

# La Vall de Lord

16 propostes de turisme actiu

Guies Piretània

# Índex

---

Introducció.	
<i>La Vall de Lord</i> .....	5
Proposta 1. Senderisme/Familiar	
<i>Santuari i balmes del Verger</i> .....	14
Proposta 2. Senderisme/Familiar	
<i>Sant Serni i Rasa les Valls</i> .....	18
Proposta 3. Senderisme	
<i>Masos, ermites i fonts</i> .....	22
Proposta 4. Senderisme	
<i>Cingles del Codó</i> .....	30
Proposta 5. Senderisme	
<i>Rasa de Torroella i Sòbol</i> .....	38
Proposta 6. Senderisme/Aventura	
<i>Clot de Vilamala-els Encantats</i> .....	44
Proposta 7. Senderisme/Aventura	
<i>Pont Quebradís i riu de Valls</i> .....	48
Proposta 8. Raquetes/Muntanya	
<i>Puig de les Morreres i la Bòfia</i> .....	60
Proposta 9. Raquetes/Muntanya	
<i>L'Estivella, la Tossa i el Pedró</i> .....	66
Proposta 10. Muntanya	
<i>Serrat del Cogul i Busa</i> .....	72
Proposta 11. Muntanya	
<i>Ascensió al Cap del Verd</i> .....	80
Proposta 12. Ciclisme BTT	
<i>Fonts del Cardener i la Puda</i> .....	90
Proposta 13. Ciclisme BTT	
<i>Cap de Balç i Pratformiu</i> .....	98
Proposta 14. Piragüisme	
<i>Sector nord de la Llosa del Cavall</i> .....	106
Proposta 15. Piragüisme	
<i>Sector sud de la Llosa del Cavall</i> .....	112
Proposta 16. Via Ferrada/Escalada	
<i>Via Ferrada Puig-arnau</i> .....	118
Guia pràctica.	
Dades d'interés.....	124



Camí a la font d'Arderic des de Coll de Port

## LES PROPOSTES I LA GUIA

Aquesta guia és un compendi d'activitats a l'aire lliure, sempre respectuoses amb el medi i allunyades d'una alta especialització. Així, les propostes van des de passejades de mig matí a excursions de tot el dia, passant per ascensions, raquetes de neu o esquís de travessia, recorreguts en bicicleta de muntanya, excursions en caiac, i, fins i tot, una via ferrada.

En total, la guia comprèn 16 propostes o itineraris, sempre circulars, per a conèixer a fons aquesta bella vall del Prepirineu català, practicant-hi esports respectuosos amb el medi. Els itineraris s'han descrit en un sentit concret, cercant aquelles belleses i atractius del lloc, però, facilitant-ne el retorn, moment el qual s'acostuma a disminuir l'atenció pel cansament. L'organització dels itineraris ha estat basada segons el grau de dificultat i el tipus d'activitat, de manera que a les primeres propostes hi trobem els itineraris més senzills i, al final, les activitats més complexes o aquelles que en necessiten de material tècnic.

Cada itinerari s'organitza a partir d'una breu descripció dels atractius més importants i d'unes dades tècniques com el desnivell acumulat, alçades mínima i màxima, la distància o, els temps aproximats. En referència als temps, cal destacar que els horaris s'han marcat en base a un seguiment pausat però constant de la marxa, de manera que no inclouen descansos i altres aturades;

així les coses, els temps són aproximats, i tant es poden allargar com escurçar, per aquest motiu a la descripció s'inclouen intervals de temps aproximats entre diferents trams. També es dona la distància aproximada i el grau de dificultat; en aquest sentit, però, cal destacar que el nivell de dificultat vindrà més donat per l'experiència de cada individu que no pas de la pròpia proposta.

Tot i així, la dificultat s'ha graduat segons el temps d'activitat, el desnivell acumulat, i, altres aspectes com el compromís, l'orientació o la necessitat de material específic. L'apartat de dades tècniques inclou, també, un perfil altimètric per a fer més visuals tant el pendent com la distància de l'itinerari.



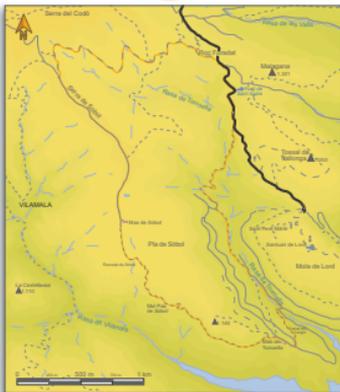
A l'apartat de ciclisme, a més, s'hi afegeix un *road book* amb els punts quilomètrics i diversos croquis que faciliten, encara més, el seguiment de l'activitat.

12 Els Hiverns-Fonts del Cardener-la Puda		Distància: 18,5 km	Desnivell: 575 m
00,35	01,37	11,14	12,51
04,15	07,10	13,85	16,05
02,95	03,50	01,340	02,200

Al final de cada itinerari, hi ha un apartat d'observacions que són anotacions importants de la ruta, com millor època de realització, trams perillosos, punts a

posar-hi més atenció o, recomanacions d'altra mena.

Totes les propostes van acompanyades d'una cartografia detallada i imatges dels punts més destacats, de manera que el recorregut es converteix en una activitat controlada i de fàcil seguiment.



A més, al final de la guia hi trobem un codi QR que, a partir d'un *smartphone*, es pot fotografiar i connectar directament amb el lloc web de Piretània, a l'apartat "descàrregues" de la Vall de Lord, des del qual es poden descarregar tots els *tracks* si es té intenció de seguir els itineraris amb un aparell receptor de GPS.

## 4. CINGLES DEL CODÓ

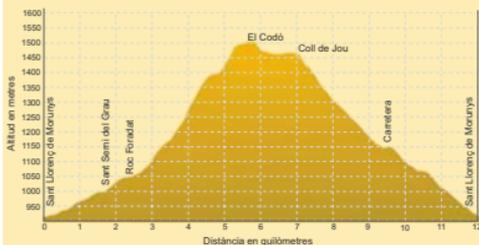
**Espectacular recorregut circular a la Creu del Codó; sens dubte, un dels millors miradors de la contrada. Camins obrats a la roca, passos encrestats amb vistes a la plàcida plana de Sant Llorenç de Morunys i als feréstecs clots de Torroella i Vilamala, balnes penjades i frondosos boscos, cingleres, masos i camins ramaders; però, sobretot, bones vistes panoràmiques del conjunt de la Vall de Lord.**

### Accés

Arribar-nos fins a la plaça del Mur de Sant Llorenç de Morunys, a tocar de l'oficina de turisme.



**Altitud.** mín. 910 m  
màx. 1.515 m  
**Desnivell acumulat.** 610 m  
**Temps.** 3:30 h  
**Distància.** 12 km  
**Dificultat.** Mitja



### Itinerari

Sortim de la plaça del Mur de Sant Llorenç de Morunys (910 m) i resseguim l'**itinerari 2**, fins a l'ermita de Sant Serni del Grau o de Vilamantells, durant 30 minuts.

Deixem enrere l'església romànica dels segles XI-XII (1.045 m) i, prenem la pista asfaltada en direcció a ponent, amb indicadors al Santuari. Ràpidament, hi trobem una pista a l'esquerra que ens duria al poble per la rasa de les Valls; l'obviem i seguim per asfalt. Després de dos revolts trobem una altra pista, ara a la dreta, que ens duria a Coll de Jou; continuem al sud per asfalt, però. Arribem a un altre revolt i, tot seguit, a una zona ampla on s'ha aprofitat el terreny per extreure-hi terra. Pocs metres després, surt a mà dreta el camí vell a Solsona, marcat com a GR-7.



Sant Serni del Grau o de Vilamantells

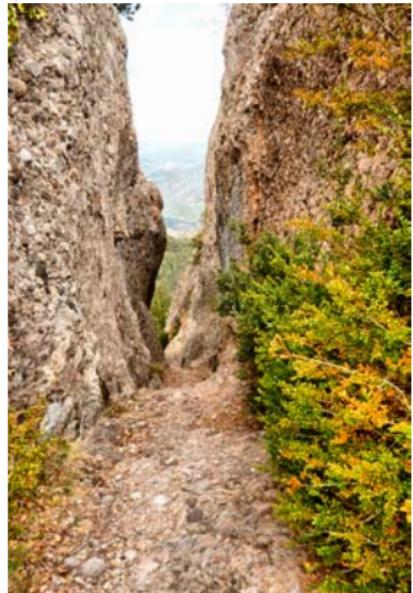


Camí en trinxera al Roc Foradat

El camí remunta pel bosc, cercant el millor pas entre el cingle, fins que travessem la serra a través del pas del Roc Foradat; un tall a la roca eixamplat per a les cavalleries amb esgraons obrats. Ara, tenim vistes a la rasa de Torruella i la mola de Lord (1.115 m). Girem a la dreta i remuntem en ziga-zaga fins que tornem a tenir vistes a Sant Serni i Sant Llorenç de Morunys; uns 15 minuts des de l'ermita.

Seguim el GR (marques blanques i vermelles) per terreny més planer, a vegades a l'ombra dels arbres, a vegades per la roca nua. Cal seguir

les fites amb tendència a ponent, uns 10 minuts, fins que trobem el trencall del camí del Cap de la Roca (1.180 m) que mena al mirador de la Creu del Codó. Prenem el camí al Codó, que puja decididament buscant la carena.



Pas excavat al Roc Foradat



Vista de la Rasa de les Valls des de la carena del Codó

Al llarg dels següents 25 minuts caminem pel tram més dur i més espectacular de tota l'excursió. Cal seguir les marques de color vermell, sovint en forma de fletxa, per tota la carena. N'hi ha moments que les seguim molt a prop del penya-segat; cal posar-hi atenció, però no per això deixar de gaudir de les vistes.

que puja des de la carretera; el seguim amunt (1.410 m). Després d'uns pocs metres de forta pujada hi trobem una bifurcació de corriols: a l'esquerra cap l'àrea de pícnic de la Creu del Codó i, a la dreta cap al mirador. Remuntem a la dreta seguint el corriol al peu de les parets i a tocar d'unes balmes penjades.



Marca de seguiment

El camí va fent-se més suau a mesura que ens apropem a una gran roca que ens barra el pas (1.365 m); i, la voreja evitant-la per l'esquerra a recer d'un petit bosc de boix. Caminem per la base de la cinglera alta del Codó, uns 10 minuts, fins a enllaçar amb el camí



Camí carener al Mirador del Codó

El corriol fa unes giragoneses guanyant alçada i, ja més planers, el seguim cap a l'est fins que arribem a una pista que ens deixa al mirador (1.505 m), en uns 15 minuts des del darrer trencall.



La pista s'endinsa en el bosc, guanyant altitud poc a poc, a trams en bon estat a trams bastant pedregosa. Ràpidament, arribem a uns bonics prats i al mas dels Hiverns; i, seguidament, a una plana de conreus a banda i banda de la pista. Hi podem veure, properes, les costes dels Grauets.



Al fons, les costes dels Grauets

Després dels conreus, la pista queda envoltada per un bosc esclarissat; hi trobem un trencall a la dreta just abans d'un revolt tancat a l'esquerra (1.300 m). S'ha acabat la pujada, 3 quilòmetres després del trencall de la carretera. Prenem a la dreta, la pista que davalla, decididament, amb trams de grava

i pedruscall i certa tendència al nord-est. La pista va tombant poc a poc a nord, davallant constantment, a trams més suaus a trams més pendents. Passem tres revolts tancats amb fort pendent i, seguim per la mateixa pista davallant cap al nord.

Arribem a un altre revolt tancat a la dreta, a tocar d'unes edificacions, i la pista passa a ser pavimentada. Seguidament, un altre revolt tancat a l'esquerra i, pocs metres després, arribem al trencall de les Fonts del Cardener, barrat per a vehicles; han estat uns 3,5 quilòmetres de descens. Ens hi apropem i gaudim de l'espectacle del "naixement" del riu Cardener, d'abundosa aigua fresca (1.035 m).



Fonts del Cardener >



Naixement del riu Cardener



Camí de les Fonts del Cardener

Marxem pel camí, ample i amb tanques de fusta, que ressegueix el curs del riu naixent. De seguida, tornem al carrer asfaltat pel que anàvem i el resseguim, avall, fins a un aparcament bastant ample. A l'esquerra, en un sot, hi ha la font de l'Esquerrana, d'aigua prou bona.



Pista al costat del riu Cardener

Al sud de l'aparcament, prenem una pista, barrada als vehicles, que ressegueix per l'esquerra el riu aigües avall. En ràpid descens, la pista, urbanitzada per les obres de canalització de la llera del riu, ens deixa al peu del nucli de la Coma. Remuntem, en fort pendent i per



Nucli de la Coma



Ajuntament de la Coma i la Pedra al nucli de la Coma

paviment, revolt rere revolt, el carrer que travessa el bell poble de la Coma per la seva part pròxima al riu. Aviat, passem l'Ajuntament i arribem a la carretera (1.000 m), la qual resseguim avall a la dreta.

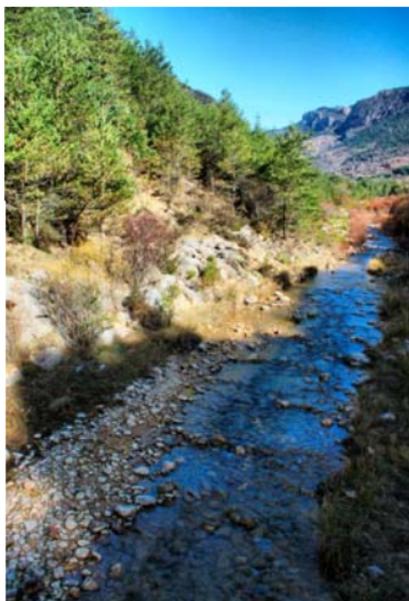
Davallem ràpid i, en menys d'un quilòmetre i mig per carretera, arribem al trencall de la Pedra; hi girem a l'esquerra. Creuem el riu Mosoll i trenquem a la dreta direcció a la Puda, davallant per pista asfaltada fins a la mateixa font.

Des de la font de la Puda, creuem el riu Cardener pel pont (870 m) i, resseguim la pista que remunta suau-ment per la riba dreta del riu. Aviat, trobem un corriol amb unes marques de GR i itinerari de BTT a



Font de la Puda

la nostra esquerra, però, l'obviem i seguim per la pista, remuntant poc a poc, a trams planers, per dins el bosc. Just abans d'arribar a la carretera, un tram petit molt pendent ens posa a prova físicament (no és gens estrany posar-hi el peu a terra).



Riu Cardener al seu pas per la Puda



Ermita dedica a la Santa Creu d'Ollers

Un cop de nou a la carretera (925 m), la resseguim avall a l'esquerra; passem per la vora del Càmping Morunys. La carretera comença a remuntar fins a una ermita, a la nostra esquerra, amb un petit jardí i dedicada a la Santa Creu d'Oller. Des de l'ermita, si decidim circular per la vorera de l'esquerra, aviat veurem el pont de Vallonga en la fondalada; no és la seva ubicació original però, va ser portat aquí des de les antigues gorges del Cardener, reconstruït pedra a pedra, per a evitar que quedés negat amb les aigües del pantà de la Llosa del Cavall.



Vistes al Pont de Vallonga

Continuem per la vorera o per la carretera fins a Sant Llorenç de Morunys. En arribar a la cruïlla de carreteres, seguim recte avall i seguidament trenquem a l'esquerra, cap a la plaça de la Canal, sota el campanar de l'església. Passem per dins el portal de la Canal i



Casc antic de Sant Llorenç de Morunys

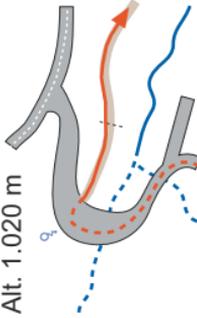
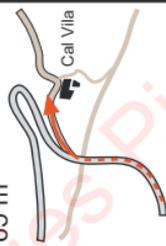
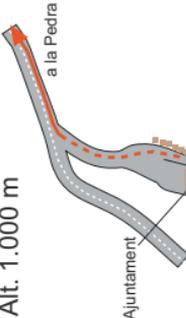
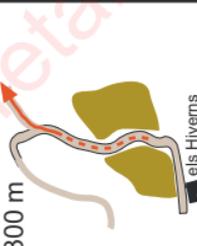
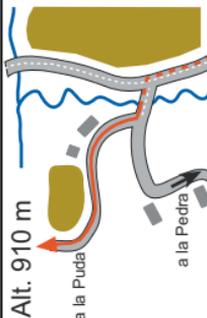
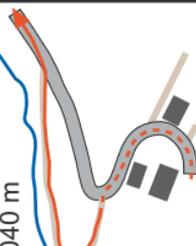
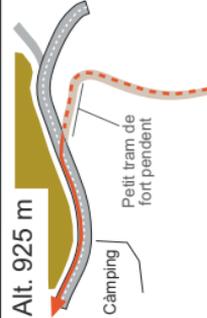
resseguim avall el tortuós carrer Major del poble. En arribar a la Plaça, continuem avall fins que travessem un túnel de cases i sortim del nucli clos. Girem a la dreta i arribem a l'aparcament de la plaça del Mur.

### Observacions

Començant des de la Coma, el recorregut és tot baixada fins a la font de la Puda; potser més agraït que el començament des de Sant Llorenç de Morunys. Tanmateix, també es passa per la vora del Càmping Morunys. Les pistes poden presentar petits trams força pedregosos, sobretot després de pluges. A l'oficina de turisme hi ha el punt d'informació del Centre BTT, on s'hi poden adquirir descripcions d'altres itineraris més tècnics i llogar bicicletes a preus prou assequibles.

# 12 Els Hiverns-Fonts del Cardener-la Puda

Distància: 18,5 km Desnivell: 575 m

<b>1</b> + 00,350	<b>31T 383657 / 4665845</b> Sortim de la plaça del Mur de Sant Llorenç de Morunys i remuntem la carretera fins a la cruïlla amb la carretera que mena al Port del Comte, i, la prenem a l'esquerra.	 Alt. 910 m	<b>5</b> + 00,490	<b>31T 382940 / 4671010</b> Baixant de les Fonts del Cardener, arribem a una zona de pàrquing amb una font en un sot ('l'Esquerrana'). Prenem la pista barrada als cotxes que davalla paral·lela al riu Cardener.	 Alt. 1.020 m
<b>00,35</b>	<b>31T 381759 / 4666604</b> Continuem per la carretera fins al trencall de Cal Vila: una pista pavimentada que prenem a la dreta, just després d'una altra de fort pendent que torna al poble.	 Alt. 1.165 m	<b>6</b> + 01,370	<b>31T 383742 / 4670133</b> Després del ràpid descens, travessem el poble de la Coma en pujada i, passant l'Ajuntament, arribem al trencall de la carretera; girem a la dreta direcció la Pedra i Sant Llorenç de Morunys.	 Alt. 1.000 m
<b>04,15</b>	<b>31T 382791 / 4668261</b> Resseguim la pista principal amb bones vistes a la vall. Passem pel mas dels Hiverns i uns conreus; 500 metres després, fi de la pujada i desviament a la dreta per una pista que baixa.	 Alt. 1.300 m	<b>7</b> + 01,340	<b>31T 384035 / 4669087</b> Descendim per la carretera fins a la cruïlla a la Pedra, que prenem a l'esquerra. Travessem el pont, i girem avall a la dreta, direcció a la Font de la Puda per pista asfaltada.	 Alt. 910 m
<b>07,10</b>	<b>31T 387290 / 4670940</b> Després d'un llarg descens per pista pedregosa, arribem al trencall que mena a les Fonts del Cardener. Girem a l'esquerra per a apropar-nos-hi. Sortim de les Fonts pel camí inferior fins a l'asfalt.	 Alt. 1.040 m	<b>8</b> + 02,200	<b>31T 383782 / 4667256</b> Des de la font de la Puda, es creua el pont i es remunta la pista de terra, bastant planera, fins a la sortida a l'asfalt (fort pendent). Prenem la carretera a l'esquerra cap a Sant Llorenç de Morunys.	 Alt. 925 m
<b>10,65</b>					

