està glaçat, i s'endinsa en un de pins i avets. Mica en mica anem pujant, sempre amb el riu a la nostra dreta, i arribem a un prat d'aiguamolls. Aquí cal anar molt en compte si l'aigua està glaçada i, si la neu no cobreix el gel, haurem d'anar saltant de roca en roca evitant trepitjar el glaç.

Passada aquesta explanada, arriba el tram més costerut de la ruta, curt però molt bonic, que passa al costat d'un salt d'aigua. Si ens cansem en aquest tram no ens hem de desanimar, és la pujada final. En arribar a dalt, ja som al refugi dels Estanys de la Pera (Tel. 973 293 108). Un cop aquí, en uns cinc minuts haurem arribat a l'Estany Gran (2.335 m), que ens ofereix la imatge d'un paisatge feréstec, amb la magnífica silueta del Pic de Perafita (2.752 m) al darrera.

De tornada agafarem la pista forestal ampla que baixa pel costat de l'estany de baix, més petit que el que acabem de veure, i ja no la deixarem fins arribar de nou al Pradell, on tornarem a prendre el corriol enmig del bosc que baixa directament a Cap del Rec (marques grogues amb el número 18).

