



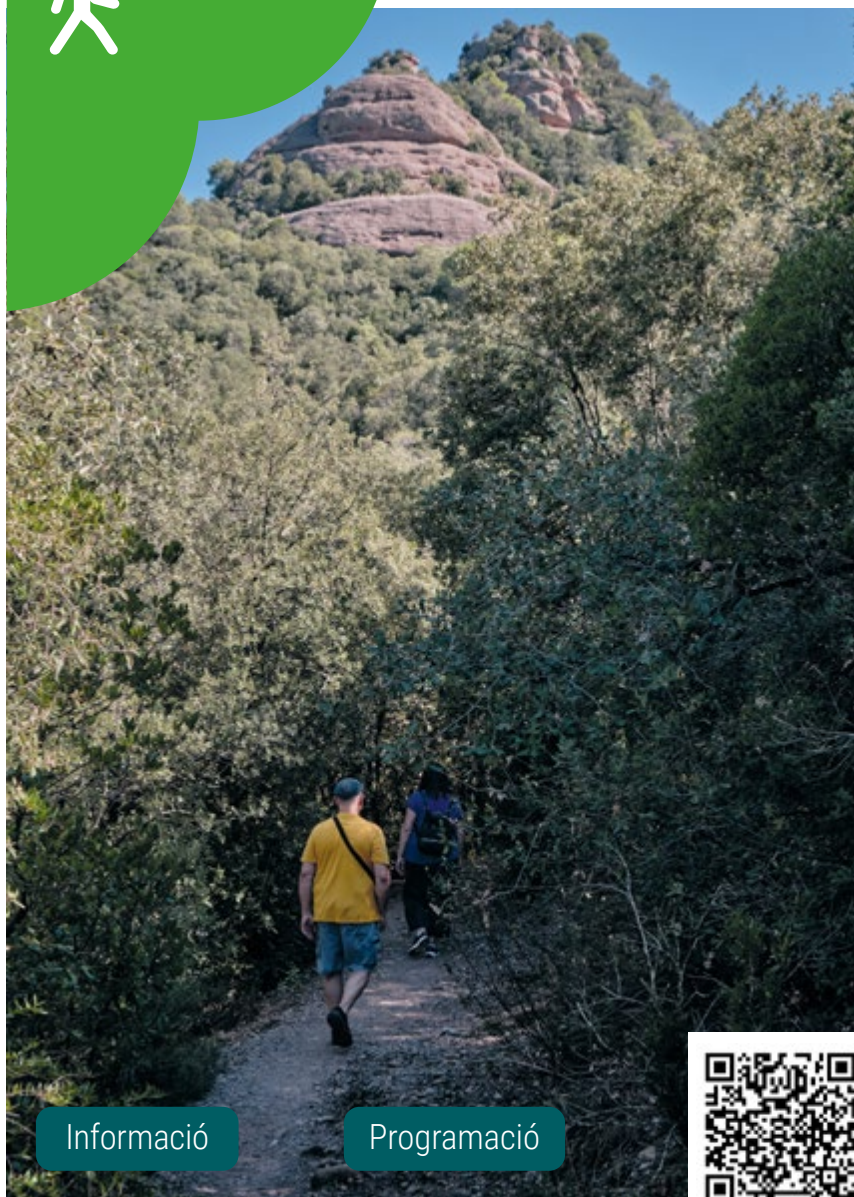
**Parc Natural
de Sant Llorenç
del Munt i l'Obac**

Passejades guiades



— 2026

Gaudiu del Parc
Natural amb una
nova mirada



Informació

Programació



© Oriol Clavera



Xarxa de
Parcs Naturals



Diputació
Barcelona

Itineraris per conèixer millor el parc

Us proposem un seguit d'itineraris guiats al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac que tenen com a objectiu ajudar a conèixer-ne millor el patrimoni natural i cultural i a gaudir de l'entorn. Aquest cicle de sortides es duu a terme en diferents indrets del Parc per tal d'oferir una visió àmplia de la diversitat del paisatge i del patrimoni.

Es tracta d'itineraris dirigits a un públic general i familiar, d'entre 2 i 4 hores de durada, guiats per un expert coneixedor del territori que ajudarà els participants a interpretar i comprendre els paisatges i a descobrir racons amagats del parc i dels seus municipis.

Gaudiu de la visita al parc, de la gastronomia i dels productes ecològics i de proximitat que ofereix el programa «Parc a taula» (parcs.diba.cat/web/parc-a-taula).

Les activitats assenyalades amb un asterisc (*) són recomanacions del **Geoparc Mundial UNESCO de la Catalunya Central**.



Informació general

Preu per sortida: adults, 4 euros; menors d'entre 6 i 16 anys, famílies nombroses i monoparentals, i persones de més de 65 anys, 3 euros; menors de 6 anys, gratuït. Les passejades que coincideixin amb la celebració del Dia Europeu dels Parcs seran gratuïtes.

Reserves: és imprescindible inscriure-s'hi prèviament per tenir garantida la participació. Els grups seran de vint persones com a màxim.

Informació i inscripcions: contacteu directament amb els organitzadors. En trobareu les dades a la fitxa de cada activitat.

Requisits: cal dur aigua i calçat i roba còmodes.

Més informació

Centre d'informació del Coll d'Estenalles

Tel. 938 317 300

p.santllorenc.estena@diba.cat

El parc ofereix el servei de Joëlette (cadira totterreny dotada d'una única roda), que permet la pràctica del senderisme a qualsevol persona amb discapacitat o amb mobilitat reduïda. Consulteu-ne la disponibilitat. Per a més informació sobre aquest servei de Joëlette, truqueu al telèfon 937 855 461 (feiners).



Programació anual



FEBRER

Diumenge 8 Història dels maquis



Diumenge 22 Les tines de la vall del Flequer



MARÇ

Diumenge 22 Passejada fotogràfica



ABRIL

Dissabte 11 Emboscada, una ruta pels sentits

[Ruta teatralitzada](#)



Diumenge 12 La vinya i el paisatge: història i transformació



Diumenge 26 Una masia entre roca i segles:
el Puig de la Balma



MAIG

Diumenge 3 Emboscada, un viatge pels sentits

[Ruta teatralitzada](#)



Diumenge 10 Ruïnes que parlen: el mas de la Serra Llarga



Diumenge 24 Sant Jaume de Vallhonestà, hostel i camí ral



JUNY

Dissabte 6 Emboscada, un viatge pels sentits

[Ruta teatralitzada](#)



Diumenge 7 Els forns de calç de Matadepera



Diumenge 21 El torrent del Reixac i el Cargol de Mura



Programació anual



SETEMBRE

Diumenge 13 La riera de Rellinars 


Dissabte 19 Emboscada, una ruta pels sentits
[Ruta teatralitzada](#) 

Diumenge 20 Un parc viu: coneguem els seus habitants 

Diumenge 27 Santa Creu de Palou 

OCTUBRE

Diumenge 11 Les tines de la vall del Flequer 


Dissabte 17 Emboscada, una ruta pels sentits
[Ruta teatralitzada](#) 

Diumenge 18 Històries i llegendes del bandolerisme 

Diumenge 25 Els Caus i les fonts de Mura 


NOVEMBRE

Diumenge 8 Fotografiem els colors de tardor 

Dissabte 14 Emboscada, una ruta pels sentits
[Ruta teatralitzada](#) 

Diumenge 22 La tardor al Parc Natural 

DESEMBRE

Diumenge 6 Ruïnes que parlen: el Mas Vell de l'Obac 

Diumenge 13 La toponímia, petjades de la història
del paisatge 



ALTRES ITINERARIS ACOMPANYATS

Itineraris per a tothom



Activitats culturals a la Pahissa del Marquet



Geoparc Mundial UNESCO de la Catalunya Central



Visita guiada a la cova de Mura



Castell de Vacarisses



Granera



Monistrol de Calders



Rocafort (el Pont de Vilomara i Rocafort)



Sant Vicenç de Castellet



Terrassa



Passejades integratives per millorar la salut



Tastet de natura i història a Sant Llorenç del Munt i l'Obac





8

Diumenge

Història dels maquis

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 4,3 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Centre d'informació de Rocafort](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Casa-saies és una masia deshabitada del municipi del Pont de Vilomara i Rocafort que es convertí en centre de suport logístic de la lluita antifranquista. Capitanejada pel maqui Marcel·lí Massana «Panxo», és coneguda per diferents històries de segrestos i trifulgues.





22

Diumenge

Les tines de la vall del Flequer*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 5,5 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Pàrquing de Can Oristrell, Pont de Vilomara i Rocafort](#)Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Descobreix unes construccions de pedra seca úniques: les tines a peu de vinya. Declarades Bé Cultural d'Interès Nacional, són un testimoni excepcional del patrimoni vinícola del segle XIX. Seguint el torrent del Flequer, observarem com les antigues feixes de vinya han deixat pas als boscos actuals.



© Pere Trapé



22

Diumenge

Passejada fotogràfica

Hora: 16.30 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 3 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Casa Nova de l'Obac](#)Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Acompanyats d'un apassionat de la fotografia, caminarem pels paisatges de la serra de l'Obac fotografiant elements emblemàtics com el mas de l'Obac Vell, el pou de glaç, la font de la Portella, el Turó Roig i la muntanya de Montserrat amb l'última claror del dia. Una sortida tranquil·la per practicar la mirada fotogràfica i descobrir el paisatge amb una nova perspectiva.

Equip recomanat: càmera fotogràfica.





12

Diumenge

La vinya i el paisatge: història i transformació

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 3 km

Públic: general

Lloc de trobada: Casa Nova de l'Obac

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Itinerari guiat pels voltants de la Casa Nova de l'Obac i l'Obac Vell, on descobrirem com la intervenció humana ha modelat el paisatge, especialment amb el conreu de la vinya, i com la família Ubach hi ha deixat la seva empremta al llarg del temps.



© Ricardo Gutiérrez



26

Diumenge

Una masia entre roca i segles: el Puig de la Balma*

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 4 h

Distància: 4,5 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Centre d'informació de Mura](#)Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Al Parc hi ha moltes masies amb història, però una de molt singular és la del Puig de la Bauma. Aquest recorregut es recomana especialment a totes les persones que encara no coneguin un dels indrets més bonics del massís.





10

Diumenge

Ruïnes que parlen: el mas de la Serra Llarga*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 5 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Casa Nova de l'Obac](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Aquest itinerari és una oportunitat per connectar amb un patrimoni poc visible i alhora molt valuós, que ens parla del passat rural i de la transformació del paisatge. Descobrirem els resultats de les excavacions recents per comprendre com vivien els antics habitants i com s'adaptaven a l'entorn aprofitant els recursos naturals.



© Xavi Font Segura



24

Diumenge

Sant Jaume de Vallhonestà, hostal i camí ral

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 4 h

Distància: 8 km

Públic: persones en bona forma física

Lloc de trobada: Ajuntament del Pont de Vilomara

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Ruta circular per conèixer aquest emblemàtic hostal del camí ral, on tants traginers i viatgers trobaven refugi i descans. Part de l'antic municipi de Vallhonestà, aquest hostal també va tenir un paper clau com a caserna i punt de defensa del territori. Us convidem a descobrir la història que s'amaga darrere de les seves ruïnes.





7

Diumenge

Els forns de calç de Matadepera*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 2 km

Públic: general

Lloc de trobada: Ajuntament de Matadepera

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

A principi del segle xx, la producció de calç com a material de construcció era una de les activitats econòmiques principals a Matadepera. El forn de calç fou la tecnologia que permetia obtenir la calç viva de la roca calcària. Descobrirem alguns forns d'aquest tipus i entendrem com funcionaven.



© CIMA



21

Diumenge

El torrent de Reixac i el Cargol de Mura*

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 4 h

Distància: 6,5 km

Públic: persones amb bona forma física

Lloc de trobada: [Centre d'informació de Mura](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Farem aquest itinerari pel torrent de Reixac, entre alzinars i flora de codines. Baixarem per una canal ombrívola en què podrem observar diferents comunitats vegetals. Finalment, trobarem una curiosa roca que rep el seu nom per la semblança amb un cargol.





13

Diumenge

La riera de Rellinars*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 6 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Punt d'informació de Rellinars](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

La riera és un dels elements naturals més característics del poble de Rellinars. En descobrirem la formació, els trams que van des de la serra de l'Obac fins al riu Llobregat, la dinàmica fluvial, els sediments, la biodiversitat que origina i les activitats econòmiques que acull.



© Bérénice Pellerin



20

Diumenge

Un parc viu: coneguem els seus habitants*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 4 km

Públic: general

Lloc de trobada: Casa Nova de l'Obac

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Itinerari guiat per descobrir la vida que dona forma al Parc Natural. Al llarg del recorregut observarem la varietat d'hàbitats i d'espècies que hi conviuen –des de les brolles i els boscos fins als espais rocosos– i entendrem com, tots junts, fan del Parc un autèntic mosaic de biodiversitat.



© Bérénice Pellerin



27

Diumenge

Santa Creu de Palou

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 6,5 km

Públic: general

Lloc de trobada: Ajuntament del Pont de Vilomara

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Des del poble del Pont de Vilomara fins a l'ermita de Santa Creu de Palou, antiga església romànica pertanyent al municipi de Mura, la ruta discorre majoritàriament per camins forestals sense gaire desnivell.





11

Diumenge

Les tines de la vall del Flequer*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 6 km

Públic: general

Lloc de trobada: pàrquing de Can Oristrell, Pont de Vilomara i Rocafort

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Descobreix unes construccions de pedra seca úniques: les tines a peu de vinya, declarades Bé Cultural d'Interès Nacional, un testimoni excepcional del patrimoni vinícola del segle XIX. Aquest itinerari circular d'uns 6 km segueix el torrent del Flequer, on les antigues feixes de vinya han deixat pas als boscos actuals.



© Pere Trapé



18

Diumenge

Històries i llegendes del bandolerisme

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 4 km

Públic: general

Punt de trobada: Casa Nova de l'Obac

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Itinerari guiat per un dels racons més bonics del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. Qui eren els bandolers i per què actuaven en aquest territori? Us convidem a descobrir la seva història.



© CIMA



25

Diumenge

Els Caus i les fonts de Mura*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

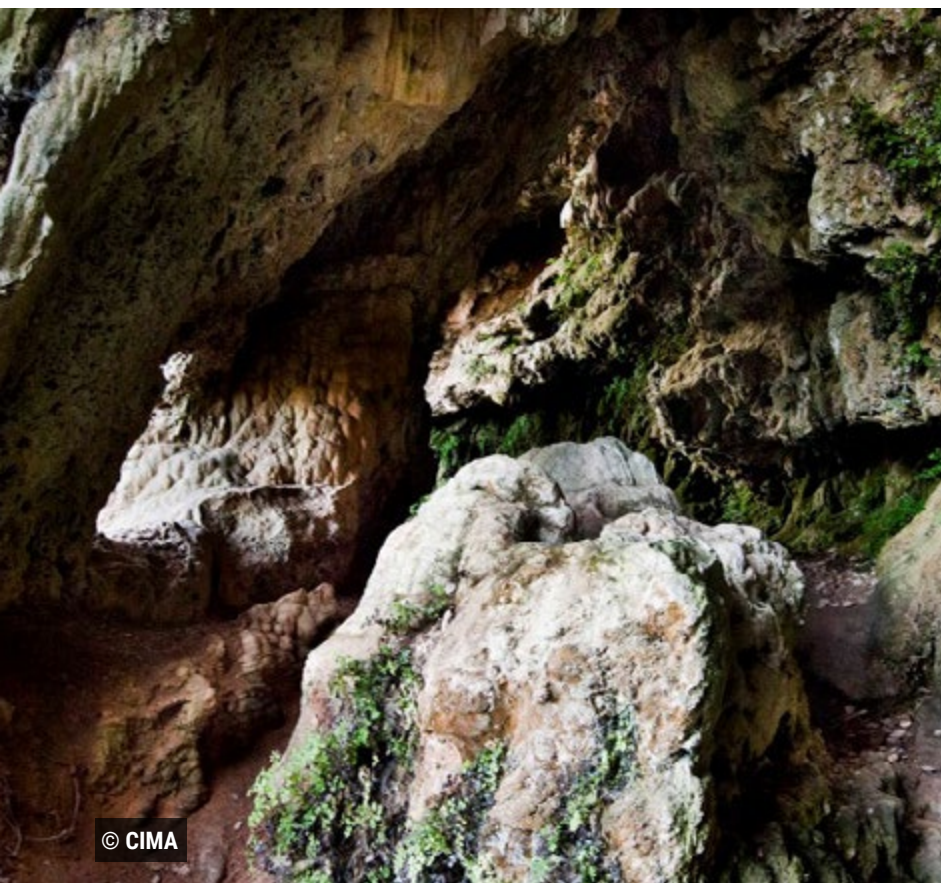
Distància: 3,5 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Centre d'informació de Mura](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Mura és conegut per les seves nombroses fonts i surgències. Una de les més curioses és la dels Caus. En aquest itinerari descobrirem com es formen aquestes surgències i per què n'hi ha tantes, i visitarem algunes de les moltes fonts que es troben en aquest terme municipal.





8

Diumenge

Fotografiem els colors de tardor

Hora: 16 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 3 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Casa Nova de l'Obac](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Acompanyats d'un apassionat de la fotografia, caminarem pels paisatges de tardor de la serra de l'Obac fotografiant elements emblemàtics com el mas de l'Obac Vell, el pou de glaç, la font de la Portella, el Turó Roig i la muntanya de Montserrat amb l'última claror del dia. Una sortida tranquil·la per practicar la mirada fotogràfica i descobrir el paisatge amb una nova perspectiva.

Equip recomanat: càmera fotogràfica.



© Ricardo Gutiérrez



22

Diumenge

La tardor al Parc Natural*

Hora: 10 h

Durada (aprox.): 3 h

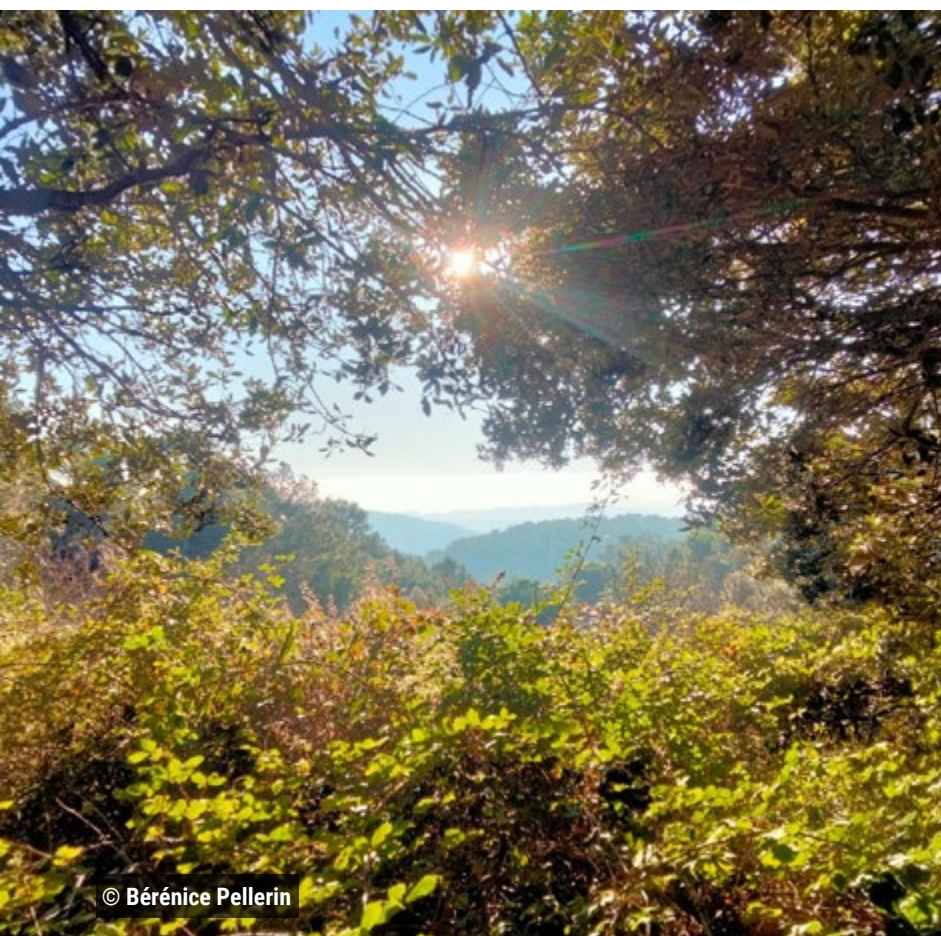
Distància: 4,5 km

Públic: general

Lloc de trobada: Centre d'informació de Mura

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

La tardor pot ser un festival de colors. Us convidem a descobrir un indret que permet admirar-ne les tonalitats canviants i passejar per un petit reducte de roureda. També coneixerem l'avenc de les Teixoneres.





6

Diumenge

Ruïnes que parlen: el Mas Vell de l'Obac

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 3 km

Públic: general

Lloc de trobada: [Casa Nova de l'Obac](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Darrere de cada pedra o fragment d'objecte oblidat s'amaga una història. Us convidem a descobrir les del Mas Vell de l'Obac i el seu conjunt d'edificis, a la llum de les darreres troballes arqueològiques. Coneixereu la història actualitzada d'una família emblemàtica del massís que hi va viure durant segles.





13

Diumenge

La toponímia, petjades de la història del paisatge*

Hora: 11 h

Durada (aprox.): 3 h

Distància: 5 km

Públic: general

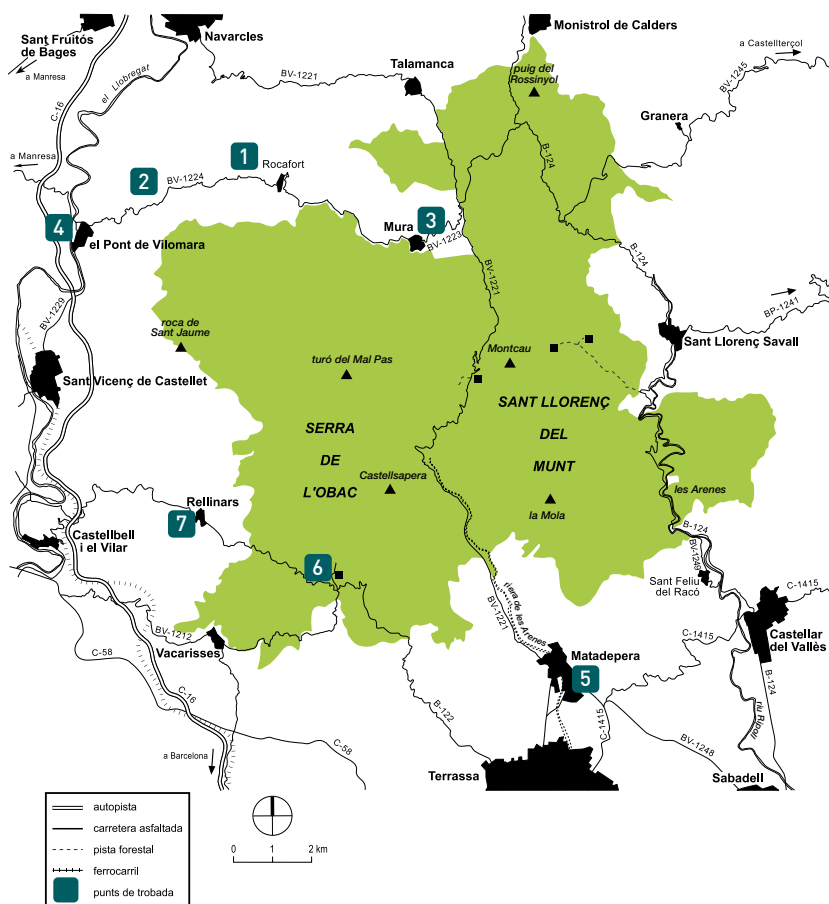
Lloc de trobada: [Casa Nova de l'Obac](#)

Informació i inscripcions: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL). Tel. 937 855 461, cima@cimaprojectes.com

Els noms dels llocs –els topònims– no són només etiquetes sobre un mapa: són testimonis del passat, pistes d'antigues activitats, de la natura, de la gent que hi vivia i del vincle profund entre el territori i els seus habitants. Durant aquesta sortida guiada, descobrirem com els noms ens poden ajudar a interpretar el paisatge i a sentir-nos més connectats amb l'entorn.



Punts de trobada



- 1 Centre d'informació de Rocafort
- 2 Pàrquing de Ca n'Oristrell, el Pont de Vilomara i Rocafort
- 3 Centre d'informació de Mura
- 4 Ajuntament del Pont de Vilomara i Rocafort
- 5 Ajuntament de Matadepera
- 6 Casa Nova de l'Obac
- 7 Punt d'informació de Rellinars



Emboscada, un viatge pels sentits

Dies: 11 d'abril, 3 de maig, 6 de juny, 19 de setembre, 17 d'octubre i 14 de novembre

Preu: gratuït, cal fer reserva

Horari: de 11.30 h

Durada: 1 h

Lloc de trobada: Casa Nova de l'Obac

Opcions:

- **Rutes sense intèrpret de signes:** prèvia demanda, préstec de material de suport a l'accessibilitat per facilitar la mobilitat durant l'itinerari.
- **Rutes amb intèrpret de signes:** disposen del servei d'Interpretació en llengua de signes catalana (LSC) i préstec de material de suport a l'accessibilitat per facilitar la mobilitat durant l'itinerari.

Informació i reserves: CIMA (Centre d'Interpretació del Medi Ambient, SL), 937 855 461; cima@cimaprojectes.com

Els espais naturals són el millor escenari per integrar natura, cultura i història mitjançant l'expressió artística i el llenguatge simbòlic del teatre. Aquest itinerari inclusiu va de la Casa Nova de l'Obac a l'Obac Vell. Hi intervenen dos actors i un educador ambiental. Es tracta d'una proposta d'integració amb l'entorn que desenvolupa els cinc sentits.

La participació és gratuïta, però cal fer-ne la reserva prèviament. Hi pot haver un intèrpret de llenguatge de signes i es pot prestar material adaptat per facilitar la mobilitat durant l'itinerari.



Altres itineraris acompanyats





Itineraris per a tothom

Informació i reserves: tel. 937 855 461 (feiners), 937 435 468 (dissabtes i festius), p.santllorenc.obac@diba.cat

En resposta a la diversitat funcional de la població, l'equipament de la Casa Nova de l'Obac ofereix un itinerari adaptat i diferents materials per fer accessible a tothom el Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. Entre aquest material destaca la Joëlette, una cadira totterreny, amb una sola roda, que permet que les persones amb mobilitat reduïda puguin fer senderisme en qualsevol entorn amb l'ajuda de dues o més persones acompanyants. La Joëlette es pot utilitzar seguint dos tipus de modalitats:

1. **Passejades**, de dificultat baixa, pels entorns de la Casa Nova de l'Obac. Si els acompanyants en són experts, la Joëlette es pot demanar en préstec.
2. **Itineraris**, de més dificultat, per altres entorns del parc natural. En aquest cas, cal assessorament de l'empresa gestora de la Casa Nova de l'Obac.





Activitats culturals a la Pahissa del Marquet

Punt de trobada: [la Pahissa del Marquet \(el Marquet de les Roques\)](#)

Horari i calendari: consulteu l'agenda del Parc

Preu: gratuït

Inscripcions: consulteu l'agenda del Parc.
<https://parcs.diba.cat/web/agenda/sant-llorenc-obac>

Informació: la Pahissa del Marquet.
Tel. 665 338 385 i 937 141 362, p.santlllorenc.pahiss@diba.cat

Activitats expositives, artístiques, literàries, musicals, formatives i lúdiques per a tots els públics. Veniu i deixeu-vos emportar per la creativitat dels artistes –i també per la vostra– en un entorn que us captivarà i de la figura literària de Joan Oliver, *Pere Quart*.

Podeu consultar les activitats que anem programant durant l'any a l'agenda dels parcs «Gaudim als Parcs»:

<https://parcs.diba.cat/web/agenda/sant-llorenc-obac>



© Ester Xargay



Geoparc Mundial UNESCO de la Catalunya Central

22 de febrer: Les tines de la vall del Flequer
26 d'abril: Una masia entre roca i segles: el Puig de la Balma
10 de maig: Ruïnes que parlen: el mas de la Serra Llarga
7 de juny: Els forns de calç de Matadepera
21 de juny: El torrent del Reixac i el Cargol de Mura
13 de setembre: La riera de Rellinars
20 de setembre: Un parc viu: coneguem els seus habitants
11 d'octubre: Les tines de la vall del Flequer
25 d'octubre: Els Caus i les fonts de Mura
22 de novembre: La tardor al Parc Natural
6 de desembre: Ruïnes que parlen: el mas de la Serra Llarga
13 de desembre: La toponímia, petjades de la història del paisatge

Informació i inscripcions: Geoparc Mundial UNESCO de la Catalunya Central. Tel. 936 930 395, www.geoparc.cat

El Geoparc Mundial UNESCO de la Catalunya Central és l'únic geoparc de Catalunya. El formen les comarques del Bages i part del Moianès, i el municipi de Collbató, pel seu especial patrimoni geològic i miner. A través del geoparc pots conèixer la història del nostre territori i els seus valors actuals, entendre el paisatge, gaudir de la gastronomia i visitar el patrimoni històric. Forma part de la Xarxa Europea de Geoparcs avalada per la UNESCO. El geoparc recomana uns itineraris d'aquest programa (vegeu la programació general) pel seu interès paisatgístic i geològic. Gaudeix de les activitats del geoparc i visita les coves del Toll, les coves del Salnitre, el Museu de Geologia Valentí Masachs, el Parc Natural de la Muntanya de Montserrat, el municipi de Súria, la muntanya de sal de Cardona, el poblat ibèric de Sallent, el Parc de la Séquia i molts més indrets a través de visites guiades. Demana el teu carnet de soci i gaudeix de descomptes!



Visita guiada a la cova de Mura

Punt de trobada: Centre d'informació de Mura

Calendari: tots els dissabtes i festius i alguns diumenges (consulteu l'agenda del Parc) des de l'abril fins al darrer diumenge de novembre (excepte juliol i agost)

Horari: 10.45 h - 14 h

Preu: adults, 6 euros; menors d'entre de 6 i 12 anys i majors de 65 anys, 4 euros. Cal inscripció prèvia.

Informació i inscripcions: p.santllorenc.cova@diba.cat

Visita a una de les cavitats subterrànies més interessants del parc natural, amb una longitud de 160 metres i sense cap dificultat. A les parets encara es poden observar força formacions d'estalagmites i estalactites, i, sobretot, les curioses cristal·litzacions plomoses d'aragonita, conegudes en el món científic com a *flos ferri*.

A la cova hi ha una fauna molt interessant. A l'hivern, els ratpenats s'hi aixopluguen per passar-hi els dies més freds. També hi ha un escarabat que només trobem en algunes coves i avencs dels massissos de Sant Llorenç i de Montserrat. Esperem que, amb una mica de sort, en pugueu veure! Per accedir a la cova cal fer una hora de pujada, durant la qual us explicarem el paisatge de què gaudim i la seva història: Mura i el seu passat pagès, la natura...



© Laia Miralta



Castell de Vacarisses

Punt de trobada: [Biblioteca El Castell](#)

Horari i calendari: últim dissabte de mes (excepte d'agost i desembre), a les 12 h

Preu: gratuït. No cal inscripció prèvia.

Informació: Biblioteca El Castell.

Tel. 938 281 114, b.vacarisses.ec@diba.cat

Els darrers dissabtes de mes, t'oferim una visita al castell de Vacarisses, un sorprenent edifici medieval al centre de la vila.





Granera

Punt de trobada: El Casal. Camí de la Clota, s/n

Horari i calendari: dissabtes i diumenges (la durada és diferent per a cada activitat)

Preu: gratuït. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: consulteu l'agenda del Parc.
<https://parcs.diba.cat/web/agenda/sant-llorenc-obac>

Informació: Punt d'informació de Granera.
Tel. 639 640 434 (per WhatsApp), p.santllorenc.graner@diba.cat

A Granera es proposen activitats a la natura i culturals cada cap de setmana.

Els dissabtes es fan les passejades per conèixer i reconstruir el patrimoni de la pedra seca: «Reconstruïm pedra seca a Granera» i «Descobrim pedra seca a Granera».

Els diumenges prenen protagonisme les plantes, les seves propietats i els seus usos a les «Passejades trementinaires per Granera».





Monistrol de Calders

Punt de trobada: Punt d'informació de Monistrol de Calders

Horari i calendari: primer i tercer dissabte de mes, d'11 h a 14 h

Preu: gratuït. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: consulteu l'agenda del Parc.

<https://parcs.diba.cat/web/agenda/sant-llorenc-obac>

Informació: Punt d'informació de Monistrol de Calders.

Tel. 676 994 356, p.santllorenc.monist@diba.cat

El primer dissabte de cada mes, us proposem la visita a un interessant llegat cultural: «Les escultures de Monistrol ens parlen».

La passejada «Aigua i natura de Monistrol de Calders» ens acosta al ric patrimoni cultural relacionat amb els usos de l'aigua i la seva riquesa biològica, cada tercer dissabte de mes.





Rocafort (el Pont de Vilomara i Rocafort)

Punt de trobada: Centre d'informació de Rocafort

Horari i calendari: segon i quart dissabte de mes, d'11 h a 14 h

Preu: gratuït. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: consulteu l'agenda del Parc.

<https://parcs.diba.cat/web/agenda/sant-llorenc-obac>

Informació: Centre d'informació de Rocafort.

Tel. 677 521 429 i 938 317 149, p.santllorenc.rocafo@diba.cat

Vine a conèixer la història del castell de Rocafort cada segon dissabte de mes amb l'activitat «Visita al castell de Rocafort». El quart dissabte de mes anem a Casa-saies, una masia que va ser un reducte de la resistència maqui i un dels centres de les seves actuacions en un entorn natural privilegiat.





Sant Vicenç de Castellet

Punt de trobada: s'ha de concretar, depèn de cada activitat

Horari i calendari: diumenges i altres dates a concretar; l'horari depèn de cada activitat

Preu: gratuït. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: cerqueu-ho a Entràpolis (www.entrapolis.com) pel nom de l'activitat o per Sant Vicenç de Castellet a partir del dilluns (0:00 h) anterior a cada activitat.

Informació: Punt d'informació Turística de Sant Vicenç de Castellet.
Tel. 936 930 611, p.santllorenc.santvi@diba.cat

El tercer diumenge de cada mes s'alternen dues activitats plenes de patrimoni, natura i bons paisatges: «Pedra i natura a Sant Pere de Vallhonestà» i «Natura, història i llegendes a Sant Jaume de Vallhonestà».





Terrassa

Punt de trobada: a concretar

Horari i calendari: vegeu-ho més avall

Preu: a concretar. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: www.visitaterrassa.cat/visites-guiades/

Informació: Oficina de Turisme de Terrassa.

Tel. 937 397 019, turisme@terrassa.cat, www.visitaterrassa.cat

Terrassa ofereix una gran diversitat de visites al seu ric patrimoni arquitectònic i cultural, i fins i tot us en proposa una de gastronòmica.

- «Tresors de la Terrassa medieval» (primer dissabte de mes).
- «Terrassa, essència modernista» (cada dijous).
- «Terrassa, un viatge en el temps» (primer diumenge de mes).
- «Lluís Muncunill, un modernisme d'alçada» (últim dissabte de mes).

A totes les activitats cal reserva prèvia i n'hi ha que són de pagament.

Possibilitat de fer visites amb audioguia, visites per a grups i més!





Passejades integratives per millorar la salut

Punt de trobada: a concretar en el moment de fer la inscripció

Horari i calendari: 14 de març, 11 d'abril, 9 de maig,
19 de setembre, 17 d'octubre i 14 de novembre, de 10 h a 13 h

Preu: adults, 4 euros; menors d'entre 6 i 12 anys i majors de 65 anys,
3 euros. Cal inscripció prèvia.

Inscripcions: hola@monatur.cat

Informació: tel. 620 099 499, hola@monatur.cat

A través d'aquests itineraris planers i fàcils, podrem gaudir dels beneficis de la natura per a la salut, tant física com mental. Es realitzaran en punts poc freqüentats del parc natural per establir una relació sana amb el medi ambient i ajudar a disminuir els nivells d'estrès i ansietat, alhora que es fomenta la conscienciació sobre la conservació. Caminades en què la natura i la salut van de bracet.





Tastet de natura i història a Sant Llorenç del Munt i l'Obac

Punt de trobada: Centre d'informació de Mura

Horari: de 10 h - 13 h

Preu: des de 6 euros. Cal inscripció prèvia.

Informació i inscripcions: GAIA-Guies.

gaiamoia.com/web/tour/parc-de-sant-llorenç/

Tel. 938 300 542 i 678 074 122, montseca@gaiamoia.com

Coneixerem les principals tècniques per observar la natura: ocells, rastres d'animals, fruits comestibles del bosc, plantes medicinals... Al llarg de la ruta, també observarem elements del patrimoni històric del parc: tines, barraques de vinya, masies construïdes en una balma, fonts, molins, camins ramaders, forns, coves... Amb aquests elements i l'ajuda dels nostres guies, descobrirem antics oficis i coneixerem la utilització que s'ha fet del riu i el bosc al llarg de la història.



© Montse Clapés

Endinsa't a viure la gastronomia i a conèixer
els productors que viuen i produeixen dins
de la Xarxa de Parcs Naturals

Experiències

Parc a taula



Consulteu l'oferta
d'experiències



Altres empreses de guies



Podeu fer altres itineraris acompanyats amb empreses que, a més de coneixedores dels valors naturals i culturals del parc natural, s'han compromès a dur a terme les seves activitats d'acord amb els principis de respecte i sostenibilitat amb el parc i el seu entorn que ha inspirat la Carta Europea de Turisme Sostenible.

3 Turons, història i patrimoni

722 753 858

tresturons@tresturons.cat

www.tresturons.cat

GAIA-Guies

938 300 542

gaia@gaiamoia.com

www.gaiamoia.com

Emocions, activitats en el medi natural

937 850 988 i 607 252 427

info@emocions.org

www.emocions.cat

CIMA Serveis educatius

937 855 461 [cima@](mailto:cima@cimaprojectes.com)

cimaprojectes.com

www.cimaprojectes.com

El Rossinyol Nou

661 165 995

info@rossinyolnou.cat



© Oriol Clavera



Oficina del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. La Mata

Ctra. de Terrassa a Navarcles (BV-1221), km 14,8
08278 Mura

Apartat de correus 71. 08230 Matadepera

Obert de dilluns a divendres, de 9 h a 14 h

938 318 350 | p.santllorenc@diba.cat

Casa Nova de l'Obac

Ctra. de Terrassa a Rellinars (B-122), km 9,8

08222 Terrassa

Informació i venda de publicacions. Exposicions permanents i temporals. Educació ambiental i itineraris guiats.

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 15 h; agost, tancat.

Visites concertades els feiners al telèfon 937 855 461, i els dissabtes i festius, al telèfon 937 435 468.

p.santllorenc.obac@diba.cat

Restaurant La Pastora: 937 435 472 i 609 703 734

Centre d'Informació de Mura

Plaça de l'Ajuntament, s/n. 08278 Mura

Informació i venda de publicacions. Exposició permanent i itineraris guiats.

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h; agost, tancat.

938 318 375 | p.santllorenc.mura@diba.cat

Centre d'Informació del Coll d'Estenalles

Ctra. de Terrassa a Navarcles (BV-1221), km 14,8

08278 Mura

Informació i venda de publicacions.

Obert cada dia, de 10 h a 15 h, excepte el 25 de desembre i l'1 de gener.

938 317 300 | p.santllorenc.estena@diba.cat



Centre d'Informació de Rocafort

Casal de Rocafort. Plaça Gran, s/n. 08254 El Pont de Vilomara i Rocafort

Informació i venda de publicacions. Educació ambiental i itineraris guiats.

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h; agost, tancat.

677 521 429 i 938 317 149 | p.santllorenc.rocafo@diba.cat

La Pahissa del Marquet

Vall d'Horta. 08212 Sant Llorenç Savall

Obert dissabtes, de 10 h a 14 h i de 16 h a 20 h; diumenges, de 10 h a 14 h. Tancat l'agost, entre Nadal i Cap d'Any, i els festius entre setmana.

Tel. 665 338 385 i 937 141 362 |

p.santllorenc.pahiss@diba.cat

Oficina de Turisme de Terrassa. Masia Freixa

Plaça de Josep Freixa i Argemí, 11

Obert de dimarts a diumenge, i festius. Consulteu l'horari a visitaterrassa.cat/oficina-de-turisme/

937 397 019 | turisme@terrassa.cat

Punt d'Informació de Granera

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h; juliol i agost, tancat.

628 175 685 | p.santllorenc.graner@diba.cat

Punt d'Informació de Monistrol de Calders

Plaça de la Pedrera, s/n. 08275 Monistrol de Calders

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h; agost, tancat.

Tel. 676 994 356 | p.santllorenc.monist@diba.cat



Punt d'Informació de Rellinars

Plaça de l'Ajuntament, s/n. 08229 Rellinars

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h;
agost, tancat.

667 993 100 | p.santllorenc.rellin@diba.cat

Punt d'Informació de Sant Llorenç Savall

C/ Sant Feliu, 2. 08212 Sant Llorenç Savall

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h;
agost, tancat.

937 140 018 | santllorenc.savall@diba.cat

Punt d'Informació de Sant Vicenç de Castellet

Plaça Generalitat, s/n

08295 Sant Vicenç de Castellet

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h;
agost, tancat.

936 930 611 | p.santllorenc.santvi@diba.cat

Punt d'Informació de Talamanca

Plaça del Raval, s/n. 08279 Talamanca

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h;
agost, tancat.

937 434 373 | p.santllorenc.pital@diba.cat

Punt d'Informació de Vacarisses

Biblioteca El Castell. C/ Major, 3. 08233 Vacarisses

Obert dissabtes, diumenges i festius, de 10 h a 14 h;
agost, tancat.

938 359 348 | p.santllorenc.vacari@diba.cat



© Oriol Clavera



Més passejades a la Xarxa de Parcs Naturals



Opineu sobre els parcs



Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona

Parc del Castell de Montesquiu, Espai Natural de les Guilleries-Savassona, Parc Natural del Montseny, Sant Miquel del Fai, Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, Parc del Montnegre i el Corredor, Parc de la Serralada Litoral, Parc de la Serralada de Marina, Parc Fluvial del Besòs, Parc Natural de la Serra de Collserola, Parc del Garraf, Parc d'Olèrdola i Parc del Foix.



Gerència de Serveis d'Espais Naturals Àrea d'Espais Naturals i Infraestructura Verda

Comte d'Urgell, 187. 08036 Barcelona

Tel. 934 022 428

xarxaparc@diba.cat · parcs.diba.cat