



Font de la Puda / Fuente de la Puda

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 8000 TEMPS / TIEMPO: 2:40 ALÇADA / ALTURA :882 Seguir la pista a mà dreta. A uns 100 m, un cop passada una tanca, trobarem un petit pont que travessa un torrent. Des d'aquest punt, si remuntem la riera uns 100 m podem visitar la popular font de la Puda. La font de la Puda (892 m) és una discreta font sulfurosa en un racó frescal vora el torrent. Les aigües sulfuroses tenen propietats medicinals especialment indicades pels problemes de pell. / Seguimos la pista a mano derecha. A unos 100 m, una vez pasada una cerca, encontraremos un pequeño puente que atraviesa un torrente. Desde este punto, si remontamos el torrente unos 100 m podemos visitar la popular fuente de la Puda. La fuente de la Puda (892 m) es una discreta fuente sulfurosa en un rincón fresco cerca del torrente. Las aguas sulfurosas tienen propiedades medicinales especialmente indicadas por los problemas de piel.



Bosc de castanyers i faigs / Bosque de castaños y hayas

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 8325 TEMPS / TIEMPO: 2:43 ALÇADA / ALTURA :878 L'itinerari continua per la pista que estàvem seguint. La pista s'endinsa en un humit bosc on abunden els castanyers i els faigs. Aquest bosc hi trobem altres espècies d'ambients frescos com les blades, la pulmonària o la fetgera. Cap el maig i juny, en els espais oberts d'aquesta zona s'hi poden veure les roges orquídies. / El itinerario continúa por la pista que estábamos siguiendo y se adentra en un húmedo bosque donde abundan los castaños y las hayas. En este bosque encontramos otras especies de ambientes frescos como los arces blancos, o plantas como la pulmonaria y la hepática. Hacia mayo y junio, en los espacios abiertos de esta zona se pueden ver orquídeas de vivo color rojo.



Es deixa la pista i es pren un sender / Se deja la pista y tomamos un sendero

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 8490 TEMPS / TIEMPO: 2:45 ALÇADA / ALTURA : 885 La pista forestal continua fins un punt on gira cap a la dreta. Poc metres abans hi ha un corriol que baixa cap a mà esquerra. Cal prendre'l i seguir-lo. Al cap d'uns 200 metres es creua un torrent. / La pista forestal continúa hasta un punto donde gira hacia la derecha. Pocos metros antes hay un sendero que baja a mano izquierda. Lo seguiremos. A unos 200 metros se cruza un torrente.



Torrent de Can Solanic / Torrente de Can Solanic

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 8650 TEMPS / TIEMPO: 2:47 ALÇADA / ALTURA :872 Creuat el torrent, el corriol puja una mica per sota de Can Solanic, un gros mas amb una gran porxada orientada al sud. Després de passar una tanca i deixar a mà esquerra un cobert, el corriol s'obre a uns grans prats. En aquest punt trobem una porta metàl·lica que cal obrir per passar.

Continuem per una pista que limita a l'esquerra amb els camps de Can Tell i al final de la mateixa tornem a trobar una altra porta metàl·lica. Ens creuem amb la pista cimentada que davalla des del coll de Cal Mic i que seguirem cap a l'esquerra fins a la carretera. /Cruzado el torrente, el sendero asciende ligeramente por la parte inferior de Can Solanic, una masía con un gran porche orientado al sur. Después de pasar una valla y dejar a mano izquierda un cobertizo, el sendero se abre entre unos grandes prados. En este punto encontramos una puerta metálica que hay que abrir para pasar. Continuamos por una pista que limita a la izquierda con los campos de Can Tell y al final de la misma volvemos a encontrar otra puerta metálica. Nos cruzamos con la pista asfaltada que desciende desde el collado de Cal Mic y que seguiremos hacia la izquierda hasta la carretera.



Carretera. Entrada a Sant Pau / Carretera. Entrada a Sant Pau

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 9560 TEMPS / TIEMPO: 3:02 ALÇADA / ALTURA : 850 Un cop a la carretera cal seguir-la uns 100 m fins a l'entrada de la urbanització de les "40 cases" (petita rotonda a mà dreta). / Una vez en la carretera, la seguiremos unos 100 m hasta la entrada de la urbanización las "40 casas" (pequeña rotonda a mano derecha).



Urbanització "40 cases" / Urbanización "40 casas"

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 9660 TEMPS / TIEMPO: 3:04 ALÇADA / ALTURA : 854 Cal seguir el carrer principal de les "40 cases" fins a una corba tancada que gira a mà dreta. En aquest punt hi ha una pista forestal que continua recte entre els camps i que seguirem. Més endavant trobarem una altra cruïlla: cal que continuem recte per la pista sense asfaltar. / Hay que seguir la calle principal de "las 40 casas" hasta una curva cerrada que gira a mano derecha. En este punto hay una pista forestal que continúa recto entre los campos, y que seguiremos. Más adelante encontraremos de nuevo un cruce: continuemos recto por la pista sin asfaltar.



Carretera a Sant Salvador de Bianya / Carretera a Sant Salvador de Bianya

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 10340 TEMPS / TIEMPO: 3:13 ALÇADA / ALTURA : 879 El camí que seguïem, finalment acaba a la carretera de Sant Salvador de Bianya. Des d'aquí ja es pot veure el campanar de l'antiga església de Sant Pau, al costat de la casa de colònies. / El camino que seguíamos, finalmente acaba en la carretera de Sant Salvador de Bianya. Desde de aquí ya se puede ver el campanario de la antigua parroquia de Sant Pau, al lado de la casa albergue.



Inici Via Romana. Casa de colònies / Inicio Vía Romana. Casa albergue

DISTÀNCIA / DISTANCIA: 10400 TEMPS / TIEMPO: 3:15 ALÇADA / ALTURA : 881 Fi de l'itinerari / Fin del itinerario



DESCRIPCIÓ

- Itinerari circular que intercala ambients humits i freds amb els típics mediterranis de la veïna Garrotxa.
- Fagedes, castanyeres i rouredes mixtes amb presència de l'escàs roure de fulla gran.
- Paisatge mosaic amb horts, pastures, boscos i una gran diversitat de fauna i flora associada a aquests ambients. Aquest itinerari té la possibilitat d'escurçar-se si convingués per camins que retornen directament a Sant Pau.

DESCRIPCIÓN

- Itinerario circular que intercala ambientes húmedos y fríos con los típicos mediterráneos de la vecina Garrotxa.
- Hayedos, castaños y robledales mixtos con presencia del escaso roble albar.
- Paisaje mosaico con huertos, pastos, bosques y una gran diversidad de fauna y flora asociada a estos ambientes. Este itinerario se puede reducir, si conviene, por caminos que regresan directamente a Sant Pau.



DADES GENERALS

DATOS GENERALES

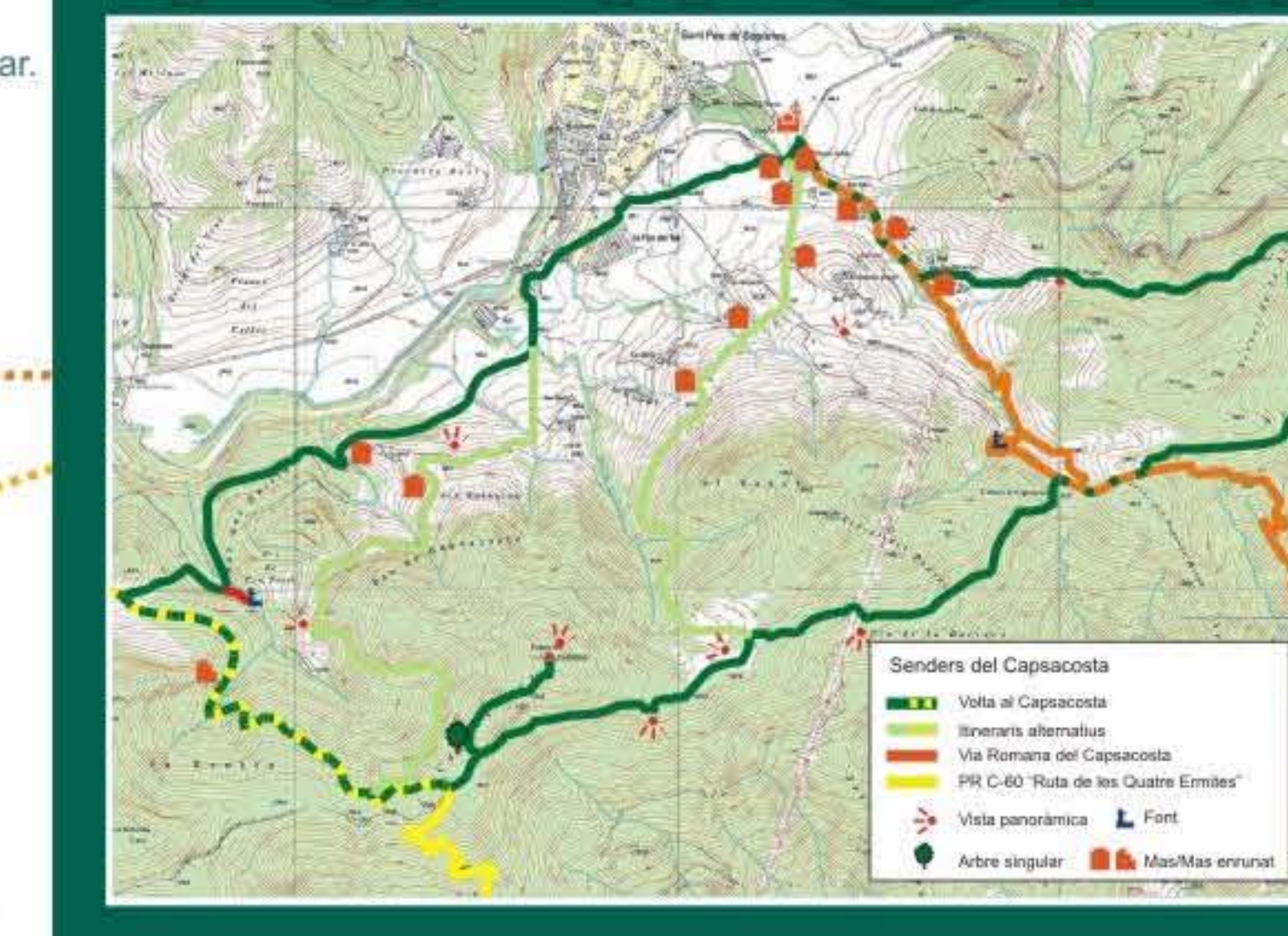
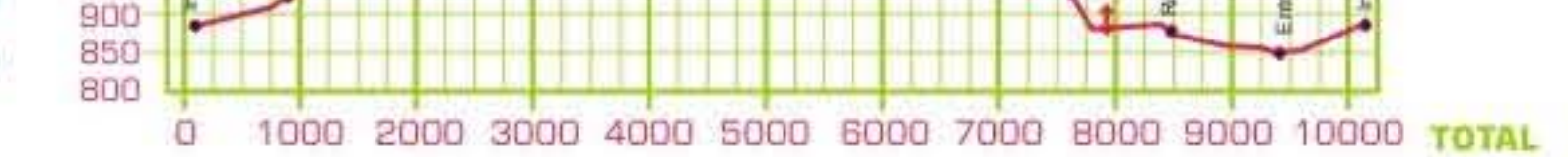


RECOMANACIONS

RECOMENDACIONES

- Convé portar aigua, sobretot a l'estiu, ja que hi ha poques fonts a l'itinerari.
- El temps calculat per l'itinerari no inclou les parades de descans, de menjar o d'observació.
- És important conèixer la meteorologia. A l'hivern pot nevar i a l'estiu les tempestes de tarda són freqüents.
- El silenci i la roba poc cridanera ajudarà a observar més fàcilment la fauna.

ALTIMETRIA / ALTIMETRÍA

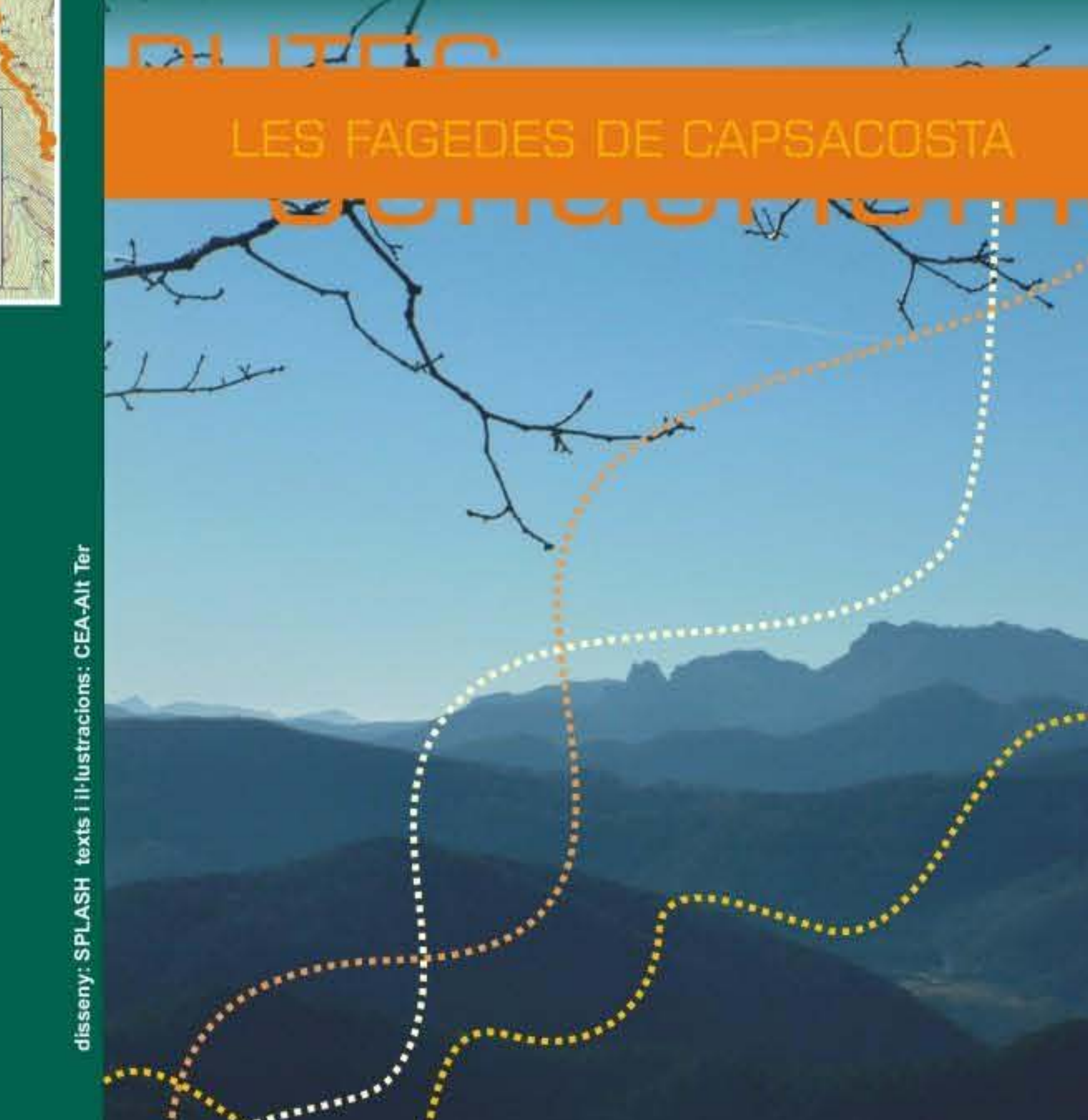


RUTES

natura



LES FAGEDES DE CAPSACOSTA



Unió Europea Fons Social Europeu

Generalitat de Catalunya Servei d'Ocupació de Catalunya

ALTER Centre d'Educació Ambiental Pirineus Orientals

Pirineus CATALUNYA

GMVC Grup de Muntanya

disseny: SPLASH texts i il·lustracions: GEA-Alt Ter

Les fagedes del Capsacosta

