



**>> [Inscriu-te a través d'aquest formulari CLICA AQUÍ](#)**

(si trobas alguna dificultat envia un correu [pensionistes.serveis@ccoo.cat](mailto:pensionistes.serveis@ccoo.cat)  
TANCAREM pre-inscripcions el dilluns 12 i el dimarts 13 CONFIRMAREM INSCRIPCIONS.

**Hora de trobada: A les 7,30 al lloc habitual, a la sortida de l'estació de tren de Sant Andreu Arenal, darrera de l'estació d'autobusos de Fabra i Puig, metro Fabra i Puig.**

L'excursió comença a l'aparcament que hi ha a l'entrada de Cànoves i Samalús després de passar per la Font del Frare, on hi ha una imatge de La verge de Lourdes, continuarem per la Riera de Cànoves que travessarem per 13 ponts o passeres, veurem també les restes del Castell de Cànoves del que només i resta una paret.

Arribarem a l'Embassament de Vallforners i després de tornar a l'aparcament ens dirigirem a la Font del Capellà per començar la tornada a Cànoves passant per les Masies de Can Rech i Can Domenech (any 1702) arribarem als restaurant on dinarem.

**Distància: 11 km**

**Desnivell positiu: 300 m**

**Dificultat: Moderada**

**Temps: 4:30 h**

**Cal portar esmorzar i com sempre cal anar amb el material adequat: calçat, pals, motxilla, capelina, aigua, gorra...**

**El preu de l'autocar i el dinar és de 35 euros (afiliats) i 40 (no afiliats). Recordeu que s'ha de portar en efectiu. El dinar serà en un restaurant de Cànoves i Samalús.**



**07 de desembre de 2022  
Grup d'activitats PJ de Serveis**



**federació de serveis de CCOO Catalunya**  
Àrea de pensionistes, jubilats i pre-jubilats  
Via Laietana, 16, 2a planta - 08003 Barcelona  
[pensionistes.serveis@ccoo.cat](mailto:pensionistes.serveis@ccoo.cat)  
[www.ccoo-serveis.cat](http://www.ccoo-serveis.cat)