

## CAMINADES DE RECORREGUT CURT Rutes circulars

## CAMINADES DE RECORREGUT LLARG Rutes circulars

CALENDARI 2024\*

**ESPONELLÀ** Sortida: plaça Major de Centenys, 10.00h  
 Activitat extra: concert Recòndit, 12.00h  
 7 D'ABRIL

**CRESPIÀ** Sortida: plaça Major de Crespià, 10.00h  
 Activitat extra: concert Recòndit, 12.00h  
 14 D'ABRIL

**VILADEMULS** Sortida: pavelló de Vilamari, 10.00h  
 Activitat extra: espectacle familiar  
 19 DE MAIG

**PALOL DE REVARDIT** Sortida: el Castell, 10.00h  
 Activitat extra: història Kiku Sabater  
 26 DE MAIG

**CORNELLÀ DEL TERRI** Sortida: camp de Futbol, 21.00h  
 Activitat extra: banyada nocturna  
 28 DE JUNY

**PORQUERES** Sortida: zona Esportiva, 21.00h  
 Activitat extra: banyada nocturna  
 12 DE JULIOL

**FONTCOBERTA** Sortida: piscina Municipal de Melianta, 21h  
 Activitat extra: banyada nocturna  
 26 DE JULIOL

**FONTCOBERTA** Sortida: escola vella de Vilavenut, 8.30h  
 1 DE SETEMBRE

**CORNELLÀ DEL TERRI** Sortida: camp de futbol, 20.30h  
 10 DE SETEMBRE

**CAMÓS** Sortida: pavelló, 8.30h  
 29 DE SETEMBRE

**VILADEMULS** Sortida: Vilafreser (local del teatre), 8.30h  
 13 D'OCTUBRE

**SERINYÀ** Sortida: pavelló esportiu, 8.30h  
 27 D'OCTUBRE

**PORQUERES** Sortida: zona Esportiva, 7.30 a 8.00h  
 10 DE NOVEMBRE

**CRESPIÀ** Sortida: plaça Major, 8.30h  
 6 DE DESEMBRE



14 caminades

9 municipis

2 nivells de dificultat

\*Consultar la pàgina web, poden haver modificacions.



Us presentem la tercera edició del circuit de caminades pel Pla de l'Estany, **Fem drecera!** Amb la col·laboració dels diferents municipis, s'ha preparat de nou la proposta d'itineraris senyalitzats i adaptats perquè

persones de totes les edats puguin descobrir el nostre entorn. A cada caminada s'ha preparat una drecera per recórrer la comarca i alhora gaudir de la natura, coneixent espais d'interès natural, patrimonial o cultural de cada municipi, tot fent activitat física i salut.

**Fem drecera!** és un circuit de **catorze caminades per nou municipis** de la comarca amb **dos nivells de dificultat**. Us proposem **set caminades curtes**, de baixa dificultat aptes per a tota la família on trobareu activitats complementàries com per exemple concerts i banyades, i **set caminades llargues**, amb més desnivell pels qui tinguin més ganes de caminar. Podeu participar-hi de forma individual o en grup, en família, amb els amics i les amigues, amb els companys i companyes de feina o amb els veïns i les veïnes. Vosaltres escolliu com fer vostra la drecera: podeu escollir una sola ruta o completar tot el circuit, participar només a les caminades curtes o seguir totes les propostes de les caminades llargues.

## ...la drecera més directa per a descobrir la comarca



■ Caminades curtes  
Entre 4 i 7 Km amb activitat complementària.

■ Caminades llargues  
Entre 10 i 15 km



Inscripció anticipada: 5€ per persona/caminada ([www.ceplaestany.cat](http://www.ceplaestany.cat))

Inscripció el mateix dia de la prova: 8€ per persona/caminada

Menors de 10 anys, inscripció anticipada 3€ i  
mateix dia de la caminada 5€

Més informació [www.ceplaestany.cat](http://www.ceplaestany.cat)



Organitzen:



Amb el suport:



## PREMIS FORMIGA a la regularitat i constància

Categoria de caminades curtes i categoria de caminades llargues

Amb **Fem drecera!** es premiarà la regularitat i la constància amb el **Premi Formiga** per a les persones que completin 5 de les 7 de caminades curtes i un altre **Premi Formiga** per a aquells que hagin completat 5 de les 7 caminades llargues. Us convidem, doncs, a fer drecera amb nosaltres, fent salut, compartint itineraris i gaudint del nostre entorn.

