

Ruta cicloturística Camí del Manol

Ruta cicloturística que uneix Lladó i Vilafant resseguint el curs del riu Manol, tot descobrint el patrimoni cultural i natural i el paisatge que l'aigua ha anat modelant al llarg dels segles.



 **Lladó, Navata, Vilanant, Avinyonet de Puigventós i Vilafant**  **Alt Empordà**

DISTÀNCIA TOTAL	19,8 km
DESNIVELL	+187 m / -333 m
TEMPS TOTAL	1,5 h
TIPUS DE RUTA	Lineal
DIFICULTAT (SENDIF)	Moderada
ÈPOCA DE L'ANY	Tot l'any
PUNT D'INICI	Aparcament de Lladó
ESTACIONAMENT	Gratuït

Sortim de la **plaça Major** de Lladó, davant del **monestir de Santa Maria**, i avancem cap a l'est pel **camí antic de Lladó**, una pista ampla i agradable ideal per rodar amb comoditat. El recorregut continua fins a la capella de **Sant Jaume dels Verders**, després de creuar dues vegades el **Manol**, i s'endinsa poc després al tranquil poble de **Taravaus**. Des d'allí resseguim la riba esquerra del riu, passant pels **estanyols de Mas Margall**, fins a tornar-lo a creuar per pujar a l'**ermita de Santa Eugènia**, punt de calma i bona vista. Ja arribant a Vilafant, travessem l'**antiga resclosa** i arribem a la font i a l'**alzina de Can Massanet**. El camí continua per la **gorga Blava** i les restes de Palol Sabaldòria, passa les vies del tren i entra a **Vilafant** a l'alçada del complex esportiu.

Curiositats de l'itinerari

La gastronomia és una porta d'entrada al paisatge, a la gent i als productes de la terra. A Lladó, la **fira anual del formatge** és una cita imprescindible: una oportunitat per tastar, aprendre i descobrir la identitat del territori a través dels seus sabors, dels artesans que els elaboren i de la cultura que els envolta, que converteixen la visita en una experiència tan gustosa com reveladora.

www.firadelformatge.com

Què cal saber?

La ruta travessa el riu Manol en diversos punts; si l'aigua baixa amb força, valoreu bé si es pot passar. Alguns trams tenen pendent i pedres relliscoses, per això cal avançar amb precaució i gaudir del recorregut parant atenció al terreny.



 Punts d'interès  Punt d'inici

Punts d'interès



Ruta cicloturística Camí del Manol



APARCAMENT DE LLADÓ

Situat al carrer de les Escoles, és molt proper a l'inici de la ruta i als principals punts d'interès. És un lloc ideal per començar a descobrir el poble de Lladó i orientar-se abans d'emprendre l'itinerari.



MONESTIR DE SANTA MARIA DE LLADÓ

Fundat al segle XI sota la regla de Sant Agustí, el monestir acollí un hospital per a peregrins i fou un centre rellevant. De l'església del segle XII en destaca la portalada romànica de sis arcs.



EL MANOL

Aquest riu mediterrani travessa, sota el coll de la Creu del Carig, el paisatge de transició entre l'Alta Garrotxa i la plana empordanesa, i avança serà fins a abocar les aigües a la Muga.



CAPELLA DE SANT JAUME DELS VERDERS (O DELS SOLERS)

Capella del segle XVIII que conserva restes del temple romànic del segle XII, visibles al sector oriental. A pocs metres, al nord-est, s'alcen les ruïnes del castell dels Moros, que recorden el passat d'aquest indret i bancs per gaudir de l'espai.



TARAVAUS

Petit nucli nascut al voltant de l'església de Sant Martí, documentada al segle XIV. El poble es configurà entre els segles XVII i XVIII, com ho indiquen les llindes de diverses cases de la població.



ERMITA DE SANTA EUGÈNIA

Aquesta ermita vora el riu Manol té un origen romànic que encara és reconeixible a l'absis. Reformada posteriorment, fou durant segles la parròquia rural d'aquest paisatge agrícola i un punt de pas de camins.



ANTIGA RESCLOSA

Malgrat els cabals irregulars dels rius mediterranis, les rescloses en canalitzaven l'aigua per moure molins fariners al llarg del seu curs, com el de Can Massanet, ja entrant a la població de Vilafant.



ALZINA DE LA FONT DE CAN MASSANET

Catalogada com a Arbre Monumental per la Generalitat de Catalunya, aquesta alzina guarda als seus peus la font de Can Massanet, un racó fresc i agradable al pas del camí, ideal per aturar-s'hi un moment.



GORGA BLAVA

En aquest tram, el Manol s'encaixa i dibuixa meandres que formen gorgues ombrívols i fresques, amagades sota la vegetació de ribera. Un petit mosaic d'aigua i de verd que acompanya el pas del caminant.



Carrer de Figueres.



Camí antic de Lladó.



Vista de Lladó.



Passera sobre el Manol.



Ruta cicloturística del camí del Manol.

La ruta està totalment senyalitzada amb les marques grogues horitzontals de la xarxa de camins **Itinerànnia**.

Més informació de l'itinerari:



www.itinerannia.net/ca/itineraris/ruta-cicloturistica-cami-del-manol

Decàleg de bones pràctiques

Per gaudir de les visites de manera
respectuosa amb la natura



1. Organitza la visita

Informa't sobre l'entorn, la previsió meteorològica i els accessos. Això et permetrà gaudir més de l'experiència i ajudar a preservar l'espai natural.



2. Aparca als espais habilitats

Així contribuïm, entre tots, a preservar els prats i els camins i a mantenir lliures els accessos a les cases i zones agrícoles.



3. No facis foc

Encendre foc està prohibit sense una autorització expressa i és especialment perillós fer-ho prop de zones de bosc a l'estiu. Respecta les normes de prevenció d'incendis.



4. Emporta't la brossa

La natura no té servei de neteja. Endú-te tot el que hagi portat i contribueix a mantenir l'entorn net i agradable per a tothom.



5. Gaudeix amb el teu gos, sempre amb corretja

D'aquesta manera, protegem la fauna salvatge i els ramats que pasturen.



6. Integra't amb l'entorn

Camina en silenci, observa amb respecte i viu una experiència més autèntica i enriquidora.



7. Cuida els rius i llacs

Són ecosistemes delicats i plens de vida. Gaudeix-ne des de la riba per ajudar a preservar-ne la biodiversitat.



8. Segueix els camins senyalitzats

Així protegeixes l'entorn i et moues amb seguretat. Caminar pels itineraris establerts és la millor manera de descobrir l'espai.



9. Descobreix els sabors locals

Comprar als pobles i tastar els productes de proximitat ens connecta amb la cultura i el territori.



10. Respecta l'entorn i les persones que hi viuen

Cases, camps, pastures i boscos formen part de la vida local. Passar-hi amb respecte enriqueix la teva visita i cuida la convivència. Recorda que cal deixar els filats elèctrics com els has trobat.