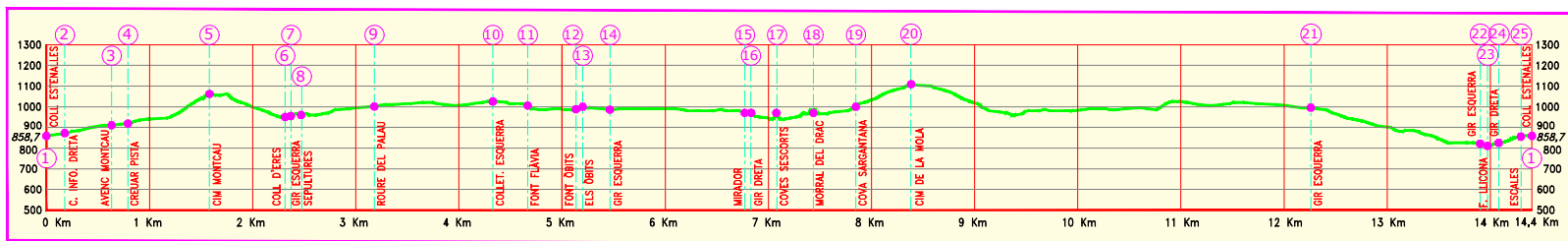


PLANTA TOPOGRÀFICA AMB ITINERARI (SOBRE BASE CARTOGRÀFICA DE L'I.C.G.C.)



GRÀFICA ALTIMÈTRICA (ESCALA VERTICAL 2X ESCALA HORIZONTAL)

FITXA TÈCNICA RUTA 100 CIMS MONTCAU-LA MOLA SANT LLORENÇ DEL MUNT (C.E. MADTEAM)



CIM DEL MON TCAU



CIM DE LA MOLA

INFORMACIÓ GENERAL

- LOCALITZACIÓ:** TERME MUNICIPAL DE MURA, COMARCA DEL BAGES (BARCELONA), INCLÒS AL PARC NATURAL DE SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC. INICI RUTA A COLL D'ESTENALLES, ACCÉS PER CTRA. B-1221 (PK 14,7)
- TIPUS DE RUTA:** ITINERARI SEMI-CIRCULAR, PER ASSOLIR DOS DELS 100 CIMS DEL PARC NATURAL DE SANT LLORENÇ DEL MUNT EL MONTCAU I LA MOLA, A MÉS D'ALTRES INDRETS CARACTERÍSTICS.
- PUNTS D'INTERÈS:** APARCAMENT A COLL D'ESTENALLES-CENTRE D'INFORMACIÓ-AVENC DEL MONTCAU-COLL D'ESTELLA-CIM DEL MONTCAU-COLL D'ERES-SEPULTURES MIEVIALES-ROURE DEL PALAU-CARENA DEL PAGÈS-COLLET DELS TRES TERMES-FONT FLÀVIA-FONT I BASSA DELS ÒBITS-ELS ÒBITS-SL_C 54-MIRADOR MORRAL DEL DRAC-COVES SESCORTS-MORRAL DEL DRAC-COVA DE LA SARGANTANA-CIM DE LA MOLA-CARENA DEL PAGÈS-SOT DE LA CALÇADA-TORRENT DEL CELLEROT-FONT DE LA LLICONA-COLL D'ESTENALLES
- DISTÀNCIA TOTAL:** 14.403,6 m.
- TEMPS TOTAL:** 6 hr (INCLOU PARADES ALS PUNTS D'INTERÉS)
- ALÇADA MÀX / MÍN:** 1.103,3 m./798 m.
- DESNIVELL TOTAL:** +/- 530 m.
- DIFICULTAT:** MODERAT
- ÈPOCA:** TOT L'ANY
- PUNT D'INICI/FINAL:** APARCAMENT CARRETERA B-1221, PK 14,7 (COLL D'ESTENALLES)
- MATERIAL RECOMANAT:** FRONTAL, BOTES DE MUNTANYA CANYA MITJA-ALTA, BASTONS DE TREKKING, GORRA, ROBA D'ABRIC EN FUNCIÓ DE L'ÈPOCA DE L'ANY, AIGUA I MENJAR
- PUNTS D'AIGUA:** COLL D'ESTENALLES, FONT FLÀVIA, LA MOLA (BAR-RESTAURANT)
- CARTOGRAFIA:** MAPA PARC NATURAL DE SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC. ESCALA 1:25.000.EDITORIAL ALPINA
- OBSERVACIONS:** RECOMANABLE PORTAR FRONTAL PER ACCEDIR A ALGUNA DE LES CAVITATS
- TELÈFONS D'INTERÈS:** EMERGÈNCIES 112 - CENTRE D'INFORMACIÓ COLL ESTENALLES 938 31 73 00

TAULA DE DADES TÈCNQUES

PUNT ORIGEN			PUNT DESTÍ			RUMB SORTIDA	DESNIVELL PARCIAL (m.)	DESNIVELL ACUMULAT (m.)	DESNIVELL + Acum (m.)	DESNIVELL - Acum (m.)	DISTÀNCIA PARCIAL (m.)	DIST. ACUMULADA (m.)	TEMPS PARCIAL (min)	TEMPS ACUMULAT (min)	OBSERVACIONS	Nº PUNT	
Nº PUNT	COORDENADA X	COORDENADA Y	ALTURA (Z)	Nº PUNT	COORDENADA X												COORDENADA Y
1	416.236,5	4.613.459,0	858,7	2	416.314,7	4.613.599,4	866,7	32,89º	+8,0	+8,0	+8,0	178,88	178,88	8	8	APARCAMENT COLL D'ESTENALLES	1
2	416.314,7	4.613.599,4	866,7	3	416.525,6	4.613.595,9	903,0	106,02º	+36,3	+44,3	+44,3	453,02	631,90	12	20	CENTRE INFORMACIÓ. DRETA	2
3	416.525,6	4.613.595,9	903,0	4	416.616,9	4.613.703,9	912,8	1,67º	+9,8	+54,1	+54,1	159,03	790,93	8	28	AVENC DEL MONTCAU	3
4	416.616,9	4.613.703,9	912,8	5	417.148,5	4.614.168,1	1.056,0	64,64º	+143,2	+197,3	+197,3	788,67	1.579,60	20	48	COLL D'ESTELLA. CREUEM PISTA	4
5	417.148,5	4.614.168,1	1.056,0	6	417.406,9	4.613.680,8	942,5	0,60º	+83,8	-113,5	-113,5	734,64	2.314,24	16	64	CIM DEL MONTCAU	5
6	417.406,9	4.613.680,8	942,5	7	417.442,1	4.613.637,8	950,3	136,55º	+7,8	+91,6	+205,1	57,48	2.371,72	7	71	COLL D'ERES	6
7	417.442,1	4.613.637,8	950,3	8	417.514,0	4.413.698,1	955,0	39,33º	+4,7	+96,3	+209,8	103,03	2.474,75	7	77	GIR ESQUERRA	7
8	417.514,0	4.413.698,1	955,0	9	417.565,4	4.613.113,8	995,0	230,09º	+40,0	+136,3	+249,8	704,34	3.179,09	16	93	SEPULTURES MIEVIALES	8
9	417.565,4	4.613.113,8	995,0	10	417.607,4	4.612.095,7	1.022,8	259,09º	+27,8	+164,1	+277,6	1.149,29	4.328,38	25	119	ROURE DEL PALAU	9
10	417.607,4	4.612.095,7	1.022,8	11	417.881,2	4.612.255,8	1.000,0	104,96º	-22,8	+141,3	-136,3	339,55	4.667,93	10	129	COLLET DELS TRES TERMES. ESQUERRA	10
11	417.881,2	4.612.255,8	1.000,0	12	417.844,4	4.612.059,2	985,8	309,44º	+127,1	+127,1	-150,5	466,38	5.134,31	12	141	FONT FLAVIA	11
12	417.844,4	4.612.059,2	985,8	13	417.808,8	4.612.004,0	988,9	216,26º	+3,1	+130,2	+280,7	66,24	5.200,55	6	147	FONT DELS ÒBITS	12
13	417.808,8	4.612.004,0	988,9	14	417.601,1	4.611.938,4	979,5	185,76º	-9,4	+120,8	-159,9	263,06	5.463,61	9	156	ELS ÒBITS	13
14	417.601,1	4.611.938,4	979,5	15	417.924,0	4.610.967,7	965,0	182,87º	-14,5	+106,3	-174,4	1.309,33	6.772,94	28	184	GIR ESQUERRA	14
15	417.924,0	4.610.967,7	965,0	16	417.912,9	4.610.926,7	966,8	213,13º	+1,8	+108,1	+282,5	57,26	6.830,20	6	189	MIRADOR MORRAL DEL DRAC	15
16	417.912,9	4.610.926,7	966,8	17	417.710,4	4.610.856,2	961,5	205,05º	-5,3	+102,8	-179,7	252,24	7.082,44	10	199	GIR DRETA	16
17	417.710,4	4.610.856,2	961,5	18	417.993,6	4.610.923,2	980,2	122,01º	+18,7	+121,5	+301,2	355,35	7.437,79	10	210	COVES SESCORTS	17
18	417.993,6	4.610.923,2	980,2	19	417.968,8	4.610.653,3	996,0	221,34º	+15,8	+137,3	+317,0	408,97	7.846,76	13	223	MORRAL DEL DRAC	18
19	417.968,8	4.610.653,3	996,0	20	418.220,0	4.610.421,5	1.103,3	11,56º	+107,3	+244,6	+424,3	535,40	8.382,16	13	236	COVA DE LA SARGANTANA	19
20	418.220,0	4.610.421,5	1.103,3	21	417.630,6	4.613.257,1	992,3	259,93º	-111,0	+133,6	-290,7	3.878,40	12.260,56	64	300	CIM DE LA MOLA	20
21	417.630,6	4.613.257,1	992,3	22	416.349,9	4.613.229,0	818,1	312,44º	-174,2	-40,6	-464,9	1.640,63	13.901,19	30	330	GIR ESQUERRA	21
22	416.349,9	4.613.229,0	818,1	23	416.413,4	4.613.207,1	804,7	101,55º	-13,4	-13,4	-478,3	71,73	13.972,92	6	336	GIR ESQUERRA	22
23	416.413,4	4.613.207,1	804,7	24	416.311,5	4.613.211,3	817,0	283,82º	+12,3	-41,7	+436,6	108,15	14.081,07	8	343	FONT DE LA LLICONA	23
24	416.311,5	4.613.211,3	817,0	25	416.190,4	4.613.368,2	850,0	301,05º	+33,0	-8,7	+469,6	217,18	14.298,25	9	353	GIR DRETA	24
25	416.190,4	4.613.368,2	850,0	1	416.236,5	4.613.459,0	858,7	33,39º	+8,7	0,0	+478,3	105,33	14.403,58	8	360	GIR DRETA PER ESCALES	25

ELEMENTS D'INTERÈS DE L'ITINERARI

CIM DEL MONTCAU



CIM DE 1.057 m D'ALTURA, 100 CIMS ESSENCIAL FEEC, SEGON CIM MÉS ALT DEL PARC NATURAL.

SEPULTURES MIEVIALES



CONJUNT DE SEPULTURES MIEVIALES DE COLL D'ERES, DATADES A LA ÈPOCA VISIGÒTICA (SEGLES VI-VII).

FONT FLÀVIA



FONT QUE ACOSTUMA A RAJAR, AMB AIGUA ESPECIALMENT POTABLE. ES LA MÉS ALTA DEL PARC NATURAL.

FONT I BASSA DELS ÒBITS



BASSA D'AIGUA OBRADA SITUADA AL NORD DELS ÒBITS. TÉ UNA PETITA FONT A LA PART SUPERIOR PER OMLLIR-LA.

ELS ÒBITS



CONJUNT DE COVES I BAUMES OBRADES HABITADES EN DIFERENTS ÈPOQUES.

COVES SESCORTS



CONJUNT DE COVES AMB UN TOTAL DE 7.LA MÉS IMPORTANT A LA PART CENTRAL DE GRANS DIMENSIONS.

MORRAL DEL DRAC



MONÒLIT DE DOS BLOCS DE CONGLOMERAT DE 32 m D'ALTURA SEPARATS EN LA SEVA BASE, ON DEIXEN UNA OBERTURA VISITABLE.

COVA DE LA SARGANTANA



CAVITAT OBERTA PER TOTS DOS COSTAT AL CAMÍ EMPEDRAT QUE PUJA CAP A LA MOLA.

CIM DE LA MOLA



CIM DE 1.103 m. D'ALTURA, (100 CIMS FEEC), PUNT DE MAJOR ELEVACIÓ DEL PARC NATURAL. AL SEU CIM TROBEM EL MONESTIR DE SANT LLORENÇ.

MONESTIR SANT LLORENÇ DEL MUNT



MONESTIR ROMÀNIC BENEDICTÍ DEL S. XI HABITAT ORIGINAL PER MONJOS PROVINENTS DEL DE SANT CUGAT DEL VALLÈS.

MEDI FÍSIC

SITUACIÓ:

El punt de partida és a l'aparcament situat al Coll d'Estenales, a la Carretera BV-1221, entre Terrassa i Talamanca, PK 14,7 aproximadament, al terme de Mura (Bages). Tota la ruta és a dins del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, assolint dos dels 100 Cims FEEC del Parc i creuant boscos frescos i ombrívols.



GEOLOGIA:

Les dues grans unitats que formen el massís han estat de sempre perfectament delimitades per la toponímia: Sant Llorenç del Munt i la Serra de l'Obac. La serra de l'Obac està situada entre les comarques del Vallès Occidental i el Bages, a la província de Barcelona (Catalunya, Espanya). Pertany a la part septentrional de la serralada Prelitoral catalana i forma una unitat geogràfica amb el massís veí de Sant Llorenç del Munt.

L'entorn geomorfològic de Sant Llorenç ha estat produït per la interacció dels agents geodinàmics externs sobre el conjunt de roques que formen el massís juntament amb les discontinuïtats existents: plans d'estratificació, diaclasis i falles. Aquest conjunt de discontinuïtats tallen tot el massís en forma vertical i horitzontal i deixen el conjunt rocós com si es tractés d'un apilament de paral·lelepípedes ben encastats entre si. La formació d'agulles està directament relacionada amb aquesta xarxa de discontinuïtats que representen plans més dèbils del conjunt rocós, la qual cosa fa que l'erosió progressiva arribi a individualitzar alguns dels blocs. Un altre aspecte molt interessant que es produeix a les roques conglomeràtiques constituïdes per còdols i ciment calcari, és la cristallització. Aquest conjunt es comporta com una gran massa calcària, de manera que l'aigua en penetrar per les fissures, dissol progressivament el ciment i engrandeix l'espai fins a formar veritables coves i avencs. En tot el massís s'han registrat més de 300 cavitats entre coves i avencs.

També es pot distingir un sistema de cavitats situat a les cotes altes, que correspon a la resta d'un paleocarsat, de la qual destacaríem antigues surgències, com el sistema de les Simanyes, els Òbits, la Cova de les Animes i d'altres.



CLIMA:

El massís de Sant Llorenç del Munt i Serra de l'Obac s'aïceca bruscament a la part septentrional del Vallès Occidental, i la humitat augmenta a la vall del riu Ripoll, a la part oriental de la muntanya. En el cim de la Mola, la precipitació no és inferior als 800 mm, mentre que a la Serra de l'Obac no supera els 700 mm. A la zona N del massís, Mura i especialment Sant Llorenç Savall, s'arriba també als 700 mm mentre que Terrassa i Sabadell, a la plana vallesana, només reben, respectivament, 508 i 603 mm de pluja.

Pel que fa a l'estacionalitat de les precipitacions, l'època més plujosa és la tardor, seguida de la primavera, i la més seca, l'estiu, per bé que exposada a tempestes locals estivals o bé originades per la forta condensació de les masses d'aire marítilm sobre l'aire sobrecalfat interior, al contacte del massís, que origina un fort ascens, fenomen que pot donar lloc a tempestes devastadores com la que s'esdevingué el 25 de setembre de 1962.

Per bé que al pla vallesà la temperatura mitjana anual és d'uns 15°, a la muntanya, les temperatures arriben a ésser extremes a l'hivern, a causa de l'altura. Pel que fa a la neu, té poca importància, tot i que hi neva algunes vegades, especialment al cim de la Mola, i que la neu es conserva bastants dies, principalment als obacs.

FAUNA i FLORA DE L'ENTORN

Al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac s'han censat uns 40 mamífers entre els que destaquen el porc senglar, la guineu, el gat mesquer, la fagina, i una important colònia de rats-penats a moltes de les coves existents. Les cingleres acullen poblacions de rapinyaires interessants com l'àliga perdiguera, i el falcó peregrí. El grup més important és dels ocells, amb la merla, el tudó, el gaig, el pit-roig i la mallerenga. També podem trobar serp verda, escurçons i salamandres. La vegetació característica del parc natural és l'alzinar. Per sobre dels 800 metres s'enriqueix amb espècies pròpies dels llocs humits com la moixera, el boix i el roure, mentre que en altituds inferiors es barreja amb pins i arbusts mediterranis, com el garric, el galzeran, el romaní, el bruc i l'arboç. La base del massís es troba ocupada per pinedes de pi blanc. Les zones més obagues és substituït sovint pel pi roig i la pinassa. A les canals més obagues apareixen clapes ocupades per avellaners.



PORC SENGLAR

Nom científic: *Sus scrofa*
Família: Suides

Descripció: Mamífer de gran tamany semblant al porc que fa 1-1'4 m de llarg i que pot arribar a pesar uns 100 kg. El cos està recobert de forts pèls marronosos, grisos i negres. Té el musell allargat amb 2 ullals grans i forts. Els senglars joves tenen el pelatge de color marró clar amb ratlles més clares.

Alimentació: Omnívor

Hàbitat: Viu als boscos i també es mou pels camps de conreu de tota Catalunya.



GAIG

Nom científic: *Garrulus glandarius*
Família: Còrvids

Descripció: És un ocell de mida mitjana, d'uns 30 o 35 cm de longitud i una envergadura d'uns 53 o 59 cm. Cresta de plomes curtes i blaves erèctil, llistat de blanc i negre, i amb un ample traç negre que va des del bec fins a l'extrem inferior de cada galta. És de color bru rosat, amb el carpó blanc i la cua negra.

Alimentació: Glans, ous, fruita i ocells, insectes i larves a la primavera i l'estiu, ocasionalment cuacs, ratolins.

Hàbitat: El gaig és un ocell visible durant la major part de l'any. Viu a zones boscoses, inclús de zones urbanes.



MOSTELA

Nom científic: *Mustela nivalis*
Família: Mustelidae

Descripció: Mamífer de cos i coll allargats, potes curtes i cua mitjanament llarga. El cos és recobert totalment per un pelatge curt de color bru clar per les parts dorsals i blanc per les ventrals, amb una línia de demarcació ben clara però sinuosa entre totes dues coloracions. Pes: de 45 a 180 g.

Alimentació: S'alimenta de petits mamífers, principalment rosegadors, ous i cries d'ocells, insectes i llangardaixos.

Hàbitat: Se la pot trobar en tota mena de boscos, màquies, garrigues, camps de conreu, prats, i maresmes.



GUINEU

Nom científic: *Vulpes vulpes*
Família: Cànids

Descripció: Mamífer que fa uns 80 cm de llarg amb una cua d'uns 40 cm. Té les orelles punxegudes i el musell allargat. Té el pèl de color marró rogenc, amb la panxa i la punta de la cua de color blanc. Les potes del davant tenen 5 dits i les del darrera només en tenen 4. Bona excavadora.

Alimentació: S'alimenta de conills, llebres, ratolins, rates, ocells, peixos, talps, insectes, ous i fruits.

Hàbitat: Viu a zones boscoses i en proximitat a nuclis urbans, per qualsevol zona de Catalunya



LLORER

Nom científic: *Daphne laureola*
Família: Timeliàcies

Descripció: Arbust perennifoli que fa de 40 cm a 1 m d'alçada. Les fulles es concentren a la part superior de les tiges. Les fulles són coriàcies, ovades estretes i glabres i mesuren de 3 a 12 cm de llarg. Floreix entre el febrer i el mes de maig. Les flors són verdoses amb la corol·la tubular, d'una sola peça. Fructifica: juny - juliol. Els fruits són negres quan són madurs.

Hàbitat: Creix als boscos de sòl calcari fins als 1.600 metres d'altitud.



MARXÍVOL

Nom científic: *Helleborus foetidus*
Família: Ranunculàcies

Descripció: És una planta herbàcia perenne i fètida que mesura fins a 80 cm d'alçada i té les fulles en roseta al capdamunt de la tija persistent. Les flors fan d'1-3 cm i són campanulades. Floreix a l'hivern de desembre a abril. Totes les parts de la planta són verinoses amb glucòsids. És una planta molt tòxica amb la qual antigament s'enverinaven les sagetes.

Hàbitat: Es troba en rouredes clares, alzinars i boxedes. Està molt estesa a tot el Parc Natural.



GALZERAN

Nom científic: *Ruscus aculeatus*
Família: Liliàcies

Descripció: Arbust de color verd que fa entre 30 i 80 cm d'alçada. Les fulles són molt petites (3-4 mm) i passen desapercbedes. En canvi es veuen molt bé les falses fulles que són tiges aplanades de forma oval acabades en punxa i que fan 2-3 cm de llarg. Hi ha exemplars mascles i femelles. Floreix durant els mesos d'agost i setembre

Hàbitat: Viu a la terra baixa, formant part del sotabosc de l'alzinar.



ESTEPA BLANCA

Nom científic: *Cistus albidus*
Família: Cistàcies

Descripció: Les fulles són perennes i de color verd grisenc (ja que estan cobertes per pèls blancs), la qual cosa li dona el nom albidus i la diferencia d'altres estepes. Les flors, grosses, són rosades i tenen els pètals lleugerament arrugats. Els fruits són una càpsula ovoide on es troben les llavors. Pot arribar a atènyer una alçada de 40-100 (150) cm.

Hàbitat: La planta creix als brolles i matollars que corresponen a la fase regressiva dels alzinars i altres boscos mediterranis.