

Travessa Aneto-Posets

SOSTRES COMARCALS
Lliçons de geografia
catalana

VAL DE VARRADÒS
L'Aran indòmit

CONCA DE BARBERÀ
La gran cassola
amb BTT

ENTREVISTA

Sílvia Bel

Actriu i escaladora





20 Els sostres comarcals de Catalunya ●

ALBERT MASÓ

Pujar el cim més alt de cada una de les quaranta-dues comarques catalanes és un curs immillorable de geografia, una formació intensa i llarga que estudia les diferents unitats de relleu del país. De moment, enfilarem els camins cap als sostres de l'Alta Ribagorça (Pirineu), Alt Camp (serralada Prelitoral), Moianès (altiplà Central) i Pla de l'Estany (serralada Transversal).



34 Val de Varradòs, l'Aran indòmit

MONTSERRAT TIMONEDA I JAUME LLANES

Les il·limitades possibilitats excursionistes de la Val d'Aran s'expressen en moltes riberes com la Val de Varradòs. Ubicada al nord de Vielha, rep molts turistes que visiten el conegut Saut deth Pish, però pocs són els excursionistes que recorren els seus pics, crestes, pastures i estanys d'alta muntanya.



46 La Conca de Barberà a cop de pedal

MARTÍ MAGRINYÀ, MAURICI RIBÉ I JORDI GIL

La Conca de Barberà es troba a l'interior de les terres tarragonines, separada tant de la costa com de les planes de Ponent per serres d'altitud modesta. La major part de la comarca fa honor al seu nom i és ben bé una conca, una cassola, envoltada d'aquests relleus per on es pot transitar amb bicicleta de muntanya.



58 Club Excursionista de Gràcia, 100 anys

PAU VINYES

L'any 1922, Josep Buch, Jaume Martorell i Agustí Sobrevia van fundar a Gràcia (Barcelona) el Grup Excursionista Mai Enrera, que al cap de pocs anys va passar a denominar-se Club Excursionista de Gràcia. Al llarg de la seva història centenària, l'entitat ha fet aportacions pioneres en la senyalització de senders, en travesses de muntanya, en grups d'escalada o en la formació dels més joves.



62 Entrevista a Sílvia Bel

MARC CORNET

«L'ofici d'actriu i l'escalada tenen moltes coses en comú». Ens ho diu en aquesta entrevista una professional dels escenaris, Sílvia Bel, que també és una gran aficionada al muntanyisme i sobretot a l'escalada. La Sílvia reflexiona sobre la inspiració que la natura pot suscitar en la feina i la vida diàries de molts practicants d'activitats de muntanya.

5

PUBLICITAT, ADMINISTRACIÓ I VENDES
Consol Rodríguez
 consol.rodriguez@feec.cat

SUBSCRIPCIONS I ATENCIÓ AL LECTOR
lectors.vertex@feec.cat

CORRECCIÓ LINGÜÍSTICA
Xavier Maduell

MAQUETACIÓ I DISSENY
Jaume Marco - estudi

IMPRESSIÓ
Litografia Rosés, SA

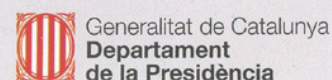
DISTRIBUCIÓ
SPM, SL
Llibreria Altaïr, SL

Dipòsit legal: B. 36121-1965
 ISSN: 0042-4420

Reservats tots els drets. Aquesta publicació no pot ser reproduïda ni totalment ni parcial sense consentiment de l'editor. Tampoc no pot ser transmesa per cap mitjà o mètode, ja sigui electrònic, mecànic o d'altre tipus.

VERTEX no es fa responsable de les opinions i valoracions subjectives que els col·laboradors puguin fer en els articles publicats a la revista.

VERTEX adverteix al lector que la pràctica dels esports de muntanya comporta riscos i aconsella extremar-hi les precaucions.

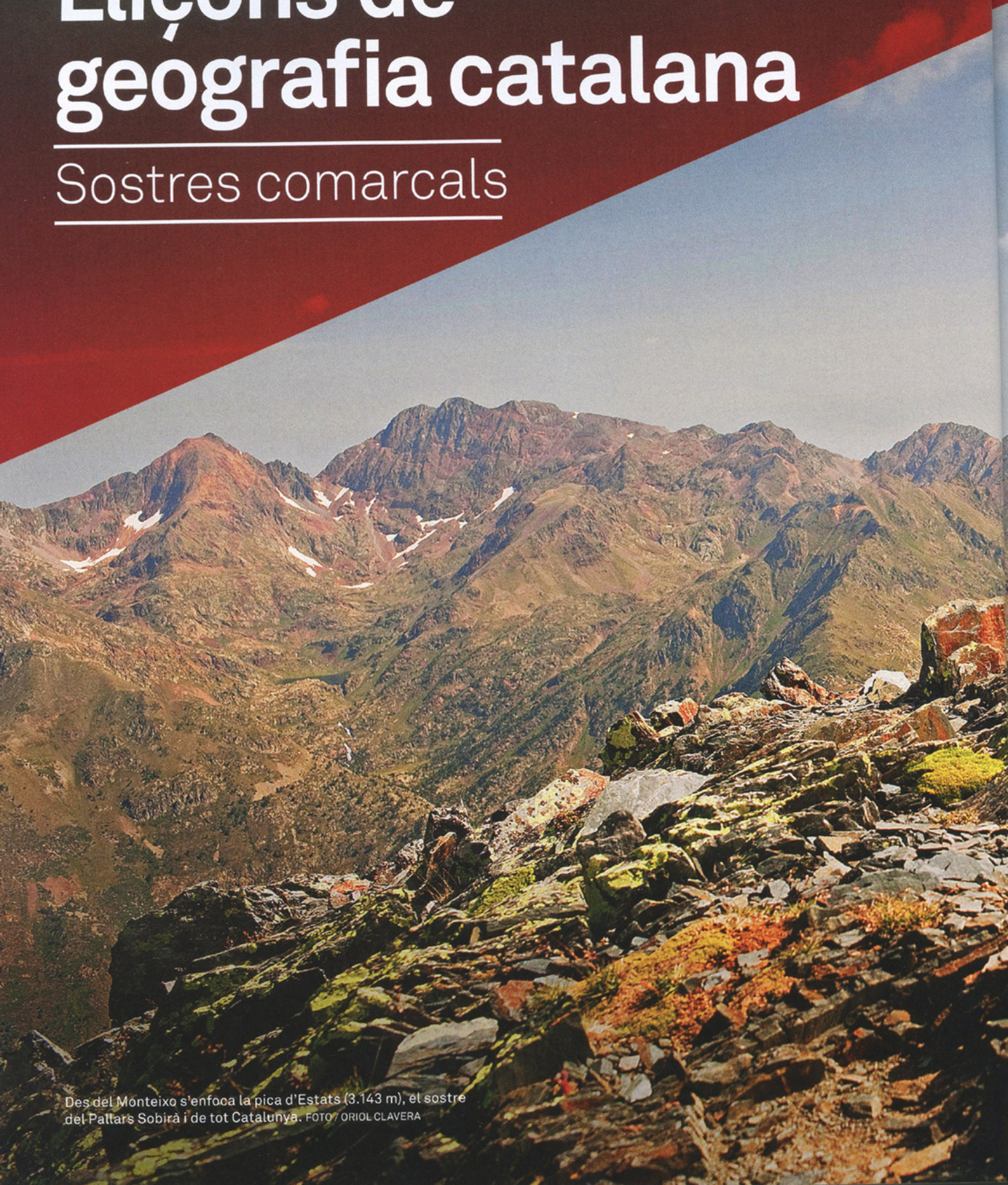


\ EXCURSIONISME

VERTEX

Lliçons de geografia catalana

Sostres comarcals



Des del Monteixo s'enfoca la pica d'Estats (3.143 m), el sostre del Pallars Sobirà i de tot Catalunya. FOTO / ORIOL CLAVERA

VERTEX





TEXT I MAPES
ALBERT MASÓ GARCIA

Pujar el cim més alt de cada una de les quaranta-dues comarques catalanes és un curs immillorable de geografia, una formació intensa i llarga que estudia les diferents unitats de relleu del país. De moment, enfilarem els camins cap als sostres de l'Alta Ribagorça (Pirineu), Alt Camp (serralada Prelitoral), Moianès (altiplà Central) i Pla de l'Estany (serralada Transversal).



Sector central de la serra del Cadí contemplat des de la Cerdanya. El cim piramidal de l'esquerra és el pic de Costa Cabriolera (2.604 m), sostre del Berguedà. FOTO / JUAN MANUEL BORRERO

Sostres comarcals de Catalunya

Qualsevol excusa és bona per sortir a la muntanya, i una de molt engrescadora és voler assolir el cim més alt de cada comarca catalana. Un dels problemes principals d'aquest repte rau en l'elecció dels anomenats *sostres comarcals*, ja que actualment no hi ha un organisme que gestioni una llista oficial de cims. Cadascú se l'ha de confeccionar prenent com a referència llibres que daten de força anys o bé contrastant dades contradictòries de pàgines web personals, blogs i aplicacions per a mòbil. La tria del cim depèn de dues dades que poden canviar en el temps i que tenen un origen humà: el traçat de les fronteres comarcals i el mesurament de l'altitud de les muntanyes. Els cims que poden oferir dubte són els situats just al

damunt o a prop dels límits comarcals i els que tenen una altitud similar a altres muntanyes de la mateixa comarca. En aquests casos, allò més aconsellable és ascendir tots els candidats a sostre comarcal.

L'any 1978, un cop enllestides les operacions «Montserrat» i «Entre rius», l'incansable muntanyenc Josep Barberà Suqué va començar l'operació «Muntanyes catalanes» sota l'empara del Club Muntanyenc Sant Cugat, activitat que va finalitzar l'any 1986 i que va donar lloc a dos llibres que duen per títol *Les nostres muntanyes*. Aquesta campanya va consistir en l'ascensió de les muntanyes catalanes més rellevants i com a punt de partida es va assolir el cim més alt de cada comarca. En els dos llibres esmentats apareix una llista



El sostre de la Cerdanya es «disputa» entre el Puigpedrós i la tossa Plana de Lles per culpa de les variacions que van patint les seves cotes. La imatge mostra la tossa Plana de Lles (2.904 m) durant l'ascensió a la Muga. FOTO / ALBERT MASÓ

d'aquests cims confeccionada a partir de dades extretes dels mapes de l'època. L'any 2002, Jordi López Miquel va publicar el llibre *Sostres comarcals de Catalunya* (Cossetània Edicions), obra de referència per dur a terme el repte, però que necessita una actualització. Quant a cartografia, el mapa interactiu de l'Institut Cartogràfic i Geològic de Catalunya és una eina de consulta molt pràctica que permet accedir fàcilment a mapes detallats de tot Catalunya, però a dia d'avui presenta múltiples errades toponímiques i altimètriques. Es dona el cas que un mateix punt en el mapa pot tenir una altitud o nom diferent depenent de l'escala en què es visualitza i succeeix el mateix amb el traçat d'algunes fronteres comarcals.

Aquí es presenta una llista actualitzada dels sostres comarcals de Catalunya després de realitzar una tasca de recopilació de dades extretes de diferents fonts. Com a resultat, es compten quaranta-dues comarques amb quaranta sostres en total, ja que hi ha dos cims que coronen les dues comarques que comparteixen. Es tracta de la Miranda de Sant Jeroni, limítrofa entre l'Anoia i el Bages, i el tossal de la Baltasana, fronterer entre el Baix Camp i la Conca de Barberà. A més, es proposen dotze cims extres més a pujar per tal d'esclair dubtes. També s'inclou la llista d'en Josep Barberà per comparar-la amb la proposada i constatar-ne les diferències.



Hi ha 40 sostres comarcals per a 42 comarques perquè dos cims coronen les dues comarques que comparteixen.

< Descens de l'Albarda Castellana (1.178 m), un dels cims més alts de Montserrat i sostre comarcal del Baix Llobregat. Al fons, la Miranda de Sant Jeroni (1.235 m), sostre del Bages i l'Anoia. FOTO / ALBERT MASÓ

> Matagalls (1.697 m), al Montseny, fotografiat des del terme de Viladrau. El Montseny té tres sostres comarcals: Matagalls (Osona), les Agudes (Selva) i el turó de l'Home (Vallès Oriental). FOTO / JUAN MANUEL BORRERO

COMARQUES AMB SOSTRES DUBTOSOS O QUE TENEN ALGUNA PARTICULARITAT

Alt Camp: les màximes altures d'aquesta comarca es concentren a les muntanyes de Prades, en un paratge atapeït de carenes i turons propers als límits fronterers amb les comarques veïnes del Baix Camp i la Conca de Barberà. Això provoca dubtes en l'elecció del sostre comarcal, però sembla prou clar que es tracta del punt culminant de la mola de la Roquerola, ubicada al vessant sud-est de la mola d'Estat i just a la frontera amb la Conca de Barberà. Per tant, desbanca la punta de la Barrina del primer lloc en què la situen diverses fonts.

Alt Empordà: la serra o massís de les Salines fa de frontera amb la comarca nord-catalana del Vallespir i concentra les altures màximes de l'Alt Empordà al capdamunt d'una carena curulla de roques granítiques. El cim amb més presència és el Moixer, coronat per diversos vèrtexs geodèsics, construccions i unes visibles antenes. Però uns 200 m a l'oest s'alça el roc del Comptador, de presència més modesta però més alt. Al seu capdamunt hi ha la denominació «Roc de Frausa» gravada en una roca, però aquest nom és erroni, ja que correspon a un cim situat més a l'oest.

Alt Penedès: el dubte, en aquest cas, ve donat pel traçat de les fronteres comarcals. Segons el llibre *Sostres comarcals de Catalunya*, el sostre és el puig de les Agulles

i no el puig de Solanes perquè aquest últim, tot i ser més alt, no pertany a l'Alt Penedès. Però a la *Gran Enciclopèdia Catalana* llegim que el municipi de Pontons «és situat al límit de l'Alt Penedès (...) on el Puig de les Solanes fa de partió entre el terme de Pontons, el de la Llacuna (Anoia) i el de Querol (Alt Camp)». Per tant, segons aquesta descripció, sí que pertany a l'Alt Penedès i ha de ser-ne considerat el sostre comarcal.

Baix Empordà: aquí el «títol» se'l disputen tres cims separats per menys d'1 km i ubicats al bonic massís de les Gavarres. La incertesa recau en la seva altitud. Segons el panell informatiu de l'aparcament del puig d'Arques, el sostre comarcal correspon al puig d'Aiguabona o d'Aiguaró, un cim boscos sense camí però amb



una bona fita que sembla reivindicar el seu estatus. En segon lloc se situaria el puig de la Gavarra o de les Gavarres, amb un vèrtex geodèsic i 40 cm més baix. Algunes fonts, com el mapa interactiu de l'ICGC, l'anomenen puig d'Arques, però aquesta denominació correspon al tercer cim en «discòrdia», que és on trobem un mirador i el voluminós radar meteorològic del puig d'Arques.

Baix Llobregat: el seu sostre és l'Albarda Castellana, a Montserrat. Actualment no el discuteix ningú, però fa diversos anys la frontera comarcal arribava al punt més alt de la *Muntanya Serrada* i el seu sostre era la Miranda de Sant Jeroni, que actualment ho és del Bages i l'Anoia. El massís del Montseny també està repartit entre tres comarques i

el sostre de cadascuna d'elles hi pertany (el Matagalls d'Osona, les Agudes de la Selva i el turó de l'Home del Vallès Oriental), malgrat que les fronteres no tinguin gaire lògica orogràfica.

Cerdanya: el sostre de la Cerdanya es «disputa» entre la tossa Plana de Lles (compartida amb Andorra) i el Puigpedrós (compartit amb la comarca nord-catalana de l'Alta Cerdanya) per culpa de les variacions que van patint les seves cotes. Com que són emblemes del muntanyisme català, el millor és pujar-los tots dos.

Garrigues: històricament s'ha considerat que el seu sostre és la punta del Curull, compartida amb la Conca de Barberà i ubicada a l'extrem oriental de la serra de la

Llena. Des de les Garrigues sempre se l'ha anomenada *tossa del Quico*, però la major força dels centres excursionistes tarragonins ha popularitzat el nom de *punta del Curull*. El més sorprenent és que se sap que oficialment hi ha un cim ubicat uns 1.000 m a l'oest (la Cogulla) que és més alt que la punta del Curull; però, tal com indica l'edició digital del periòdic *Som Garrigues*, «popularment s'ha imposat la punta del Curull com a cim emblemàtic i sostre comarcal». El llibre *Sostres comarcals de Catalunya* també diu que la vista des d'aquest cim més alt «és molt limitada (...) i no és per tant d'estranyar que hom consideri la Punta del Curull com el cim més alt de la comarca. Tot i això, el veritable sostre comarcal de les Garrigues i punt més



El pic de Comaloorno (3.029 m), sostre de l'Alta Ribagorça i del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.
FOTO / ÒSCAR MASÓ

alt de la serra de la Llena és aquest turó». Això és lleialtat incondicional a un cim, però en aquest cas hauria de prevaler la dada freda però concloent de l'altitud.

Moianès: aquesta comarca ha tingut sorprenentment tres sostres des que va ser reconeguda l'any 2015. Primer es va considerar que ho era el popular puig Rodó, després el Grony de l'Oller i finalment, tal com ja va reflectir Josep Barberà al llibre *Les nostres muntanyes*, el serrat de Sant Joan sense dubtes.

Pla d'Urgell: com altres comarques, el Pla d'Urgell té una part de territori ubicada a l'interior d'una altra comarca a mode de bombolla (en aquest cas dins de l'Urgell).

El sostre del Pla d'Urgell es troba dins d'aquest indret i correspon a un humil turó anomenat *lo Tossal*. Diverses fonts consideren que el tossal de l'Infern, situat a l'interior del cos principal de la comarca, n'és el sostre, però el cert és que és més baix que lo Tossal.

Pla de l'Estany: la serra de Portelles, un preciós paratge boscos, actua de frontera natural entre el Pla de l'Estany i les comarques de la Garrotxa i el Gironès. El traçat oficial d'aquestes fronteres, però, és un xic confús i hi ha diversos cims poc prominents i amb cotes similars. Alguna llista atorga l'estatus de sostre comarcal al Montner, destacat per la seva cinglera nord, però la frontera amb el Gironès i l'altimetria donen aquest

L'elecció dels cims depèn del traçat de les fronteres comarcals i del mesurament de l'altitud de les muntanyes.



El Pirineu axial català ostenta els sostres comarcals més alts del país. FOTO / ORIOL CLAVERA

«títol» al puig de Comaestremmer, cim amagat i menys destacat però més alt. Cal indicar que el mapa interactiu de l'ICGC l'anomena erròniament *puig Sesarques* i el situa en una cota equivocada. El puig Sesarques és el que en el mateix mapa s'anomena també incorrectament *puig de Ric*.

Segarra: possiblement la Segarra sigui la comarca amb el sostre més indeterminat a causa de dubtes fronterers i altimètrics. Al cantó sud s'alça el turó del Galutxo (851,5 m segons l'ICGC), una lleu elevació de la serra de Montfred, en ple parc eòlic. L'escala 1:50.000 del mapa de l'ICGC el situa a la frontera entre la Segarra i la Conca de Barberà, però en l'escala 1:25.000 fa un salt i passa a estar ben bé dins la Conca de Barberà.

Segons la *Gran Enciclopèdia Catalana*, aquest cim pertany al municipi segarrenc de Talavera. Per altra banda, al sector nord de la comarca i en una elevació de terreny s'alça l'ermita de Sant Salvador del coll de Llanera, propera a un vèrtex geodèsic aixecat uns 10 m del terra. Segons notícia del 2018 apareguda al web de l'Ajuntament de Torà sobre la nova delimitació municipal dels termes de Torà (Segarra) i Llobera (Solsonès), la capella de Sant Salvador passa a formar part del municipi segarrenc, tot i que no queda clar en el mapa que adjunten que el punt més elevat de l'indret on s'emplaça l'ermita pertanyi a la Segarra. A més, aquest paratge té una altitud de 854 m segons l'escala 1:50.000 de l'ICGC, però en l'escala 1:5.000 es rebaixa a 845,9 m,

cota inferior a la del turó del Galutxo. De nou, el més recomanable és visitar els dos indrets per poder afirmar que s'ha estat al sostre comarcal de la Segarra.

Val d'Aran: aquí la «disputa» és entre dos colossos del Pirineu català: el tuc de Molières (fronterer amb la província aragonesa d'Ossa) i el Besiberri Nord (fronterer amb l'Alta Ribagorça). Fa uns anys, el Besiberri Nord era més alt que el tuc de Molières i així continua sent considerat en múltiples fonts, però l'ICGC va rebaixar-li l'altitud i avui és 2 m més baix que el Molières. Qui sap, però, si el dia de demà tornarà a recuperar el primer graó del «podi».

ELS SOSTRES DE CATALUNYA

42 COMARQUES, 40 CIMS

Nº	COMARCA	SOSTRE PROPOSAT (altitud segons ICGC, escala 1:5.000)	CIMS ALTERNATIUS (altitud segons ICGC, escala 1:5.000)	SOSTRE SEGONS JOSEP BARBERÀ, DADES ANY 1992
1	Alt Camp	Mola de la Roquerola (1066,3 m)	Punta de Barrina (1013,6 m)	Mola d'Estat (1135 m)
2	Alt Empordà	Roc del Comptador (1450,9 m)	El Moixer (1443,6 m), Roc de Frausa (1421,3 m)	Roc de Frausa (1451 m)
3	Alt Penedès	Puig de Solanes o de les Solanes (913,9 m)	Puig de les Agulles o turó del Mas de Pontons (841,5 m)	Formigosa (995 m)
4	Alt Urgell	Pic de Salòria (2788,8 m)	-	Pic de Salòria (2789 m)
5	Alta Ribagorça	Pic de Comaloforno (3029,2 m)	-	Pic de Comaloforno (3033 m)
6	Anoia	Miranda de Sant Jeroni (1235,6 m)	(Compartit amb el Bages)	Miranda de Sant Jeroni (1224 m)
7	Bages	Miranda de Sant Jeroni (1235,6 m)	(Compartit amb l'Anoia)	Miranda de Sant Jeroni (1224 m)
8	Baix Camp	Tossal de la Baltasana (1200,9 m)	(Compartit amb la Conca de Barberà)	Tossal de la Baltasana (1201 m)
9	Baix Ebre	El Caro (1441 m)	-	Mont Caro (1447 m)
10	Baix Empordà	Puig d'Aiguabona o d'Aiguaró (533,1 m)	Puig de la Gavarra o Gavarres (532,7 m), Puig d'Arques (527,6 m)	Puig d'Arques (521 m)
11	Baix Llobregat	Albarda Castellana (1178 m)	-	Miranda de Sant Jeroni (1224 m)
12	Baix Penedès	Talaia del Montmell (861,3 m)	-	Talaia del Montmell (851 m)
13	Barcelonès	El Tibidabo (516,2 m)	-	El Tibidabo (512 m)
14	Berguedà	Pic de Costa Cabirolera (2604,4 m)	-	Pic de Costa Cabirolera (2582 m)
15	Cerdanya	Puigpedrós o pic de Campcardós (2915 m)	Tossa Plana de Lles o pic de la Portelleta (2904,9 m)	Puigpedrós (2911 m)
16	Conca de Barberà	Tossal de la Baltasana (1200,9 m)	(Compartit amb el Baix Camp)	Tossal de la Baltasana (1201 m)
17	Garraf	Puig de la Mola (534 m)	-	Montau (633 m)
18	Garrigues	La Cogulla (1026,5 m)	Punta del Curull o tossa del Quico (1021,9 m)	Punta del Curull (1018 m)
19	Garrotxa	Comanegra (1557,4 m)	-	Montfalgars (1610 m)
20	Gironès	Puigsou o Rocacorba (988 m)	-	Puigsou o Rocacorba (992 m)
21	Maresme	Turó d'en Vives (760,3 m)	-	Turó Gros (759 m)
22	Moianès	Serrat de Sant Joan (1069 m)	-	Serrat de Sant Joan (1065 m)
23	Montsià	Tossal dels Tres Reis (1349,8 m)	-	Tossal d'en Cervera (1347 m)
24	Noguera	Tossal de la Torreta (1676,4 m)	-	Sant Alís (1678 m)
25	Osona	Matagalls (1697,2 m)	-	Matagalls (1694 m)
26	Pallars Jussà	Pic de Peguera (2982,7 m)	-	Pic de Peguera (2982 m)
27	Pallars Sobirà	Pica d'Estats (3143,4 m)	-	Pica d'Estats (3143 m)
28	Pla d'Urgell	Lo Tossal (347,5 m)	Tossal de l'Infern (300,2 m)	Fita Alta (292 m)
29	Pla de l'Estany	Puig de Comaestremèr (885,8 m)	Montner (837 m)	Sant Patllarí (654 m)
30	Priorat	Roca Corbatera (1163,1 m)	-	Roca Corbatera (1136 m)
31	Ribera d'Ebre	Xàquera o Creu de Santos (942,3 m)	-	Xàquera o Creu de Santos (941 m)
32	Ripollès	Puigmal (2909,8 m)	-	Puigmal (2913 m)
33	Segarra	Turó del Galutxo (851,5 m)	Sant Salvador del coll de Llanera (845,9 m)	Montargull (854 m)
34	Segrià	Puntal dels Escambrons (495,2 m)	-	Punta de Montmeneu (499 m)
35	Selva	Les Agudes (1705,4 m)	-	Les Agudes (1707 m)
36	Solsonès	Pedró dels Quatre Batlles (2386,5 m)	-	Pedró dels Quatre Batlles (2383 m)
37	Tarragonès	La Mola (316,6 m)	-	Tossa Grossa de Montferri (386 m)
38	Terra Alta	Tosseta Rasa (1216,7 m)	-	L'Espina (1182 m)
39	Urgell	Tossal Gros de Vallbona (803,6 m)	-	Tossal Gros de Vallbona (802 m)
40	Val d'Aran	Tuc de Molières (3010,1 m)	Besiberri Nord (3008,3 m)	Tuc de Molières (3010 m)
41	Vallès Occidental	La Mola (1103,3 m)	-	La Mola (1095 m)
42	Vallès Oriental	Turó de l'Home (1705,8 m)	-	Turó de l'Home (1712 m)

LES PLAQUES DE L'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA CATALUNYA



Membres de l'Agrupació Excursionista Catalunya al cim de la pica d'Estats (3.143 m) el dia de la col·locació de la seva placa. FOTO / AEC

Al cim de la majoria de sostres catalans llueix una peculiar placa metàl·lica que porta el segell de l'Agrupació Excursionista Catalunya. La iniciativa de col·locar-les va sorgir arran del centenari d'aquesta entitat barcelonina, celebrat l'any 2012. Els impulsors van ser Eduard Ruiz (EPD) i Rosa Maria Soler, inspirats pel llibre *Sostres comarcals de Catalunya* i amb una finalitat informativa i social. Les plaques van ser gravades al barri barceloní de la Sagrera i es van costejar gràcies a l'apadrinament de diversos socis de

l'entitat. Les sortides per col·locar les plaques es van programar durant els anys 2012 i 2013, procurant que hi assistissin els padrins corresponents. Destaca l'anècdota succeïda al difícil Comaloforno: en coronar-lo, es van adonar que s'havien deixat els reblons per fixar la placa i van haver-hi de tornar un altre dia. En ocasió del 110è aniversari de l'entitat, que s'escau enguany, l'entitat està fent una acció de manteniment de les plaques arrencades, malmeses o que no són al cim que els pertoca.



BIBLIOGRAFIA RECOMANABLE

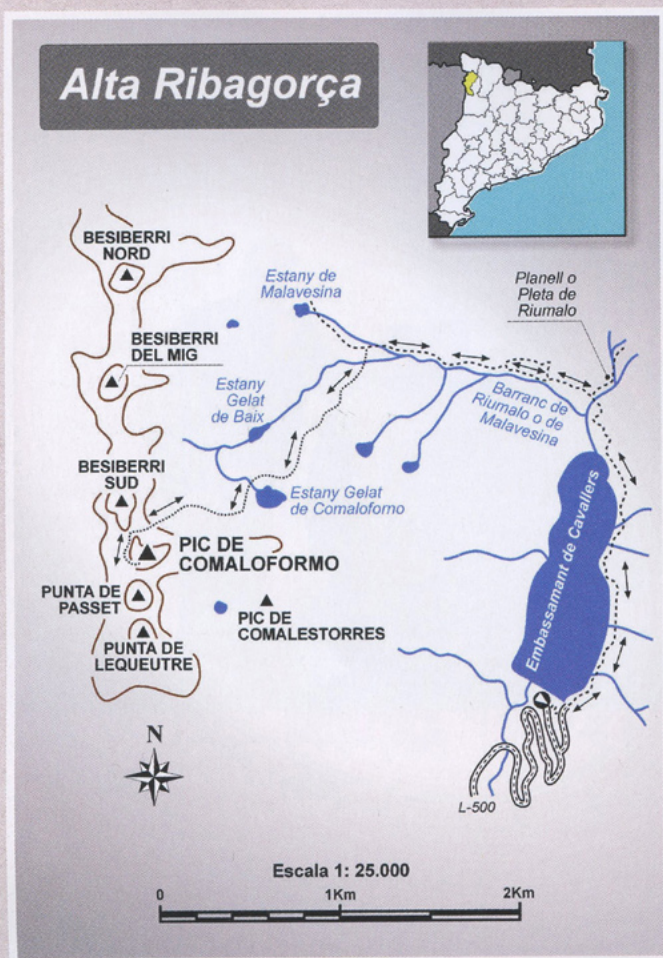
- Jordi LÓPEZ MIQUEL. *Sostres comarcals de Catalunya*. Segona edició. Cossetània, 2008.
- Josep BARBERÀ I SUQUÉ. *Les Nostres Muntanyes. Volum 1. Catalunya Pirinenca*. Generalitat de Catalunya, 1991.
- Josep BARBERÀ I SUQUÉ. *Les Nostres Muntanyes. Volum 2. Catalunya Baixa*. Generalitat de Catalunya, 1992.
- Fermí AZCONA; Constantí TORRES; Joan M. VIVES. *100 cims*. Tercera edició. Cossetània, 2021.
- VÍCTOR DE MAS CANALS. *Els 2900 de Catalunya*. Cossetània, 2017.
- LUIS ALEJOS. *Pirineos. Guía de los 3.000 m*. Quarta edició. Sua, 2015.
- Francesc Xavier GREGORI. *Pla de l'Estany. 17 excursions a peu*. Cossetània, 2013.

A continuació descrivim l'ascensió a quatre sostres comarcals repartits entre les quatre demarcacions catalanes, però abans volem agrair a Rosa Maria Soler (Agrupació Excursionista Catalunya) i a Jordi Batlle (Club Excursionista Maçanetenc) la seva col·laboració en l'elaboració d'aquest reportatge.

SIMBOLOGIA EMPRADA EN ELS MAPES

	Inici i final de l'itinerari
	Carretera o carrer
	Pista d'asfalt o de ciment
	Pista de terra
	Camí, corriol o pista de terra en mal estat
	Traç poc definit, sense camí o grimpada
	Únic sentit de recorregut de l'itinerari
	Doble sentit de recorregut de l'itinerari (anada-tornada)
	Coll destacat
	Cim
	Mirador destacat
	Cingle
	Bauma
	Riu o torrent de cabal permanent o intermitent
	Font (surgència arranjada)
	Dipòsit o bassa artificial
	Edificació
	Dolmen
	Església o ermita
	Torre / pal de línia elèctrica / telefònica important per a l'itinerari

PIC DE COMALOFORNO
SOSTRE COMARCAL DE L'ALTA RIBAGORÇA



Descarrega't la traça per a GPS al web de la FEEC.



Una canal de roca descomposta du a la cresta entre el Besiberrí Sud i el pic de Comaloforno. FOTO / ÒSCAR MASÓ

Massís: Besiberrí (Pirineu axial)

Comarca: Alta Ribagorça

Terme municipal: la Vall de Boí

Altitud: 3.029,2 m

Coordenades GPS: 31T 321777 UTM 4717726

Durada: 4.30 h d'ascensió

Longitud: uns 7,5 km d'ascensió

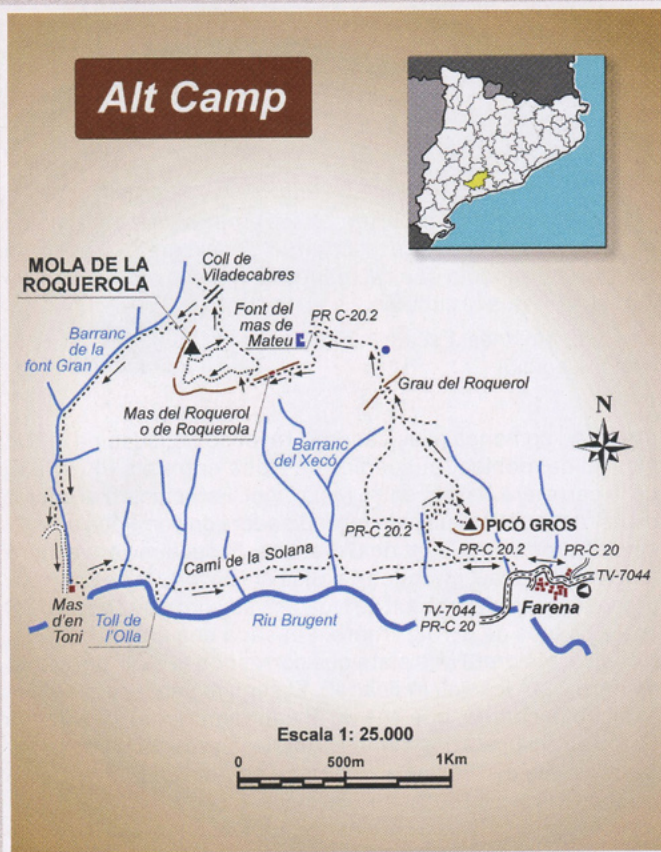
Desnivell acumulat de pujada: uns 1.250 m

Dificultat: alta. Ascensió d'alta muntanya amb desnivell considerable. Trams sense camí evident (cal estar atents a les fites) i grimpades (es recomana dur-hi casc). Ruta pensada per fer-la a l'estiu, tot i que depenent de l'any pot haver-hi neu (grampons i piolet recomanables en aquest cas).

Mapa: Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Carpeta amb dos mapes d'escala 1:25.000. Alpina, 2017-2018.

Aquest cim és l'únic dels tres sostres comarcals catalans de més de 3.000 m que es troba ubicat íntegrament dins de Catalunya i el que més dificultats tècniques presenta. Es proposa ascendir-lo des de l'embassament de Cavallers, al sector nord de la vall de Boí. Voregem el pantà de sud a nord pel seu vessant est fins al planell de Riumalo i pugem per l'encaixonat barranc de Riumalo (millor no seguir la variant inicial de la dreta, més ariscada). Ben amunt, deixem el camí per seguir cap a l'esquerra (sud) i sense traç un esquenall que du a l'estany Gelat de Comaloforno. Després avancem entre grans blocs granítics i tarteres i arribem al tram més delicat de l'ascensió: una canal descomposta que en biaix d'esquerra a dreta du a la cresta que uneix el Besiberrí Sud amb el Comaloforno. Seguim la cresta a l'esquerra (sud) pel seu vessant oest, amb passos aeris però senzills, fins a la base cimera del Comaloforno, que l'assolim mitjançant una grimpada fàcil però aèria. El cim és un veritable niu d'àligues curull de grans blocs i unes vistes magnífiques.

MOLA DE LA ROQUEROLA
SOSTRE COMARCAL DE L'ALT CAMP



Massís: muntanyes de Prades (serralada Prelitoral)
Comarques: Alt Camp (sostre comarcal) i Conca de Barberà
Termes municipals: Mont-ral i Montblanc
Altitud: 1.066,3 m
Coordenades GPS: 31T 338167 UTM 4576312
Durada: 2.25 h
Longitud: uns 10,5 km
Desnivell acumulat de pujada: uns 550 m
Dificultat: mitjana. Hi ha múltiples indicadors, però cal fer un flanqueig un xic aeri a les cingleres del mas de Roquerola i no hi ha camí per assolir el cim.
Mapa: Muntanyes de Prades. Escala 1:25.000. Piolet, 2010 (tercera edició).

Iniciem l'excursió a l'aparcament de l'entrada del poble de Farena pel cantó est. Seguim la carretera TV-7044 vers ponent i prenem a la dreta el PR-C 20.2 al costat d'un gran aparcament. Seguim el PR i el deixem per pujar el Picó Gros, mirador aeri de Farena i de la vall del riu Brugent. Enllacem de nou amb el PR, passem pel bonic grau del Roquerol i guiats pels indicadors ens dirigim vers el mas de Mateu. Al trobar la seva font prenem el camí que du al mas de Roquerola per un bosc frondós. Aviat trobem les restes del mas i, guiats per una marca de pintura blanca, recorrem vers l'oest una espectacular cinglera penjada. Pugem per una canal i al seu capdamunt anem a cercar el cim de la mola de la Roquerola cap a l'esquerra i sense camí, evitant trams embrossats. Hi trobem una fita i bones vistes del racó de la Cansalada i de la mola d'Estat. Retornem al camí principal i baixem al coll de Viladecabres, des d'on tornem a l'inici de l'itinerari tot traçant una ruta circular pel barranc de la font Gran, el mas d'en Toni i el camí de la Solana.

31
301



Descarrega't la traça per a GPS al web de la FEEC.



La mola de la Roquerola (1.066 m), sostre comarcal de l'Alt Camp, vista des de les cingleres de la mola d'Estat.
FOTO / JUAN MANUEL BORRERO

**SERRAT DE SANT JOAN
SOSTRE COMARCAL DEL MOIANÈS**



Massís: altiplà Central
Comarca: Moianès
Terme municipal: Moià
Altitud: 1.069 m
Coordenades GPS: 31T 429072 UTM 4632986
Durada: 3.20 h
Longitud: uns 17,5 km
Desnivell acumulat de pujada: uns 320 m
Dificultat: baixa. Es recorren pistes amples i senyalitzades, però cal tenir en compte la longitud de l'excursió. Transitem per terreny agrícola que cal respectar i també cal vigilar amb els vehicles que hi circulen.
Mapa: El Moianès. Escala 1:30.000. Piolet, 2007 (segona edició).

L'itinerari comença a les Casetes, raval de Collsuspina situat al nord del poble (Collsuspina es troba entre els PK 34 i 35 de la carretera N-141c entre Moià i Vic). Estacionem al costat d'una font pública i un pal amb indicadors on comença el camí cimentat de Sant Cugat de Gavadons. El seguim vers el nord amb pujada suau, marques del GR 177 i envoltats de conreus, granges i rouredes. Al coll de Nualart, seguim vers l'oest el GR entre boscos de pi roig i roure. Passada una ampla collada, trobem a mà dreta una pista que correspon al camí del serrat de Sant Joan (cartell indicador). El seguim i enllacem amb el camí de la carena, que ens du al capdamunt del serrat. Les vistes estan limitades per la boscúria. Descendim del serrat per diverses pistes fins al conjunt d'edificis de la Guanterera i arribem a la cruïlla de la Creu Vermella. Atenym la Caseta Alta i prenem un camí que du al ben restaurat dolmen de Puig Rodó. Una combinació de pistes ens du a la base del puig Rodó, al qual ascendim amb una curta pujada. Gaudim del seu curiós vèrtex geodèsic i de bones vistes cap al sud. Retornem a l'inici de l'excursió tot seguint el GR 177.

32
301

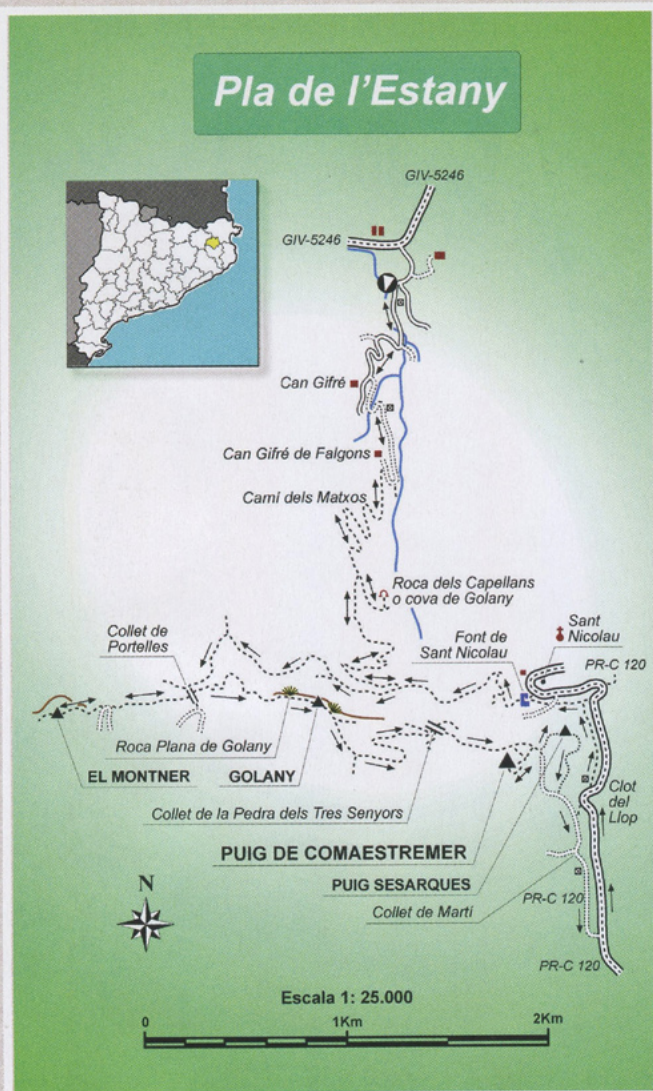


Descarrega't la traça per a GPS al web de la FEEC.



El serrat de Sant Joan > (1.069 m), ben encatifat de pins rojos i roures, és el sostre comarcal del Moianès. FOTO / ALBERT MASÓ

PUIG DE COMAESTREMER
SOSTRE COMARCAL DEL PLA DE L'ESTANY



Massís: serra de Portelles (serralada Transversal)
Comarques: Pla de l'Estany (sostre comarcal) i Gironès
Termes municipals: Sant Miquel de Campmajor i Canet d'Adri
Altitud: 885,8 m
Coordenades GPS: 31T 473730 UTM 4659070
Durada: 4.15 h
Longitud: uns 18,5 km
Desnivell acumulat de pujada: uns 920 m
Dificultat: mitjana. Longitud i desnivell considerables, amb algunes pujades fortes i relliscoses. Hi ha molts indicadors.
Mapa: Garrotxa. Zona volcànica. Escala 1:25.000. Alpina, 2015.

Per accedir al punt de sortida de l'excursió es pren des de Banyoles la carretera GI-524 vers Mieres i Santa Pau i es continua per la GIV-5246 en direcció a Falgons. Entre els PK 2 i 3 d'aquesta carretera agafarem un trencall amb un indicador de Sant Nazari. Al cap de pocs metres, trobem una cruïlla i aparcuem al voral dret de la pista cimentada que surt a mà dreta (indicador dels masos el Llor i la Coma i de la ruta 2 de Salamina). Amb pujada suau arribem a l'entrada de Can Gifré i prenem la pista de terra que surt a mà esquerra. L'ascens es va fent més acusat i a partir de Can Gifré de Falgons prenem el camí dels Matxos, un xic embrossat. Visitem la roca dels Capellans o cova de Golany, ben senyalitzada. El bosc esdevé esponerós i la pujada, més forta. Trobem un camí planer i el seguim a la dreta fins al coll de Portelles. Pugem el Montner i tornem al coll per carenejar a l'est fins a l'aèria roca de Golany. Passem pel collet de la Pedra dels Tres Senyors i coronem el puig de Comaestremmer, emboscats però màgic. Descendim i passem pel puig Sesarques. Finalment, anem a trobar la carretera que du al Puigsou, sostre comarcal del Gironès, i baixem pel PR-C 120. Passem per la font de Sant Nicolau i acabem enllaçant amb el camí que hem seguit al pujar.

33
301



Descarrega't la traça per a GPS al web de la FEEC.



La boscosa serra de Portelles acull el puig de Comaestremmer (885 m), sostre comarcal del Pla de l'Estany. FOTO / ALBERT MASÓ