

5 DE NOVEMBRE 2017

MIRADOR DE L'ESTRELLA-CAN CUIÀS

DESNIVELL: 110m.

KM: 15Km.

ALÇADA: 120m.

GR-92 direcció pel Turó de Montcada-Coll de Montcada-Mirador de l'Estrella- Parc de Can Cuiàs-Font Pudenta.



3 DE DESEMBRE 2017

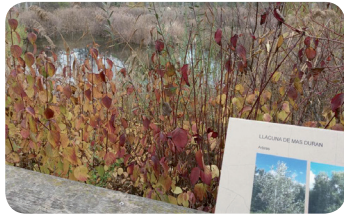
PARC DE LA LLACUNA-RIPOLLET

DESNIVELL: 40m.

KM: 10km.

ALÇADA: 72m.

Mas Rampinyo-Parc de la Llacuna-Ripollet-Parc dels Pinetons-Mas Duran-Espai antics polvorins-Mas Rampinyo.



Totes les caminades sortiran a les 9 h des del pavelló Miquel Poblet (Camí de la Font Freda, 3). Cal inscripció prèvia, a les oficines de l'Institut Municipal d'Esports i Lleure (IME); de dilluns a dijous, de 9 a 13 h i de 17 a 19 h, i divendres, de 9 a 13 h.

RECOMANACIONS:

- Utilitzar calçat i roba còmodes, adequats per a l'activitat.
- Portar aigua i esmorzar. Durant el recorregut cal beure, sobretot quan faci calor.
- Portar barret, protecció solar i ulleres de sol.
- Durant la passejada, s'ha d'anar a una velocitat agradable que permeti parlar.
- És recomenable portar telèfon mòbil i una manta tèrmica.
- Cal respectar les normes de seguretat viària i també l'entorn i el medi natural.

MÉS INFORMACIÓ:

📍 Institut Municipal d'Esports i Lleure
(Tarragona, 32)

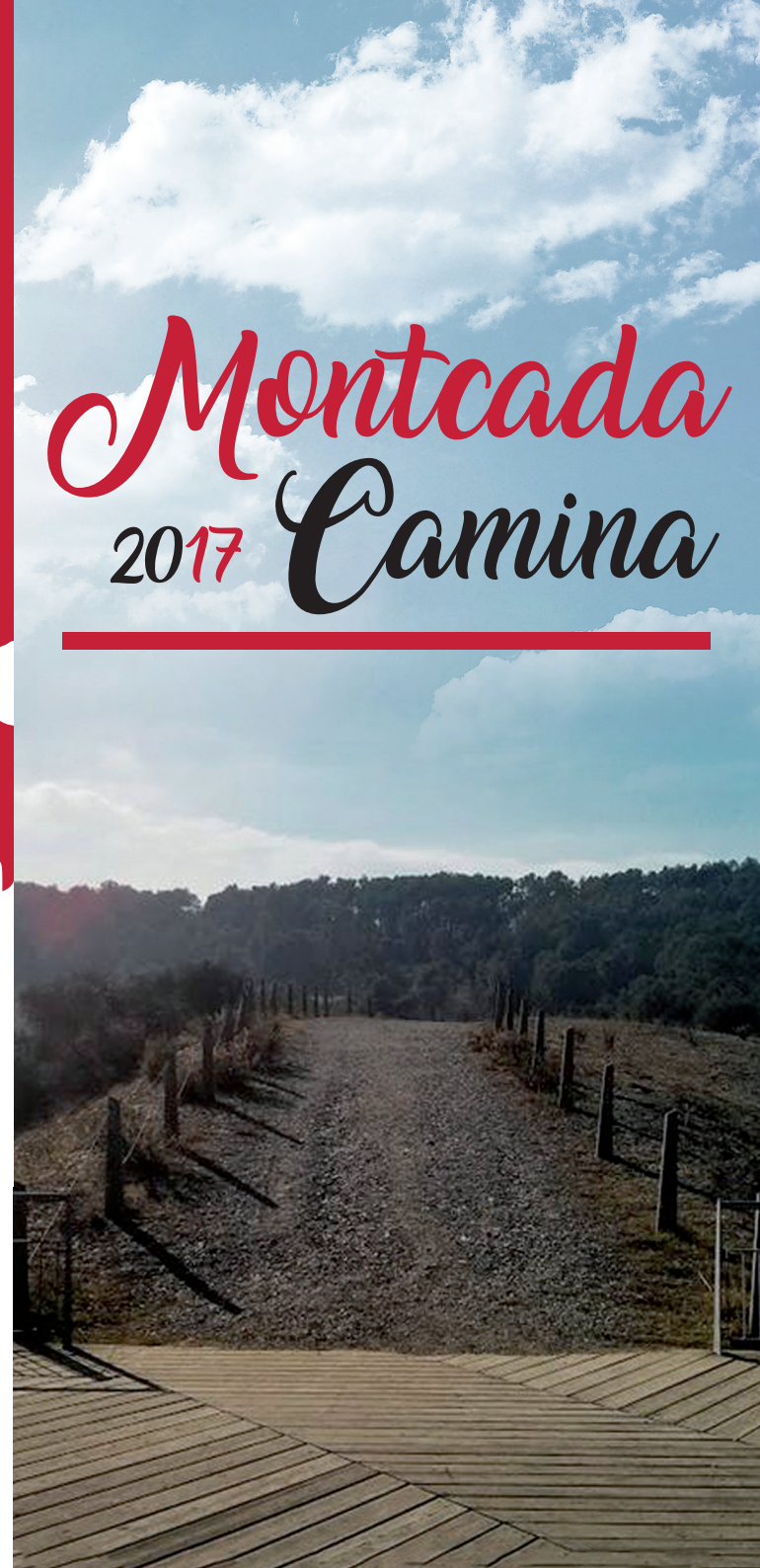
☎ 935 650 999

✉ ime@montcada.org

f /montcadacamina



Montcada
2017 *Camina*



Montcada 2017 Camina

Cicle de sortides per descobrir indrets de Montcada i Reixac i els seus voltants.

5 DE FEBRER 2017

SANT PERE DE REIXAC

DESNIVELL: 238m.

KM: 12km.

ALÇADA: 230m.

Font del Tort-Reixac-Font dels Caçadors-Font dels Avellaners-Rius Besòs.



5 DE MARÇ 2017

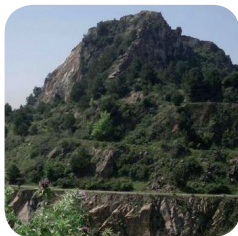
TURÓ DE MONTCADA

DESNIVELL: 216m.

KM: 10km.

ALÇADA: 211m.

Font de la Mitja Costa-Turó de Montcada-Mirador Occident-Terra Nostra-Font Pudenta.



2 D'ABRIL 2017

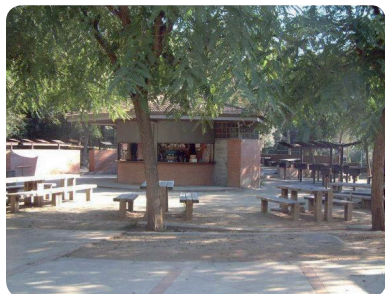
**CAN COLL
(CERDANYOLA)**

DESNIVELL: 50m.

KM: 16km.

ALÇADA: 87m.

Terra Nostra-Cerdanyola (direcció Can Catà)-'Merendero' de Can Coll-Torre de Guaita - Font Pudenta.



1 DE MAIG 2017

**MAS RAMPINYO-
SANTA PERPÈTUA**

DESNIVELL: 26m.

KM: 12km.

ALÇADA: 64m.

La Unió-Can Pomada-Can Taió (Santa Perpètua)-Mas Rampinyo.



4 DE JUNY 2017

PUIG CASTELLAR

DESNIVELL: 255m.

KM: 13km.

ALÇADA: 303m.

Torre dels Frares-Gr 92-Puig Castellar-Ermita de Sant Climent-Camí Vell de Montcada.



2 DE JULIOL 2017

GR-2 - CAMÍ DEL MAR

DESNIVELL: 48m.

KM: 16km.

ALÇADA: 0m.

Camí del 'Colesterol'-Santa Coloma de Gramenet-Sant Adrià de Besòs-Platja (inici i final del GR-2)- Tornada per la vora del riu Besòs.



6 D'AGOST 2017

**GR-2 – MONTCADA-
MONTMELÓ**

DESNIVELL: 14m.

KM: 16km.

ALÇADA: 62m.

Riu Besòs-Desembocadura del riu Ripoll-La Llagosta-Mollet-Riu Congost- Tornada pel GR-2 (vora el riu).



3 DE SETEMBRE 2017

VALLBONA - TORRE BARÓ

DESNIVELL: 30m.

KM: 14km

ALÇADA: 48m.

Can Sant Joan-La Rigola-Vallbona-Pont de la Meridiana-Torre Baró-Rotonda de la carretera Ribes-Cant Sant Joan-carrer Major.



8 D'OCTUBRE 2017

SERRALADA MARINA

DESNIVELL: 260m.

KM: 16km.

ALÇADA: 230m.

Recorregut: Serralada de Marina.

