



PROJECTE CAMInem

PERLES DE COL·LECCIO DE MONTSERRAT (Sant Salvador de les Espases - Puig Cendrós - Puig de l'Hospici)

4 de juny de 2022



DESCRIPCIO

Aquesta Perla la farem pels Puigs (100 cims) del davant de Montserrat en la seva vessant del Llobregat, amb unes grans vistes panoràmiques de Montserrat. Ruta circular, sortint del balneari de la Puda 110 m (en ruïnes), pujarem per uns corriols al Puig Cendrós, 499 m (100 cims), seguirem fins al pla del fideuer 440 m, coll de Sant Bernat, coll de Bram, i pujarem al Puig de l'Hospici 518 m, coll del Roure 491 m, coll de Sant Salvador 350 m, riera 310 m, Sant Salvador de les espases 412 m (100 cims), emblemàtica ermita refugi del excursionisme de casa nostra, cova oratori a la verge de Montserrat, baixada per senders al balneari de la Puda 110 m.

FITXA TÈCNICA

- **Horari:** 4 a 5 hores segons grup
- **Desnivell de pujada:** 600 m
- **Distància horitzontal:** Aprox. 10 km
- **Tipus de recorregut:** circular, anada i tornada
- **Dificultats destacables:** Cap dificultat

PUNT DE TROBADA

- **Lloc de trobada 1:** dissabte 4, a las 7:00 pàrquing Can Rajoler

Projectes en marxa

-  **CAMINEM**
-  **CIMS**
-  **BAIXA'M LES ESTRELLES**
-  **EL MEU LLOC PREFERIT**
-  **BIVACS D'ALÇADA**
-  **CORRE MUNTANYES**
-  **LA BASTARDA**
-  **TASTEM L'ESCALADA**
-  **BARRANCAM**
-  **TEIDE 2022**
-  **EXPERIÈNCIA 4000-E4K**

Com pensem i fem al CAM

El CAM és un petit i modest club amb uns socs que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amistat, companyerisme, honestetat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots.

Dins el CAM es poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat.

Fem CAM, fem CLUB.



- **Lloc de trobada 2:** dissabte 4, a las 8:00 pàrquing la Puda (per la C-55 venint d'Abdera direcció Monistrol de Montserrat al km 7,1 a la dreta pista amb indicador La Puda, a 200m pàrquing.)

CAL PORTAR

- Roba adequada per a una activitat de Baixa muntanya.
- Protecció solar, gorra, ulleres de sol (opcional)
- Bastons, (opcional)
- Aigua, no hi han Fons (al refugi de Sant Salvador tenen begudes)

RECOMANACIONS

Aquesta sortida no te cap dificultat tècnica, una mini grimpadeta i caminar per senders, corriols, i pistes, pujant i baixant amb desnivells molt moderats, depenent del temps i la marxa del grup sempre podem allargar o escurçar la sortida.

CAL CONFIRMAR ASSISTÈNCIA

- **Francesc Albero/ 639503658 / fran.albero@gmail.com**
- **Data límit per confirmar assistència: 2 de juny**

INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA

- **Informació meteorològica:** Meteocat
- **Ressenya de l'activitat:** Puda – Sant Salvador de les espases

TROBADA INFORMATIVA: DIJOUS 2, AL CAM (20:30 h A 21:30 h)

**TINGUES PRESENT QUE A LES ACTIVITATS QUE PROPOSA EL CAM
NINGÚ GUIA A NINGÚ, NI NINGÚ MÉS QUE TU TÉ LA RESPONSABILITAT
SOBRE EL QUE ES FACI O PASSI.**

TU ETS EL TEU PROPÍ GUIA I RESPONSABLE SOBRE L'ACTIVITAT!

Projectes en marxa

-  **CAMINEM**
-  **CIMS**
-  **BAIXA'M LES ESTRELLES**
-  **EL MEU LLOC PREFERIT**
-  **BIVACS D'ALÇADA**
-  **CORRE MUNTANYES**
-  **LA BASTARDA**
-  **TASTEM L'ESCALADA**
-  **BARRANCAM**
-  **TEIDE 2022**
-  **EXPERIÈNCIA 4000-E4K**

Com pensem i fem al CAM

El CAM és un petit i modest club amb uns soços que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amicitia, companyerisme, honestetat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots.

Dins el CAM es poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat.

Fem CAM, fem CLUB.