



PASSEJADES PER A TOTHOM



FITXA TÈCNICA

Distància	7,8 km
Desnivell acumulat	107 m
Tipus de ruta	Circular
Temps de referència	2 hores

SANTA MARIA DE PALAUTORDERA EL VALLÈS ORIENTAL

Per si us hem de convèncer: es tracta d'una passejada senzilla majoritàriament per pistes forestals amples amb alguns trams pavimentats i urbans. Magnífiques vistes al Montseny, travessarem camps i boscos de pins i alzines.

NIVELL DE DIFICULTAT

-  Camí planer
-  Pavimentat
-  Fa pujada
-  Pujada forta

Com segueixo la ruta? Dues opcions:



- 1 Per seguir la ruta amb **Wikiloc** primer descarrega l'aplicació i després escaneja el codi QR.
- 2 Obre l'aplicació del mapa i clica "segueix ruta". Si et surts de l'itinerari t'avisarà.



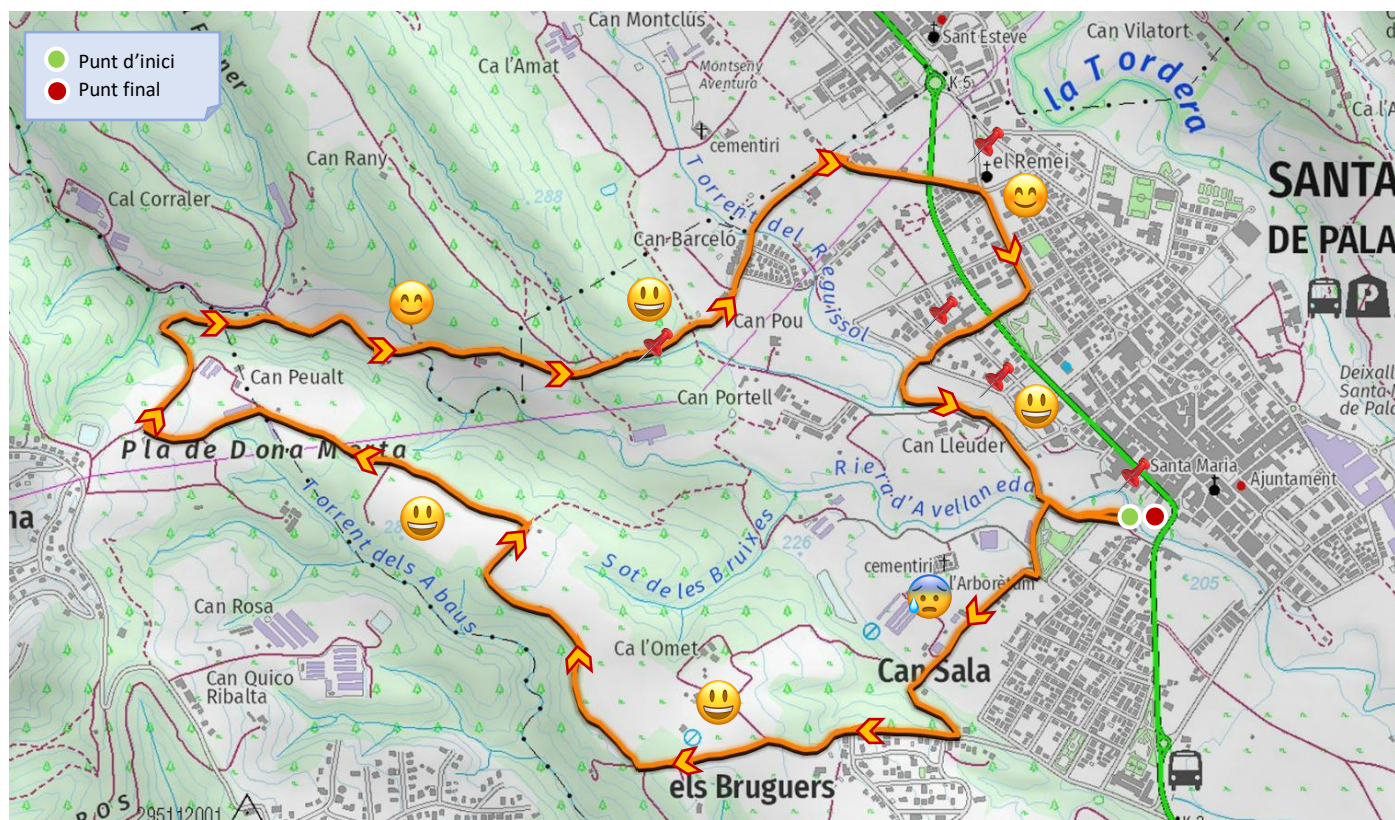
- 1 Per seguir la ruta amb **Rungo** primer descarrega't l'aplicació i després escaneja el codi QR.
- 2 Obre l'aplicació del mapa, clica "començar sessió" i escolta les indicacions per seguir l'itinerari.
- 3 Recomanem l'ús d'auriculars per escoltar i seguir millor les indicacions.

- Recomanem portar una bateria externa per poder recarregar el dispositiu mòbil.
- Si en una cruïlla no tens cap indicació segueix pel camí on estàs.
- Les cruïlles i punts més conflictius estan explicats al darrera.



Punt d'inici i final : **PARC DEL REGUISSOL**  

Com arribar-hi? Cerca-ho en aquest enllaç : <http://bit.ly/reguissol>



Recomanacions generals

- L'itinerari es pot fer a qualsevol època de l'any, tot i que les més agradaïdes són la primavera i la tardor.
- Abans de sortir consulteu la previsió meteorològica. Alerta si els dies anteriors ha plogut.
- Cal portar calçat de muntanya.
- Cal respectar la natura i no sortir dels camins.
- Les deixalles que generem les hem de retornar i dipositar-les en contenidors del poble.
- És convenient portar aigua perquè no en trobarem de potable al llarg del camí.
- En els trams que també hi circulin vehicles camineu per l'esquerra i sempre amatents.
- Recordeu portar proteccions pel sol i vestuari adequat a la climatologia.



Aquesta caminada te una puntuació de **26 ibp** : Com serà per a mi aquesta ruta?



L'índex IBP és un sistema de valoració que puntua la dificultat d'una ruta basant-se en la distància, el desnivell i la durada perquè cada persona pugui saber el nivell de dificultat segons la seva condició física.



Quina és la meua preparació física?

Índex	Molt baixa	Baixa	Moderada	Alta	Molt alta	Per a mi serà:
ibp	0 - 6	0 - 13	0 - 25	0 - 50	0 - 100	Molt fàcil
ibp	7 - 13	14 - 25	26 - 50	51 - 100	101 - 200	Fàcil
ibp	14 - 19	26 - 38	51 - 75	101 - 150	201 - 300	Moderada
ibp	20 - 25	39 - 50	76 - 100	151 - 200	301 - 400	Dura
ibp	> 25	> 50	> 100	> 200	> 400	Molt dura



Centres d'interès durant la ruta



Safareig municipal



Parc dell Reguissol



Can Traveria










Ermita del Remei



Mas de Can Rahull i la sala cultural La Quadra



LLIBRE DE RUTA: PUNTS CONFLICTIUS

Dir	Km	Descripció
	0,25	Quan sortim del Parc no prenem el primer carrer que tenim a mà dreta, hem d'agafar el segon.
	2,60	El camí fa un colze de 90 graus, prenem el camí de mà esquerra direcció Palau, Els Bruguers, Can Barcelò (fita)
	3,35	A la zona de Can Peualt, hem d'anar alerta perquè a vegades hi ha oques lliures
	3,64	Al final del camí ens trobem una pista asfaltada que seguirem a mà dreta. Atenció: circulen cotxes.
	3,83	Quan el camí entra al bosc hi ha un fort pendent. Aneu alerta si el paviment està mullat o glaçat.
	6,19	Travessem la carretera per el pas de vianants i seguim recte fins l'ermita del Remei i la capella de Sant Sebastià.
	6,95	Al final del carrer entrem a la llera del torrent i abans de creuar el pont agafem el corriol de mà esquerra.

Per seguir la ruta escrita clica en aquest enllaç : <http://bit.ly/itineraristamaria>



US DESITGEM UN BON CAMÍ!!