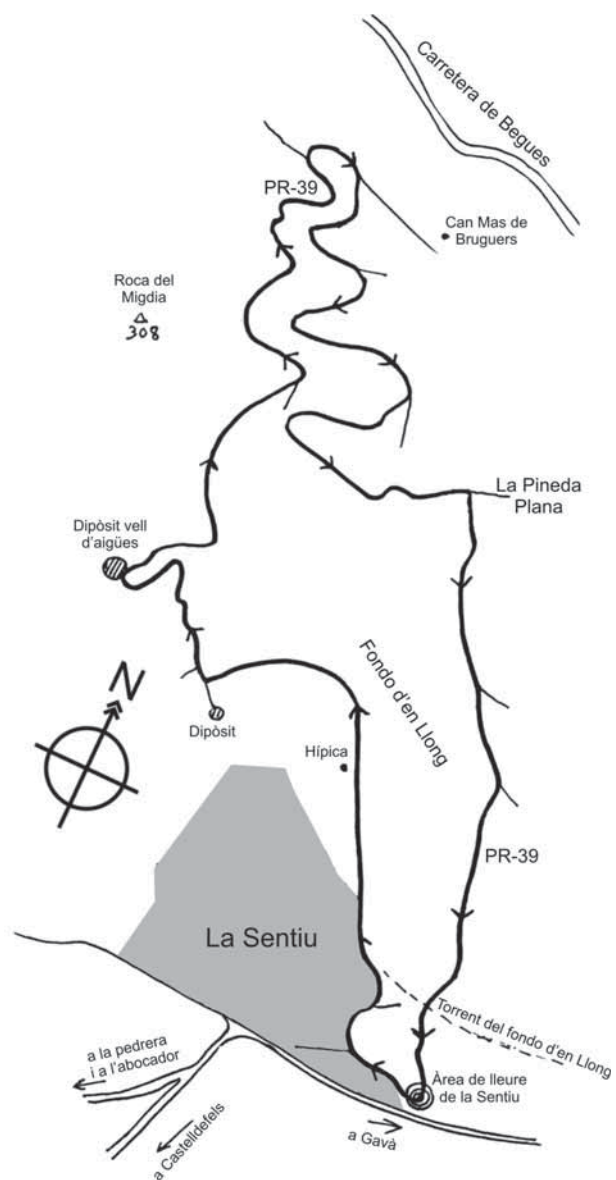


12è recorregut

La roca del Migdia



12è recorregut

La roca del Migdia

Desnivell..... 160 m
 Dificultat..... baixa
 Recorregut..... 5,600 km
 Temps caminant... 1 h 52 min
 Ciclable..... 100%
 Camins..... pista i PR-39

Ruta (km)	temps (h:min)	altitud (m)
0,000 Sortida: aparcament de l'àrea de lleure de la Sentiu, a 60 m de la masia de can Llong.	0:00	61
0,300 Al cap de poca estona trobem una cadena que barra el pas als vehicles.	0:06	81
0,550 Trobem una hípica a l'esquerra.	0:10	96



Masia de can Llong, rehabilitada com a restaurant. Foto: l'autor

0,700	Cadena a l'esquerra, al mig d'un camí que va a un dipòsit d'aigua per als incendis. Enfront nostre, hi ha una altra cadena. A l'esquerra, hi desemboca l'últim carrer de la Sentiu. Travessem la cadena i seguim recte.	0:13	102
1,100	Continuem per pista amb força pujada. Al cap d'una estona arribem al dipòsit vell d'aigua de la Sentiu.	0:25	125
1,720	Després de fer un respir i contemplar el panorama que se'ns obre al davant, reemprenem la marxa. La pista desemboca al sender PR-39. Girem a l'esquerra.	0:35	204
2,430	Seguim pel PR-39 i, al cap de poca estona, aixecant la mirada veurem les roques roges i capritxoses: som sota la roca del Migdia. Seguim! A l'esquerra comença un senderó que baixa de l'aparcament del restaurant de l'ermita de Bruguers. Aquest camí fou recuperat per l'Associació Esportiva EXPI l'any 2002 per poder accedir al PR-39 des de l'ermita de Bruguers. No seguim aquest senderó, sinó que continuem per la pista.	0:50	185
3,100	Al cap de pocs metres, girem altre cop a la dreta.	1:03	181

La Sentiu i, al fons, la plana de Gavà, vistos des de l'antic dipòsit d'aigua. Foto: l'autor



La roca del Migdia des del sender PR-39. Foto: l'autor.

3,200	Seguint el camí, que de vegades esdevé pista, desemoquem al cap d'una estona en un altre camí, on tombem a la dreta.	1:07	174
3,860	Continuem fins a desembocar en biaix al PR-39.	1:17	162
4,000	Seguim recte per un camí molt més ample i que fa baixada. Al cap de poca estona, a mà esquerra, i amb biaix, comença un camí, que hem d'ignorar. Seguim els pilonets de color verd.	1:21	170
4,300	Apareix un altre camí que surt a l'esquerra, que no hem de seguir.	1:28	117
4,700	Seguim per tant pel PR-39 (pilonets verds). A uns pocs passos, creuem una línia d'alta tensió. Trobem una extracció de terres recuperada.	1:35	96
5,000	Creuem una altra línia d'alta tensió.	1:40	59
5,200	Cruïlla; girem a la dreta.	1:44	55
5,300	Creuem el torrent de les Comes per un pont.	1:46	52
5,400	Pilona metàl·lica verda a la nostra esquerra, indicadora del PR-39.	1:48	50
5,500	Aparcament de l'àrea de lleure de can Llong, punt inicial i final	1:50	58
5,600	d'aquest itinerari.	1:52	61

