

# Carenant entre la Vall de Camprodon i l'Alt Vallespir



**ACTIVITAT:** Mou-te amb família  
**TIPUS:** Calça't les botes  
**POBLACIÓ:** Espinavell (Molló)

## QUÈ HI TROBAREU:

Itinerari circular que permet conèixer dos petits pobles de muntanya del municipi de Molló: Espinavell i Fabert. El recorregut s'enfila d'Espinavell a Coll Pregon, careneja entre la Vall de Camprodon i l'Alt Vallespir, per baixar a Fabert des de Coll de les Basses de Puigsec. Finalment es retorna per un ombrívol i bonic camí antic, amb bones vistes sobre Espinavell.

## PER SI US HEM DE CONVÈNCER:

- Gaudir d'excel·lents vistes cap a l'imponent Costabona, les Esquerdes de Rojà i el gran Massís del Canigó.
- Apropar-se a la Torre medieval del Mir i transportar-se al seu passat medieval, quan controlava la frontera entre el comtat de Besalú i el del Vallespir.

## DE CARA ALS PETITS:

Edat recomanada: A partir de 8 anys  
Cotxet nens: No  
Temps estimat: 3h. (Itinerari circular)  
Època de l'any: Tot l'any (sempre i quan no hi hagi neu)

## SITUACIÓ:

Municipi: Espinavell (Molló)  
Punt d'inici: Església de la Mare de Déu de les Neus  
Coord. GPS: X: 450.640 / Y: 4.692.120 (inici de l'itinerari)  
Longitud: 10,75 km  
Desnivell: 450 m  
Senyalització: Marques grogues (Itinerànnia)

## ON ADREÇAR-SE:

Consorci Ripollès Desenvolupament  
c/ Joan Miró 2-4 Polígon els Pintors  
17500 -Ripoll  
info@itinerannia.net  
Telèfon: 972 704 499  
Cal fer reserva? No és necessari  
Pàgina web: [http://www.itinerannia.net/itineraris\\_ripolles.html](http://www.itinerannia.net/itineraris_ripolles.html)

## OBSERVACIONS I RECOMANACIONS:

Motxilla pels nens: Molt recomanable  
Aigua: No hi ha fonts.  
Protecció solar: Recomanat

És recomanable l'ús de bon calçat per caminar i roba adequada per activitats a l'aire lliure.



## RESPONSABILITAT, CONSELLS I RESPECTE PER L'ENTORN

### CONSELLS

1- Fes l'activitat en grup, mai sol, i deixa dit on vas. Compartiràs l'experiència amb els altres i no estaràs sol en cas de necessitat.  
2- Fes servir l'equip i el material adequat. La meteorologia pot canviar molt bruscament a la muntanya.  
3- Abans de sortir consulta les condicions meteorològiques i, per certes activitats, l'estat de la neu. No dubtis a deixar la teva sortida per un altre dia en què les condicions siguin més favorables.  
4- En cas d'emergència o d'accident avisa els serveis de rescat 112.  
5- En cas de manca de coneixements et pots posar en mans dels professionals de la muntanya: els guies de muntanya.

### RESPECTEM EL QUÈ ÉS DE TOTS

1- No originis situacions de perill d'incendi.  
2- No deixis deixalles al medi natural. Emporta-te-les i disposa-les als contenidors adequats a l'efecte.  
3- No arrenquis ni malmetis cap classe de vegetal o de mineral, respecta les flors i els bolets, i no distorbis cap animal.  
4- No pertorbis la tranquil·litat del lloc. Cal evitar d'utilitzar màquines o instruments que produeixin sorolls estranys a la natura que alterin o espantin els animals.  
5- No abandonis els camins i pistes ja fressades. Respecta la propietat, la intimitat de les masies i la seva gent.

### ADVERTÈNCIA

1- Aquests continguts han estat creats amb l'objectiu d'oferir als practicants una informació entenedora i precisa. Per aquest motiu els promotors i els creadors del portal web, no assumeixen la responsabilitat dels accidents derivats de l'ús d'aquesta informació i recomanen la pràctica d'aquestes activitats amb l'equip i material adequat.  
2- Els autors d'aquests continguts no es fan responsables de cap tipus d'incident derivat de la interpretació de les dades.