



A



G



D



E



C



B



## M5 - ELS CINGLES DEL LLOBREGAT

És un trajecte amb un gran interès natural i paisatgístic, que ens ofereix unes vistes sensacionals sobre el riu Llobregat des del mirador de Punta Sabata i el cingle de Roca Tinyosa. Tot i tenir una part del recorregut molt proper al curs del riu, la presència de trams molt aeris no el fa apte per a persones amb vertigen.

Dificultat	Mitjana
Distància	8 km
Temps	3 h 45 min
Desnivell	283 m

**COM ARRIBAR-HI** Des del barri de Viladordis, agafa el carrer de la Salut i seguir-lo en direcció al Pont de Vilomara

**A ESSLÉSIA DE LA SALUT.** Construïda al segle X, fora el circuit de muralles. El 1983 es va celebrar el seu mil·lenari i, anys més tard, es va restaurar el seu campanar. Durant unes excavacions realitzades als anys 70, s'hi van trobar sepultures medievals; les més antigues del segle IX. Els sarcòfags es poden veure al jardí del santuari. Fou lloc de pregària de Sant Ignasi de Loiola.

**B PONT FORADAT.** L'espectacular pont natural s'ha format gràcies a l'erosió diferencial de la roca. Les parts més toves han anat cedint, mentre que les més dures, situades a la part alta, s'han mantingut, originant el pont de 27 metres de longitud.

**C PUNTA SABATA.** La feina erosiva del riu, ha anat configurant un precipici de més de 100 metres de desnivell, des d'on podem contemplar una magnífica vista del riu i el Pont de Vilomara.

**D GOLA DEL BIGAIRE.** En aquest punt, la roca (calcària numulítica) dura, consistent i amb llargues esquerdes paral·leles, ha estat esculpida per l'aigua, configurant formes arrodonides. Deu el seu nom a un bigaire que

va morir ofegat en aquest lloc.

**E CANAL DE LA MINA.** El canal agafa l'aigua de la resclosa de la zona de la Mina, a Sant Fruitós de Bages, per traslladar-la a la central de les Marcetes, on es produeix electricitat. Té 2,8 km de llargada per 5 d'amplada. Utilitza dos túnels per eludir els obstacles del terreny, i porta l'aigua fins a una bassa rectangular de 7,5 m x 32 m, abans de precipitar l'aigua per les turbines a la central de les Marcetes.

**F CINGLE DE ROCA TINYOSA.** El cingle, originat per l'erosió del riu, està format per gresos i conglomerats, que originen les coloracions fosques típiques de l'indret. Des d'aquest punt, podem veure les vistes espectaculars d'un meandre semicircular del riu Llobregat als nostres peus.

**G CASA DE LES MARCETES.** Mas d'origen medieval, que depenia del monestir de Sant Benet de Bages. Situat a tocar del santuari de la Salut, els propietaris n'havien estat els cuidadors. Ignasi de Loiola freqüentava el santuari i demanava caritat a les Marcetes, on la família que hi residia l'acollia i li donava almoïna.



## Itinerari

**1 ESSLÉSIA DE LA SALUT.** Inici del recorregut. Prenem el camí de Viladordis direcció al Pont de Vilomara. Travessem la carretera del Pont i continuem recte pel camí de Can Font dels Cirenens.

**2 TRENALL AL PONT FORADAT.** A 800 m de la carretera del Pont de Vilomara, trobem el trencall que travessa l'autopista direcció al Pont Foradat. Travessem l'autopista i comencem a descendir pel camí carreter que va paral·lel a l'autopista. En aquest camí hi ha algunes desviacions a mà esquerra que NO hem d'agafar en cap cas.

**3 PONT FORADAT.** A 1 km del pont de l'autopista, trobem un corriol a mà dreta, senyalitzat amb marques de pintura grogues i blanques, que descendeix fins al pont Foradat. Després de veure el pont, tornem al camí principal i continuem descendent pel camí carreter.

**4 TRENALL A PUNTA SABATA.** A uns 250 m del pont foradat, trobem la desviació a Punta Sabata (senyalitzat amb un perfil metàl·lic). És el camí pla que marxa direcció est. Si agaféssim el que descendeix, aniríem a parar al Pont de Vilomara.

**5 MIRADOR DE PUNTA SABATA.** El camí s'acaba, i hem d'agafar el corriol que marxa en direcció nord i puja decidit, fins a uns 60 metres per sobre el mirador. En algun punt hi ha marques blaves. Cal anar alerta perquè no hi ha cap mena de protecció i el sender transcorre molt proper al precipici. El corriol desemboca al cap d'uns 200 m a un camí de carro, que continua paral·lel a la cinglera.

**6 DESCENS A LA CARRETERA DEL PONT DE VILOMARA.** El camí arriba a una esplanada on es creua amb un camí que ve per mà esquerra. Al final

d'aquest pla, agafarem un corriol que baixa cap a la carretera del Pont de Vilomara. Cal agafar el viarany que comença el descens des del primer moment; no planeja gens.

**7 CARRETERA DEL PONT DE VILOMARA.** Travessem la carretera i agafem el camí que surt des de l'altre cantó, just abans de la corba de la torre transformador de la CAME. Està tancat amb una tanca vermella i blanca. Seguim per aquest mateix camí i no el deixem fins arribar a peu de riu.

**8 GOLA DEL BIGAIRE.** Prenem el camí que marxa paral·lel al marge dret del riu, per sota la cinglera. Ens mantenim en aquest vial durant uns 850 m, fins a una casa de pagès abandonada (casa de les Hortes). Aquí, creuem el canal i iniciem l'ascens cap al cingle de Roca Tinyosa.

**9 TRENALL A ROCA TINYOSA.** Dalt de

tot de la pujada, poc just abans d'un camp, agafarem un corriol que marxa a mà esquerra vorejant el camp, direcció sud per la cinglera, fent un angle de 180° amb el camí principal.

**10 MIRADOR DE ROCA TINYOSA.** Les vistes sobre el Llobregat des de la cinglera són espectaculars, especialment des del mirador de Roca Tinyosa, des d'on podem veure un meandre semi-circular als nostres peus.

**11 LÍNIA ELÈCTRICA.** Deixem la cinglera en un punt on el corriol per on venim s'entrecrua amb un altre que baixa cap a la gola del Bigaire. Al nostre davant hi ha una línia elèctrica des d'on comença un camí que ascendeix a mà dreta per anar a buscar altra vegada el pont. Un cop travessat el pont, podem retornar de nou al camí de Viladordis i desfer camí fins a l'església de la Salut, on hem començat l'itinerari.

[www.anellaverdamanresa.cat](http://www.anellaverdamanresa.cat)