

DESCRIPCIÓ DE L'ITINERARI PER LA X CAMINADA PEL MASSÍS DE LES MUNTANYES DE PRADES

Km totals: 37,50
Ascensió acumulada: 1.507 m

KM PARCIAL	KM TOTAL	
0,00	0,00	Prades. (940 m) SORTIDA. Sortim de la plaça Major pel carrer de la Font. Seguirem sempre les marques que l'organització ha distribuït a tot el llarg del recorregut. Agafarem el camí de Reus i, per ell, ens dirigirem a cercar els camins que porten a la Font del Pú i el Pla de la Guàrdia.
2,39	2,39	A la dreta del camí veiem la Font del Pú. Seguirem una estona la pista forestal amunt per, més endavant, agafar un sender que ens durà al capdamunt del Pla de la Guàrdia.
1,46	3,85	Som al mirador del Pla de la Guàrdia (1.125 m). A continuació farem una mica de pista en direcció Est, per passar a tocar els cingles de la Gritella i davallar per un suau barranc.
1,80	5,65	Pista. Camí de Prades a Siurana. La seguirem una estona a la dreta per, una mica més enllà, agafar una sèrie de senders que ens duran a la mateixa llera del barranc del Carcaix.
1,55	7,20	Som al barranc del Carcaix (850 m). Seguirem aigües avall. Hem de prendre moltes precaucions en el cas que les roques estiguin humides o mullades. El risc de relliscar és molt gran. Passarem per dues fonts i un gran roure. Més endavant deixarem el barranc per enfilem-nos per un petit grau i, ascendint per unes paraades abandonades, fer cap al mas de l'Extremenyo.
1,15	8,35	Mas de l'Extremenyo (790 m). Passarem aquest vell mas enrunat per davallar per un camí empedrat que ens durà altre cop a la llera del barranc del Carcaix. Per l'altra ban-

1,55 9,90

1,50 11,40

1,55 12,95

1,70 14,65

1,15 15,80

2,70 18,50

3,50 22,00

2,00 24,00

3,15 27,15

da pujarem per senders per arribar a un altre mas, el de la Noguera.

Mas de la Noguera (900 m). Un altre mas enrunat. El passarem i, ara, per pistes farem cap al coll de l'Andreu, al camí de Prades a Siurana.

Coll de l'Andreu (988 m). Seguirem pel camí en direcció nord fins a la carretera de Prades a la Febró, a tocar la font del Cap del Pla.

Font del Cap del Pla (950 m). Seguirem una estona per la carretera i al poc la deixarem per anar per unes pistes a cercar el GR i, per ell, fer cap al coll de Capafonts.

Coll de Capafonts (936 m). Deixem la carretera per seguir pel GR per senders i pistes i entrar als Motllats. Quan siguem a prop del Picorandan, deixarem el GR i, per un sender, farem el cim.

Cim del Picorandan (991 m). Davallarem per la carena fins a retrobar-nos amb el GR i seguir per la pista en direcció Est.

La Creu Trencada (1.018 m). Ara deixarem les marques del GR per girar gairebé 180° i baixar pel camí vell de Capafonts a Reus. Passarem per un trist camí destrossat per l'erosió que, en el seu dia, havia de ser magnífic, fins a arribar al mateix poble de Capafonts, que haurem anat veient des de diferents llocs del camí.

Capafonts (730 m). Passem pel davant de l'església i per uns carrers del Nord ens dirigim a cercar el camí de l'ermita de la Mare de Déu de Barrulles. Seguirem aquesta agradable i planera pista fins a l'ermita.

Ermita de Barrulles (770 m). A continuació pujarem suaument per una pista forestal que ens durà al barranc de les Fontetes, lloc on deixarem la pista i ens enfilem a trossos fortament, per un sender que porta al coll del Bosc del Llarg.

Mas del Gravat (1.100 m). Seguim per pistes a trobar el coll del Dinerat i seguim durant un bon tros el GR pels plans de Pagès, fins que decanem a l'esquerra cap a les coves del Pere.

3,25 30,40

1,50 31,90

2,65 34,55

0,55 35,10

0,40 35,50

2,00 37,50

Coves del Pere (1.162 m). Seguim per les pistes que ens baixaran cap al mas de l'Espasa i el barranc dels Bassots fins que ens desviarem a l'esquerra cap al coll del Serafí.

Coll del Serafí (1.055 m). Ara seguirem una estona més, davallant suaument fins que la pista s'acabi. A continuació, però, continuem per un sender molt bonic que ens durà a l'ermita més emblemàtica de les muntanyes de Prades.

Ermita de l'Abellera (1.000 m). Passem pel seu davant i pel camí d'accés ens dirigim fins a la petita ermita de Sant Roc.

Ermita de Sant Roc (1.010 m). Deixem el camí asfaltat i al poc ens endinsarem per corriols dins el bosc de pins per cercar un petit grau que, per via directa, ens durà al llac de la Roca Foradada de Prades.

Llac de la Roca Foradada de Prades (970 m). Passem l'estanyol per la dreta i també, si mirem bé, veurem la Roca Foradada. Baixem molt suaument per la pista d'accés al llac fins a un carrer d'urbanització. Seguirem avall fins a entrar a Prades pel carrer de Sant Roc i el Portell Daurat.

Prades (940 m). Plaça Major o de la Font. Fi de l'itinerari.

INFORMACIÓ

977 269 170 / 649 476 196

www.aamp.cat aamp@aamp.cat

Col·laboren:



AJUNTAMENT DE PRADES



AJUNTAMENT DE MONT-RAL

AJUNTAMENT DE CAPAFONTS

Organitza:



ASSOCIACIÓ D'AMICS DE LES MUNTANYES DE PRADES

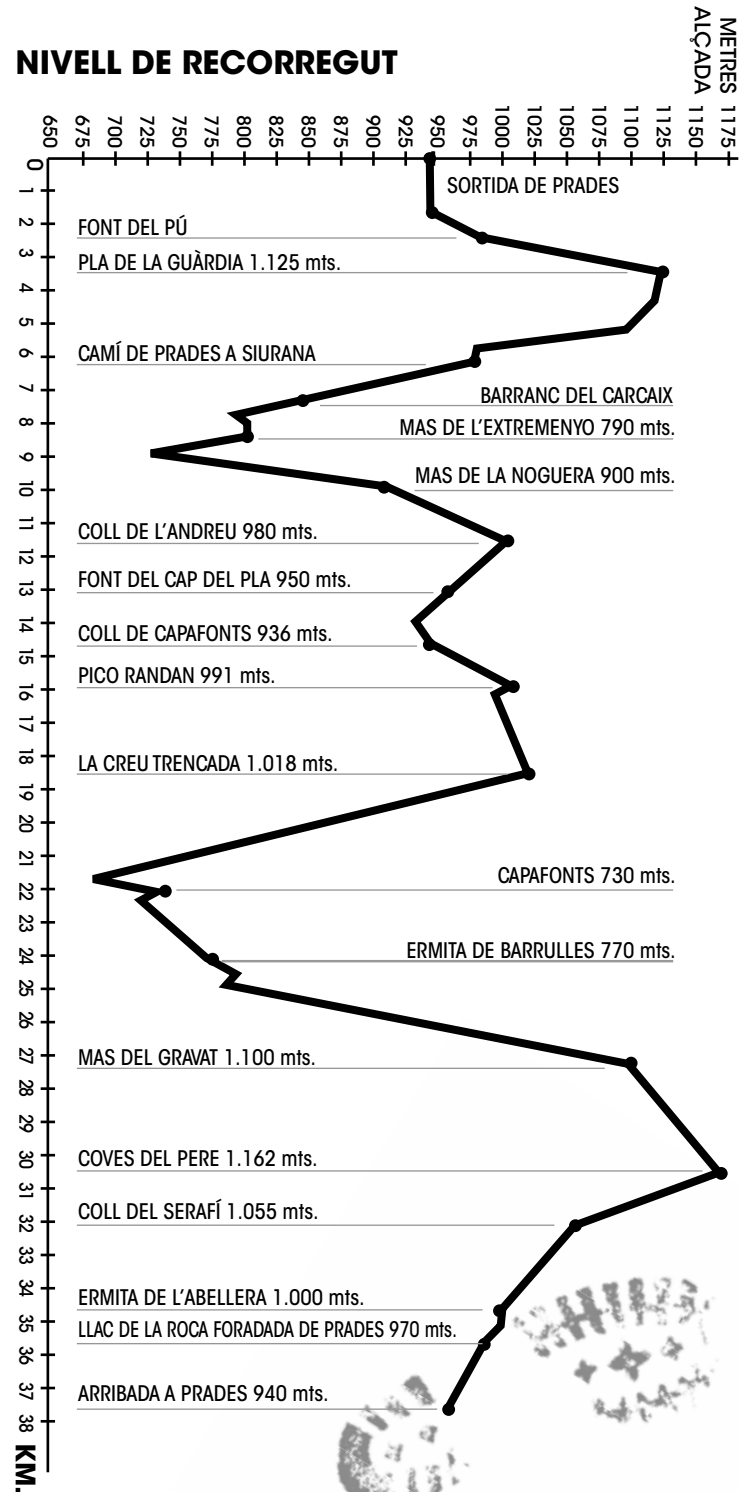
X CAMINADA PEL MASSÍS DE LES MUNTANYES DE PRADES

PRADES - PRADES
4 D'OCTUBRE DE 2009

37,50 Km

ORGANITZA:
ASSOCIACIÓ D'AMICS DE LES MUNTANYES DE PRADES

NIVELL DE RECORREGUT



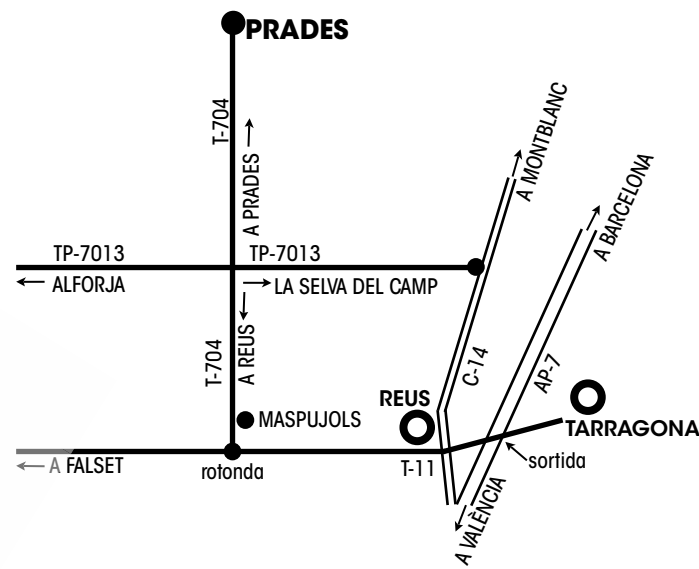
QUADRE D'HORARIS I DISTÀNCIES PER LA X CMMP - PRADES

CONTROLS	QUILÒMETRES		HORARIS CONTROLS		TIPUS CONTROLS	HORARI ESTIMATIU	
	PARCIAIS	TOTALS	MINIM	MÀXIM		PARCIAL	TOTAL
SORTIDA DE PRADES	0	0	7	8	AVITUALLAMENT GENERAL	0	0
C - 1 CAMÍ DE SIURANA	5,65	5,65	7,2	9,3	DE PAS	1,3	1,3
C - 2 COLL DE L'ANDREU	5,75	11,4	7,45	11	AVITUALLAMENT GENERAL*	2	3,3
C - 3 CREU TRENCADA	7,1	18,5	8,3	13	AVITUALLAMENT LIQUID	1,3	5
C - 4 CAPAFONTS	5,5	22	9	15	AVIT. LIQUID I SOLID (VERMUT)*	2	7
C - 5 ERMITA DE BARRULLES	2	24	9,15	16	AVITUALLAMENT LIQUID I SOLID *	0,3	7,3
C - 6 COVA DEL PERE	6,4	30,4	10	18	DE PAS*	2,3	10
C - 7 ESTANY DE PRADES	5,1	35,5	10,3	19,3	AVITUALLAMENT LIQUID	1,3	11,3
ARRIBADA A PRADES	2	37,5	11	20	AVITUALLAMENT GENERAL	0,3	12

* Possibilitat de retirada

Nota: Degut a la complexitat del recorregut, l'organització preveu instal·lar controls de pas sorpresa

COM ARRIBAR A PRADES



ALLOTJAMENTS PROPERS

- **Cal Llorenç.** PRADES Tel. **607 381 004**
- **Cal Llarg.** CAPAFONTS Tel. **977 868 008**
- **Hotel Davall Plaça.** CAPAFONTS Tel. **977 868 109**
- **Refugi Sant Andreu.** FARENA Tel. **660 660 721**
- **Refugi d'Albarca.** ALBARCA Tel. **660 660 721**
- **RCP Mas de Caret.** LA BARTRA Tel. **977 264 003**
- **La casa del mas d'en Toni.** FARENA Tel. **977 269 152**
- **Càmping de Prades.** PRADES Tel. **977 868 270**

REGLAMENT

• ORGANITZACIÓ

La X Caminada pel Massís de les Muntanyes de Prades és una prova no competitiva que pretén donar a conèixer algun dels indrets més curiosos i bonics d'aquestes contrades tarragonines. No obstant això, la prova és oberta a qui, amb esperit esportiu, vulgui realitzar-la amb el mínim temps. Els controls d'hora es regularan a criteri de l'entitat organitzadora.

Organitza: Associació d'Amics de les Muntanyes de Prades.

• SORTIDA

La sortida serà donada el diumenge 4 d'octubre de 2009, de les 7 a les 8 del matí.

• ITINERARI

Estarà degudament senyalat, sobretot als trams més conflictius. L'itinerari transcorre en molts trams per camins marcats per senyals vermelles i blanques (GR), i senyals de l'organització (SO). En el present opuscle es descriu esquemàticament l'itinerari, corbes de nivell, situació dels controls i l'hora d'obertura i tancament d'aquests. Així mateix, serveix als participants per fer el seguiment de la ruta.

• DESQUALIFICACIONS

És motiu de desqualificació:

1. No segellar el full de ruta en tots els controls.
2. No fer la totalitat del recorregut a peu.
3. Invertir més de dotze hores a fer el recorregut.
4. Embrutar o degradar l'itinerari i la muntanya en general, o contra venir la normativa vigent sobre prevenció d'incendis.

• CLASSIFICACIÓ

Tots els participants que no inverteixin més de dotze hores a efectuar el recorregut i que no hagin estat desqualificats tindran la consideració de classificats. No s'estableix cap classificació ordinal basada en el temps esmerçat. Es lliurarà un diploma acreditatiu al participant classificat.

• INSCRIPCIÓ

Les inscripcions es faran in situ al lloc de sortida. Els participants podran fer-ne el pagament previ fent un ingrés de 23 € al número de compte que figura en l'imprès. Cal presentar el comprovant d'ingrés al punt d'inscripció a la sortida juntament amb el full d'inscripció degudament emplenat i amb lletra clara. Els qui no hagin fet l'ingrés prèviament hauran d'abonar la quantitat de 25€ en el moment de formalitzar la inscripció. Els drets d'inscripció inclouen avituallament, samarreta commemorativa i bossa d'obsequis. Pel que fa als menors de 18 anys, cal l'autorització paterna en el cas d'anar sols.

• PARTICIPANTS

Podrà participar-hi tothom major d'edat i menor amb autorització o acompanyat, que cregui que té les facultats per realitzar aquesta prova de mitjana resistència.

• DISPOSICIONS FINALS

Aquesta caminada no és cap prova d'orientació per muntanya. Es pretén, per tant, que tots els participants suficientment preparats puguin efectuar-la seguint les marques que senyalitzaran el recorregut. L'organització no es fa responsable dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, si bé vetllarà per tal d'evitar-los. Els que abandonin la prova hauran de comunicar-lo al control més pròxim, o bé al telèfon **649 476 196**.

Tothom seguirà les instruccions que se li donin des de l'organització. Pel sol fet d'inscriure-s'hi, tot participant accepta el present reglament. El mal temps pot ser un obstacle per a la realització de la prova, per la qual cosa l'organització es reserva el dret de suspendre-la o modificar el recorregut si es creu convenient, per aquest motiu o per algun imprevist suficientment greu. Qualsevol altre cas no previst en aquest reglament serà resolt per l'organització.

• INFORMACIÓ

977 26 91 70 / 649 476 196