

Bibliografia:

<http://www.sortirambnens.com/excursions/a-peu/1569-engorgat-de-la-fou.html>



Col·laboren:



Sortida organitzada pel grup de pares. Cadascú es responsabilitza dels qui porta en el desenvolupament de l'activitat, la forma física i les cobertures necessàries. Per prendre part en les activitats que poden incloure risc físic dels participants cal estar en possessió de la llicència federativa o assegurança temporal que cobreixi els accidents de muntanya i que es pot tramitar a la secretaria del CEM.

Per a més informació:

Centre Excursionista Montserrat

C/Vilanova, 24- 08240 Manresa. Tl 93.872.53.12. Horari: dilluns, dimarts i dijous de 18 a 21 hores.

Correus-e de contacte:

[muntanya@centreexcursionistamontserrat.cat](mailto:muntanya@centreexcursionistamontserrat.cat)

[rosamaria@centreopticdelbages.com](mailto:rosamaria@centreopticdelbages.com), Rosa Maria

Es prega confirmar assistència

## RECOMANACIONS

### Per portar

Calçat adequat per muntanya

Esmorzar.

Xiulet per a cada nen/nena

Aigua suficient .

Roba d'abric i/o impermeable (segons les previsions meteorològiques)

### Altres

Prismàtics

Càmera de fotos o vídeo

Farmaciola

Llicència Federativa



Paratge al costat de la Fou de Tous



Sortides en Família



La Fou de Tous (si hi ha pluja recent)

**L'ENGORJAT DE LA FOU**  
**(Sant Martí de Tous, Anoia)**  
**Diumenge, 17 de Febrer de 2013**

**Trobada:** 9:00 h. Entrada pral. de l'aparcament del Carrefour de Manresa (davant Bages Centre)

**Sortida:** 9:15 h. Arribada prevista al pàrquing cap a les 9:50 h. (48 km)

## COM ARRIBAR-HI

Des de Manresa agafarem la C-37 en direcció Igualada. Abans d'arribar-hi entrem a la A-2 per apropar-nos al nostre destí. Agafem la sortida 550 i anem en direcció a Santa Coloma de Queralt per la C-241.

De seguida ens trobarem el trencall a l'esquerra que ens portarà a Sant Martí de Tous (BV-2202). Aparcarem al costat del Castell.

## DADES DE LA SORTIDA

Dificultat: baixa

Durada: 4 h en total, parades no incloses.

Distància: 8 km. Aproximadament.

Desnivell: 100 metres.



Santuari de Sentfores

## DESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT

Un cop tenim els cotxes aparcats (452m), agafem el carrer Bisbe Morgades i seguim els senyals que indiquen l'ermita de la Mare de Déu de Sentfores pel camí pavimentat. Després de 800 m s'arriba a la riera de Tous, que cal travessar pel pont.

Un cop travessada, cal agafar el camí de can Vidal, a la dreta, cap al sud, i seguir-lo fins a un trencall (446 m, 1.7 km) que, per la dreta puja directament a l'ermita. Després d'uns 40 min s'arriba a l'ermita de la Mare de Déu de Sentfores (492 m, 2 km), on es pot fer una aturada per esmorzar.

Per continuar recuperem la pista on cal avançar uns 750 m fins que, passada la masia de cal Peretó a la dreta, es troba un trencall (504 m, 2.9 km) on s'agafa un nou camí a la dreta.

Al cap d'1 hora d'haver sortit, es troba un privilegiat mirador sobre Sentfores i Sant Martí de Tous (508 m, 3.3 km). S'entra al bosc de Gramenet, es puja suaument fins a la cota 530 m i, quan la pista baixa es pren un trencall a l'esquerra (519 m, 4km) que baixa suaument fins que, després d'una bona caminada trobem el trencall a la dreta que ens portarà a la Cova del Diable i a la Fou (424 m.). Si hi ha pluges recents podríem trobar un saltant de 20 m El paratge és espectacular i podrem aprofitar per dinar.

Quan recuperem el camí, ens portarà de nou a Sant Martí de Tous on finalitza l'excursió circular.

