
























ITINERARI SALUDABLE 4 DE L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ

	KM TOTAL S	TEMP S	DESCRIPCIÓ
	0,000 km	0	Font Major. Baixant les escales es troba la font Major i un safareig en un conjunt recentment restaurat. Sortim pel carrer de la Font Major direcció a la sortida de la cova. Deixem a l'esquerra el carrer que ens porta a l'entrada de les Coves de l'Espluga.
	0,080 km	1 minut	Encreuament de carrers, sortida de la Cova. Girem a la dreta, just davant de l'accés de sortida de les Coves i pugem les escales.
	0,140 km	2 minuts	Escales, avinguda Catalunya. Girem a la dreta i pugem per la vorera de l'avinguda amunt sense desviar-nos fins arribar a la plaça de Montserrat Canals.
	0,620 km	6 minuts	Plaça de Montserrat Canals. Travessem la plaça per la vorera de la dreta en direcció al monestir de Poblet.
	0,890 km	8 minuts	Encreuament de carrers. Atenció és un encreuament molt transitat. Deixem l'Hostal del Senglar a la dreta i sortim de l'Espluga de Francolí pel vial de la dreta de la carretera de Poblet, que és més segur i menys transitat. Seguim tot recte, al llarg d'un quilòmetre, i passem per davant d'un conjunt de xalets fins a trobar la creu de terme (a l'esquerra), on comença el carril de vianants i de bicicletes.
	1,360 km	10 minuts	Camí de vianants i de bicicletes, i carretera T700. Continuem pel camí de vianants i de bicicletes seguint la carretera fins a Sant Bernat.
	2,130 km	14 minuts	Encreuament. Carretera T700 i camí a Milmanda. Sant Bernat. Arribem al final del carril de vianants i de bicicletes. Girem a la dreta i deixem la carretera. Avancem uns metres i arribem a un espai recreatiu on es troba el monument a Sant Bernat. Aquest monument va ser construït als anys 1950 per commemorar la tornada dels monjos al monestir de Poblet. Seguim pel camí que va a Milmanda fins al proper encreuament.
	2,300 km	15 minuts	Encreuament camí i voral vinya. Enllaç amb l'itinerari 1. Agafem el camí a l'esquerra que puja a un camp de vinyes. Atenció és un camí privat amb pas de tractors. Avancem en direcció al monestir de Poblet mentre voregem un camp de vinyes i gaudim d'una bonica panoràmica del monestir.
	2,810 km	18 minuts	Encreuament. Carretera T700 i camí de vianants i carril de bicicletes, itinerari 1. Atenció, en aquest punt travessem la carretera i girem a l'esquerra amb molta precaució. A la carretera hem de caminar sempre per l'esquerra. Avancem 100 m i trobarem el proper punt de desviament a la dreta.
	2,890 km	20 minuts	Encreuament. Camí i carretera T700, itinerari 1 i enllaç GR@175 i ruta groga (punt 12). Deixem l'asfalt i agafem el camí de la dreta.
	2,950 km	22 minuts	Bifurcació de camins. Itinerari 1. Deixem a l'esquerra el GR@175 que segueix el camí de la Bassada, i continuem pel mateix camí que ressegueix la muralla del monestir amunt entre camps de conreu i antigues masies.
	3,410 km	25 minuts	Encreuament de pistes. Itinerari 1. Seguim recte pel mateix camí. Deixem un camí a la dreta des d'on podem gaudir d'unes boniques vistes del monestir de Poblet amb el Paratge Natural de Poblet al fons.
	3,690 km	28 minuts	Encreuament. Carretera de l'Espluga de Francolí a les Masies, itinerari 1 i enllaç amb la ruta groga (punt 13). Girem a la dreta i seguim per la carretera amunt en direcció a les Masies. A l'esquerra, deixem la ruta groga que baixa a l'Espluga de Francolí.
	4,360 km	34 minuts	Alberg de l'Espluga de Francolí - Xanascot. Encreuament. Carretera de l'Espluga a Les Masies i camí de la Cometa. Itinerari 1 i enllaç amb el GR@175-2, GR@171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Deixem l'alberg a la dreta i girem a l'esquerra per un camí de terra, seguint el traçat de la variant de BTT de l'itinerari de La Ruta del Cister que segueix el GR@175-2 i el GR@171.
	4,590 km	36 minuts	Espai d'educació ambiental El Garber. Encreuament. Itinerari 1 i GR@175-2, GR@171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Seguim el camí de l'esquerra i deixem a la dreta l'accés a l'espai d'educació ambiental. El ferm del camí és argilós i amb alguna pedra solta. El paisatge és totalment agrícola, de secà.
	5,190 km	45 minuts	Encreuament. Camí de la Cometa, itinerari 1, GR@175-2, GR@171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Passem per davant del mas i seguim recte. El camí baixa suau.
	5,530 km	48 minuts	Encreuament de camins. Camí de la Cometa i camí de la Serreta. Itinerari 1, GR@175-2, GR@171, camí de Sant Jaume a Catalunya i enllaç amb la ruta lila (punt 14). Girem a l'esquerra i baixem cap a l'Espluga de Francolí. El ferm del camí que baixa esta cimentat i més endavant és de pedra solta.

	6,020 km	52 minuts	Encreuament de camins. Itinerari 1, GR®175-2, GR®171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Seguim recte per la pista principal cap a l'esquerra.
	6,152 km	56 minuts	Carrer de la Cometa, itinerari 1, GR®175-2, GR®171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Entrem al nucli urbà de l'Espluga de Francolí i seguim recte pel mateix carrer.
	6,310 km	59 minuts	Nucli urbà. Encreuament. Carrer de la Cometa i carretera de Poblet. Itinerari 1, GR®175-2, GR®171 i camí de Sant Jaume a Catalunya. Girem a l'esquerra i creuem pel pas de vianants. Seguim per la vorera de la dreta fins a la rotonda.
	6,360 km	1 h 1 minut	Rotonda (totes direccions), itinerari 1 i enllaç de l'itinerari de La Ruta del Cister GR®175. Girem a la dreta cap a la plaça de Montserrat Canals per la mateixa vorera.
	6,460 km	1 h 3 minuts	Plaça de Montserrat Canals, itinerari 1. Travessem la plaça i continuem en la mateixa direcció per l'avinguda de Catalunya. Deixem a la dreta l'itinerari de La Ruta del Cister GR®175 que s'endinsa dins el poble.
	6,650 km	1 h 5 minuts	Encreuament de carrers. Itinerari 4. Avancem uns metres i creuem a l'esquerra pel pas de vianants i seguim per l'avinguda de Catalunya per la vorera de l'esquerra direcció a les Coves i sortida del poble.
	7,020 km	1 h 9 minuts	Part superior de la Cova, escales. Itinerari 1. Arribem a les Coves i baixem per les escales que trobarem a l'esquerra, a la mateixa vorera. Passem per davant de la sortida de la visita a les Coves i girem a l'esquerra direcció a la Font Major.
	7,110 km	1h 10 minuts	Punt d'arribada. Font Major.

* Clasificació dels itineraris segons el mètode Sendif

Dificultat física



Dificultat tècnica Trams de terreny d'asfalt, de pedra solta, creuament de rius.



Edició 2021

www.concaturisme.cat | www.esplugaturisme.cat