



DE L'ESTARTIT AL PUIG DE ROCAMAURA, LA CALA FERRIOL I LA CALA PEDROSA Parc Natural del Montgrí (el Baix Empordà)

Data: DIUMENGE 20 DE SETEMBRE DE 2015

Hora de sortida: 7:45 DEL MATÍ

Desplaçament: AMB AUTOCAR

Lloc de sortida: APARCAMENT DEL PARC DEL GARRAF

Coordinadores de la sortida: M. Rosa Dagà (680497703) i Sílvia Rovira (622486467)



Horaris previstos:

07.30 h - Trobada a l'aparcament del Parc del Garraf (ronda Ibèrica, 60).

07.45 h - Sortida amb l'autocar cap a l'Estartit.

10.00 h - Arribada al'Estartit.

10.15 h - Comencem l'itinerari.

10.45 h – Esmorzar al puig de Rocamaura.

12.00 h - Altiplà del Puig Torró. Separació de l'Opció Menuts.

12.35 h - Cala Ferriol.

13.40 h - Cala Pedrosa. Retrobament Opció Menuts. Bany i dinar.

15.10 h - Represa de l'excursió.

15.35 h - Alt de la Pedrosa.

16.20 h - Cap de la Barra.

16.45 h - Passeig Marítim de l'Estartit. Final de l'excursió i retorn.



Resum de l'itinerari:

Opció General: L'Estartit - Puig de Rocamaura - Mas de Torre Ponça - Altiplà del Puig Torró - Cala Ferriol - Cala Pedrosa - Punta de la Barra - L'Estartit. *Longitud: 14 km aprox.*

Opció Menuts: L'Estartit - Puig de Rocamaura - Mas de Torre Ponça - Altiplà del Puig Torró - Cala Pedrosa - Punta de la Barra - L'Estartit. *Longitud: 9 km aprox.*

Dificultats que hi pot haver i altres qüestions a tenir en compte:

Hi ha pujades i baixades pronunciades que ens han de fer anar amb calma i no córrer per no cansar-nos massa ràpidament.

Convé portar escarpins (sandàlies) per banyar-se a la cala. És plena de còdols.

Al llarg de l'excursió s'ha previst fer algunes parades de REAGRUPAMENT. Cal que tothom les respecti en benefici del grup. Els adults responsables dels menors hauran de vetllar per la seva seguretat. No es pot córrer durant el trajecte. Els menors no han de passar al davant de la persona que se situarà al capdavant i que farà el guiatge de l'itinerari. Vetlleu-ho, si us plau.

Material necessari (què cal portar):

Menjar: Caldrà portar l'esmorzar i el dinar.

Aigua: Porteu-ne. No hi ha cap punt d'aigua al llarg de tot el recorregut.

Roba d'abric: La zona litoral i l'època de l'any fan pensar que no caldrà portar gaire roba d'abric, tot i que hi pot bufar el vent o hi pot fer humitat. Convé portar un paravent que sigui impermeable.

Calçat adequat: Botes de muntanya de canya mitjana o alta per protegir bé el peu i el turmell.

Documentació: Targeta federativa, document d'identitat, targeta sanitària, etc.

Descripció de l'itinerari (opció general):

(Descripció basada en una part de l'itinerari 10 del llibre *La Costa Brava a peu* de Sergi Lara (Cossetània Edicions)

Itinerari revisat el 20 d'agost de 2015

0:00 h Iniciem la marxa d'anada i tornada a l'Estartit, població consolidada al segle XVIII com a barri mariner de Torroella de Montgrí. Avui, gaudint d'un emplaçament privilegiat gràcies al gran reclam de les Illes Medes al davant, és una de les destinacions de referència de tota la Costa Brava, amb les conseqüències que això ha comportat: construcció d'urbanitzacions i destrucció d'ecosistemes.

Per trobar la sortida d'accés al massís del Montgrí, prenem com a referència el càmping Estartit, al carrer de la Pujada de la Primavera en el qual hi ha un indicador de senders que ens informa de les diverses destinacions i rutes excursionistes per la zona. Remuntem el carrer amb un fort pendent inicial i deixem enrere l'entrada de l'esmenat càmping.

0:15 h Just en deixar enrere els accessos a un conjunt de xalets (50 m), trobem un indicador que marca la pujada al puig de Rocamaura, que ens queda a l'esquerra. Davant veiem un camí amb xiprers a banda i banda amb una

barrera que impedeix la circulació de vehicles. Ascendim al puig sota una densa pineda, tot afrontant un **fort** pendent continu sobre un traçat de camí pedregós. Recomanem fer la pujada sense córrer però amb velocitat constant per no quedar-nos sense respiració només començar. Les vistes des de Rocamaura valen l'esforç.

0:35 h Arribem al Puig de Rocamaura (228 m) coronat per unes antenes de telecomunicacions. Als nostres peus contemplem a vista d'ocell la població de l'Estartit, el recinte del port nàutic i pesquer i l'arxipèlag de les illes Medes. Cap al sud i l'oest obtenim també una visió inèdita de l'anomenat pla de Torroella, un ample espai de conreus on es troba una interessant dispersió d'antics masos amb torres de guaita, del temps en què s'havia de fer front a atacs pirates que trobaven a les illes Medes un perfecte amagatall i una bona base logística. Alhora, té protagonisme la desembocadura del riu Ter i una valuosa zona humida.



ESMORZAR. Fem una aturada a Rocamaura de 15-20 minuts per esmorzar, accedir en petits grups als dos miradors i gaudir de les vistes.

Baixem del puig fixant-nos bé a reprendre el camí per on hem vingut, que des d'aquest costat queda una mica desdibuixat. No hem de seguir per sota la línia elèctrica sinó que cal girar una mica a la dreta.

1:15 h Tornem a ser davant la barrera, la passem pel costat i enfilem el camí que té xiprers a banda i banda. És un sender local que va cap a les cales Ferriol i Pedrosa. Molt aviat trobem una pista que es bifurca a la dreta: una forta rampa d'asfalt amb un rètol que marca la direcció vers la població de l'Escala, itinerari del sender local (senyals blancs i verds). Preferim, però, tirar tot recte seguint el camí que havíem iniciat, ja que a banda de ser un traçat més atractiu, permet una pujada més progressiva i visitar un bonic mas. Transitem pel passadís de xiprers decorat amb pedres blanques.



1:25 h Arribem al mas fortificat de la Torre Ponça (105m), bon exponent de l'ocupació humana entre els segles XVII i XVIII. Aquest mas es veu des del mirador del puig de Rocamaura. Deixem el mas enrere i seguim amb un suau pendent fins que deixa d'haver xiprers a banda i banda.

1:40 h Trobem una cruïlla gran de camins. Prenem el de més a l'esquerra direcció a l'Escala (ho posa en un indicador una mica amagat). Aquesta és la pista principal que no havíem agafat al començament del camí dels xiprers. Hi transitem uns 150 metres fins a trobar un camí que creua, marcat pel sender GR 92. El prenem cap a la dreta.

1:45 h Trobem un gran indicador amb mapa de la zona i seguim el curs del GR 92 vers l'Escala. Cal fer un gir a l'esquerra respecte la direcció que portàvem. Ascendim lleugerament tot creuant un espai inhòspit i solitari que, a dalt, ens ofereix una perspectiva inèdita del Montplà i del Castell del Montgrí a l'horitzó llunyà (les muntanyes que representen el sostre del massís del Montgrí).

2:00 h Arribem a l'altiplà del Puig Torró (171m) i trobem un altre indicador que assenyalava l'accés a les virginals cales de Ferriol i Pedrosa. Aquí se separa l'opció menuts, que segueix l'indicador cap a la cala Pedrosa. L'opció general continua endavant pel traçat GR 92 i ens introduïm en un seguit de pinedes.

2:15 h Trobem un nou indicador del GR 92 però el deixarem de seguir a partir d'aquest punt. Prenem a mà dreta el sender local cap a la cala Ferriol (blanc i verd). Hem de prestar atenció ja que la branca de pista secundària progressivament es fa més estreta fins a convertir-se en un corriol pedregós (es tracta d'un sender no marcat). Aleshores iniciem un descens directe que ens introdueix al barranc de Ferriol, poblat per un atractiu bosc típicament mediterrani.



2:35 h Arribem a la cala Ferriol on gaudim d'un racó de gran bellesa, una platja de còdols flanquejada per relleus calcaris de gran plasticitat i un conjunt d'illots que donen total protecció dels embats marins.

Si fa bon temps i hem arribat d'acord amb l'horari, farem una aturada de mitja horeta per remullar-nos els peus (l'estona llarga de bany la farem a la cala Pedrosa on retrobarem els integrants de l'Opció Menuts).



3:05 h Busquem unes fletxes de color blau (a la part dreta de la platja si ens posem mirant al mar) que ens ajudaran a trobar el sender local de l'inici, ara ja de retorn vers l'Estartit. És una pujada forta entre el bosc, per sobre d'un esperó que ràpidament ens fa guanyar altura.

3:25 h Trobem un indicador (150m) que ens indica el camí cap a la cala Pedrosa, que apareix ben identificable als nostres peus. (Aquest indicador és el que haureu trobat els integrants de l'Opció Menuts després de separar-vos de l'Opció General al puig torró). Creuem una bonica pineda.

3:35 h Arribem a un fantàstic penya-segat que ens deixa bocabadats. A mà esquerra veiem la punta del Cap del Castell, el braç que sobresurt més del massís del Montgrí i s'enfonsa al mar. El que més destaca en aquest paisatge és l'anomenada Foradada, un túnel de 70 m de longitud que travessa tota la paret i que permet el pas d'embarcacions petites i mitjanes per l'interior. Girem a la dreta per culminar el descens fins a la cala Pedrosa.

3:40 h Cala Pedrosa. Més petita que la cala Ferriol i plena de còdols (es recomana portar sandàlies per banyar-se). Presenta un estret passadís d'estil menorquí. Des de la vora de l'aigua no es veu el final de la cala perquè el passadís fa una corba. Si el temps ho permet ens hi estarem una bona estona (1 h i mitja) i hi dinarem entre remullada i remullada.



5:10 h Marxem de la cala Pedrosa seguint les fletxes blaves. Ens endinsem en el bosc i remuntem el barranc de la Pedrosa.

5:35 h Arribem a l'Alt de la Pedrosa (135 m) identificat per un indicador i retrobem la pista asfaltada per on hem iniciat l'itinerari. Si seguíssim la indicació "Estartit" (que fa baixada) arribaríem al camí dels xiprers a banda i banda que ja coneixem. Seguim per la pista asfaltada cap a l'esquerra que progressa per sobre l'altiplà. Uns 50 m abans d'arribar a una tanca que talla el camí i que és l'entrada a un recinte militar, hem de prendre un camí a mà dreta que més endavant es transforma en un sender. Ens mantenim en tot moment a la part alta fent un entretingut flanqueig en el límit del bosc amb vistes sobre el port de l'Estartit.

6:00 h A mà esquerra tenim el perímetre del recinte militar (veiem unes tanques difuses). Arribem a una zona oberta amb vegetació baixa i comencem a trobar unes marques difuses de color verd. Una mica més enllà trobarem uns xalets i al darrera unes escales que baixen directes al port de l'Estartit. En aquest moment, si no ens hem desviat massa de l'horari previst, seguirem encara vint minuts més fins baixar les escales: prendrem un sender que té tendència a anar cap a l'esquerra i arribarem fins al final de l'altiplà des d'on gaudirem de la millor vista de les illes Medes des de terra: el Cap de la Barra (85 m).

6:20 h Deixem el cap de la Barra seguint el sender que té el mar just al costat esquerre. Tornarem als xalets i, ara sí, descendirem les escales fins arribar a l'inici del passeig Marítim.

6:45 h Seguirem el passeig Marítim fins a trobar l'autocar, que ens durà de tornada a Vilanova. Potser tindrem temps de fer un gelat o un cafè a unes de les terrasses...

Mapa extret de:

<http://parcsnaturals.gencat.cat>



NOTES:

Aquesta activitat de muntanya està organitzada pel Grup de Muntanya en Família (GMeF) de l'Agrupació Excursionista Talaia i s'adreça als membres de l'entitat adscrits al GMeF.

D'acord amb allò que marca la legislació per a les activitats esportives¹, **tots els participants a les activitats del GMeF hauran de disposar de la llicència federativa de l'any en curs.**

¹ Decret 58/2010, de 4 de maig, de les entitats esportives de Catalunya, i Decret legislatiu 1/2000, de 31 de juliol, pel qual s'aprova el Text únic de la Llei de l'esport.