

LA XARXA DE SENDERS ITINERANNIA

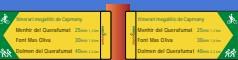
Itinerannia és una xarxa de senders de 2.500 kms entre les comarques del Ripollès, la Garrotxa i l'Alt Empordà.

Una xarxa de senders, és com un mapa de carreteres, però pedestre, que permet anar de qualsevol punt a qualsevol altre.

S'han recuperat antics camins històrics entre els pobles, per poder arribar a qualsevol petit indret. Aquesta xarxa permet fer múltiples excursions, en funció del temps que s'hi vulgui dedicar, el grau de dificultat, els interessos naturals, arquitectònics i culturals... Aquesta ruta que us proposem és només una mostra de tot el que podeu arribar a descobrir caminant per la xarxa Itinerannia, sigui al Ripollès, a la Garrotxa o a l'Alt Empordà!

LA SENYALITZACIÓ

Tots els senders que formen part de la xarxa Itinerannia estan marcats amb senyalització horitzontal (pintada en el camí) de color groc.



Les marques se situen, aproximadament cada 300 metres i es pinten amb pintura sobre escorces d'arbre, pedres o aprofitant algun altre suport que ja estigui implementat a la zona.

La senyalització vertical, es troba en els encreuaments de camins. Indica les 4 poblacions més properes en cada direcció, de la més propera a la menys propera i està indicat en temps (com a màxim a 6 hores). Si en les diferents banderoles d'un mateix pal hi apareix la mateixa població indicada diverses vegades, cal fixar-se en la indicació que hi ha just a sota. Si no hi ha cap indicació sota el topònim significa que es tracta del camí més curt per arribar a aquella població. Si apareix una indicació tipus: "Per...." significa que es tracta d'una alternativa més llarga per arribar al mateix indret.

Cada pal disposa d'una plaqueta que indica el topònim del lloc on està situat, l'altitud i les coordenades UTM.

Trobareu cartelleres informatives amb el mapa de la xarxa de senders de la comarca a cadascuna de les poblacions*.



+INFO:
www.itinerannia.net
www.altemporda.org
www.empordaturisme.com

Ajuntament de Capmany
Plaça del Fort, 1 - Tel. 972 549 017
www.capmany.cat



CAT

13

ALT EMPORDÀ

ITINERARI MEGALÍTIC DE CAPMANY



Baixa



3h 30'



13,5 km

Serveis tècnics CCAE

ITINERANNIA
XARXA DE SENDERS
Ripollès - Garrotxa - Alt Empordà

ITINERANNIA
XARXA DE SENDERS
Ripollès - Garrotxa - Alt Empordà



Costa Brava
Pirineu de Girona



Consell Comarcal
de l'Alt Empordà



ALT EMPORDÀ TURISME
CATALUNYA-COSTA BRAVA

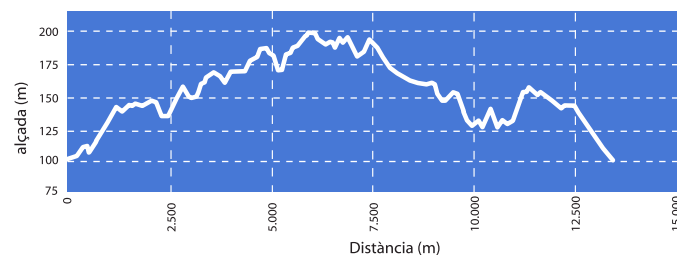




-  XARXA ITINERANÀNNIA
-  ITINERARI MEGALÍTIC
-  CARRETERA
-  RIU
-  SERVEIS TURÍSTICS
(Consultar web)
-  SENYALITZACIÓ VERTICAL
NUSOS DE LA XARXA

FITXA TÈCNICA

- Temps:** 3h. 30 min. (a peu)
- Distància en km:** 13,5 km
- Alçada màxima:** 200 m
- Alçada mínima:** 103 m
- Desnivell acumulat de pujada:** 269 m
- Desnivell acumulat de baixada:** 269 m
- Dificultat:** Baixa



LLISTAT DELS MONUMENTS MEGALÍTICS

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1. Pedra dels Sacrificis | 6. Menhir del Querafumat |
| 2. Menhir Vidal | 7. Dolmen del Querafumat II |
| 3. Pedra Dreta Comanera I | 8. Menhir del Querafumat II |
| 4. Pedra Dreta Comanera II | 9. Dolmen de la Verneda |
| 5. Dolmen del Mirgoler | 10. Pedra Oscil·lant |

Aquest és un itinerari que tan es pot fer a peu com en bicicleta, trobareu les fletxes verticals d'itinerànnia i al llarg del camí les marques de pintura groga.

El nostre itinerari comença a la plaça del Dolmen, direcció a la plaça Major i pujarem pel Carrer Major fins a Sant Sebastià, seguim pel carrer de Santa Llúcia i trobarem un pal alt amb banderoles **AE179** seguirem la direcció que ens indica l'itinerari de punta verda.

Seguim fins arribar al carrer Jonquera on trobem un altre banderola que ens indica direcció la paret de pedra. Veiem el mur de pedra i passats uns metres trobem una nova banderola, en aquest punt el camí segueix l'antic camí de la Jonquera, nosaltres hem de girar a l'esquerra tal com indica la fletxa verda per iniciar tot el recorregut megalític.

Seguim fins a trobar un nou indicador que ens indica que cap a la barraca i pedra granítica. Reculem de nou fins l'indicador i seguim ara, en direcció a la font del Coll de la Mata. Trobarem l'indicador per arribar-hi a la zona de Vinya Monera. Seguim la ruta cap a Mas Martí i continuem direcció a la Pedra del Sacrifici i a la Font del Capità, en aquest punt podem visitar els dos elements i tornant de nou a la ruta principal seguirem fins a trobar els monuments megalítics: Menhir Vidal i Pedra Dreta Comanera I i uns 500 metres més endavant trobarem la Pedra Dreta Comanera II.

Seguirem direcció al Dolmen del Mirgoler i al llarg d'aquest tram trobarem un nou indicador que ens dirigeix cap a la Barraca del Lladre, un element megalític que pertany al municipi d'Agullana, en aquest tram no hi ha marques grogues però hi podeu arribar amb facilitat.

Tornem de la barraca i seguim el camí cap al Dolmen del Mirgoler, després d'aquest dolmen, passarem per la zona de Serrat Alegre, durant un tram coincidim amb el camí de la xarxa que va direcció a la Jonquera que deixarem a l'encreuament de Serra Comanera II on seguim direcció al Menhir del Querafumat. El trobarem en el camí dels Estanys. En aquest punt si teniu temps disponible podríeu seguir l'itinerari megalític de la Jonquera (unes dues hores).

Prenem la direcció cap a la Font del Mas Oliva, des del Mas Oliva cap al Dolmen i Menhir del Querafumat II, anirem a la Font de la Verneda i al Dolmen de la Verneda, tornem enrere i ara seguirem pel camí de Cantallops direcció la pedra oscil·lant i continuarem baixant fins a tornar a entrar a Capmany pel carrer Alt girarem a l'esquerra i tornarem a trobar l'encreuament **AE179** al carrer Santa Llúcia que prendrem fins a tornar de nou a la plaça del dolmen.