



Caminades conscients

-Camí dels Bons Homes-





Gósol és un petit poble de muntanya, envoltat de muntanyes, boscos i tota una zona més propera de camps de conreu i pastures. Actualment el nucli habitat està situat al peu del **Tossal de Gósol**, elevació que acull encara les restes del primer nucli habitat emmurallat i coronat pel **castell i l'església de Santa Maria**.

Itinerari paisatgísticament agraït, tot acostant-se fins al llogarret de **Sorribes**, creuant la zona planera de conreu i acabar enfilant-se en aquest Tossal, que permet retrocedir en el temps, i gaudir d'unes esplèndides vistes de tota la vall i el majestuós i emblemàtic Pedraforca.

DETALLS DE L'ITINERARI

Número de ruta: 4

Població: Gósol

Zona: Gósol i Sorribes

Etapa camí dels Bons Homes: Etapa 1. Queralt – Gósol / Etapa 2. Gósol - Bagà

Punt d'inici i final de la ruta: [Plaça Major de Gósol](#)

Aparcament: [Pàrquing a l'entrada de Gósol](#)

Distància: 6.3 Km

Desnivell positiu: 205 m

Altitud màxima: 1.480 m

Altitud mínima: 1.356 m

Temps aproximat: 2 hores

Nivell de dificultat: Molt fàcil

Senyalització: Alterna GR 107, Xarxa de Camins del Berguedà (marca groga), un petit tram sense marcatge i un tram amb fites de pedres

Cartografia:

- 45-Parc Natural del Cadí-Moixeró W. 1:25.000. Institut Cartogràfic i Geològic de Catalunya
- Serra del Cadí - Pedraforca 1:25.000. Ed. Alpina
- Massís del Pedraforca 1:15.000. Monteditorial

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



ENLLAÇOS I DESCÀRREGUES:

- Enllaç al [Catàleg Caminades Conscients en el Camí dels Bons Homes \(ANDROID\)](#)
- Enllaç al [Catàleg Caminades Conscients en el Camí dels Bons Homes \(APPLE\)](#)
- Descarrega't el [TRACK de l'itinerari 4](#)
- Enllaç al [Wikiloc de l'itinerari 4](#)
- Descarrega't tots els àudios de l'[AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 1 Benvinguda de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 2 Llum de Vida, de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 3 Connectant amb la Terra de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 4 Meditació de la Muntanya de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 5 El què ens porta l'aire de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 6 DEixar-te mirar de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 7 Obrint el cor de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)
- Descarrega't [l'Àudio 8 Anem acabant el viatge de l'AUDIOGUIA de les Pràctiques Meditatives](#)

Si algun enllaç no et funciona, pots accedir a tot el material des de l'apartat Caminades Conscients de la pàgina la WEB del [Camí dels Bons Homes](#) i descobrir-hi també altres Caminades Conscients i molt més.



PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



PAS A PAS

- Seguir les marques del GR 107 i PR-C 127 - 

0 km (1.427 m). Plaça Major de Gósol.

Seguir la carretera de Berga cap al sud, passant per davant de **l'església de Santa Maria** fins la **Font de Gósol** i la rotonda del Segador, d'entrada al poble.

0,3 km (1.418 m), 5 min. Font de Gósol.

Bifurcació de camins. Seguir cap a la sortida del poble, passant per davant de l'hostal cal Fransicó : *direcció Sorribes*. I tot seguit continuar per la pista engravadada, que surt del poble paral·lela a la carretera B-400, pel marge inferior d'aquesta

- Seguir les marques del PR-C 127 - 

1,4 km (1.439 m), 21 min. Coll del Cap de la Creu. Coll ampli amb grans vistes.

Bifurcació de camins. Continuar per la pista a la dreta per acostar-se al **Mirador del Coll del cap de la Creu**, visible ja des d'aquesta cruïlla.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR

EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



BENVINGUDA



LLUM DE VIDA

Tot seguit retornar en aquesta bifurcació per seguir el camí de l'esquerra fins a la propera bifurcació de camins amb senyal vertical a pocs metres.

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



1,6 km (1.418 m), 28 min. Bifurcació de camins. Continuar pel camí de l'esquerra que ben aviat es converteix en corriol : *direcció coll de Jou*. Sembla que porti a la carretera però no, és un corriolet que va per sota d'aquesta.

Pocs metre abans d'arribar al trencall de Sorribes sí que s'ajunta amb la carretera, seguir-la a la dreta pel seu ampli marge esquerra

2,4 km (1.403 m), 43 min. Bifurcació de camins. Trencall del llogarret de Sorribes, seguir la posta asfaltada que baixa al llogarret de Sorribes : *direcció Sorribes*

- *Seguir les marques del GR 107* - 

2,7 km (1.371 m), 53 min. Bifurcació de camins. Enllaç amb el GR 107. Primer la proposta és seguir-lo carrer avall per indagar una mica en aquest petit nucli, almenys fins la placeta que acull **l'església de Sant Francesc i la Font de Sorribes.**

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR

EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



MEDITACIÓ DE LA MUNTANYA

Un cop visitat l'indret, retornar en aquesta cruïlla de camins, i seguir les marques del GR 107, ara pel camí que marxa pel costat de **l'abeurador i safareig** restaurat els últims temps : *direcció Gósol pel camí ral de Guardiola a Gósol.*

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



El camí va resseguint els vorals dels camps de pastura, enfilant-se progressivament fins arribar de nou a la Bifurcació de camins de prop del Mirador del Coll del cap de la Creu.

- Seguir les marques del GR 107 i PR-C 127 - 

3,6 km (1.388 m), 1h 3 min. Bosquet de Sorribes. Bosquet obert de pi roig arran de conreus i zones de pastura.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



**CONNECTANT
AMB LA TERRA**



**EL QUÈ ENS
PORTA L'AIRE**



**DEIXAR-TE
MIRAR**

3,9 km (1.437 m), 1h 12 min. Bifurcació de camins. Retornats en aquesta cruïlla de camins senyalitzats de prop del Mirador, caldrà desfer el camí fins l'entrada de Gósol. Per tant aquí seguir el camí de l'esquerra : *direcció Gósol.*

En pocs metres, seguir la pista engravada a la dreta, (tenint la opció abans de fer una nova parada al Mirador).

La perspectiva del camí ara, és completament diferent, ara la vista es centra amb el nucli de Gósol, coronat en el Tossal que el resguarda, per les runes de l'antic castell que la proposta és visitar.

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



- Seguir les marques de la Xarxa de Camins del Berguedà -

5 km (1.415 m), 1h 27 min. Bifurcació de camins. Un cop passat de nou l'hostal cal Franciscó, seguir per la pista asfaltada a l'esquerra : *direcció Torrentsenta (cartell de carretera)*

- (Sense marcatge) -

5,2 km (1.403 m), 1h 29 min. Bifurcació de camins. El camí marcat baixa cap al Molí, però la proposta és continuar per la pista asfaltada que circumvalida el Tossal que acull el castell.

- Seguir les fites -

5,4 km (1.397 m), 1 h 32 min. Bifurcació de camins. Seguir el corriol que s'enfila a la dreta, Tossal amunt, entre les terrasses antigament cultivades. Les boniques vistes durant tota la pujada, la fan molt més amena.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



**EL QUÈ ENS
PORTA L'AIRE**

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



- (Sense marcatge) -

5,8 km (1.474 m), 1 h 44 min. **Santa Maria del Castell.** Restes de l'església construïda el s. XI dins el recinte fortificat del Castell de Gósol, que acollia un nucli poblat. Es pot pujar al campanar de la torre des d'on es veuen unes espectaculars vistes de l'entorn.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR

EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



MEDITACIÓ DE LA MUNTANYA

Es pot accedir al punt més alt del **Tossal de Gósol** on gaudir d'un espai tranquil i vagar per les restes de diferents edificacions.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR

EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



LLUM DE VIDA



CONNECTANT AMB LA TERRA



OBRINT EL COR

Tot seguit es proposa descendir pel camí principal orientat a l'est, cap a l'actual nucli de població.

PAS A PAS

Sorribes i el Castell de Gósol



6 km (1.469 m), 1 h 51 min. Mirador del Castell. Un mirador que ofereix grans vistes.

PRÀCTIQUES MEDITATIVES MÉS ADEQUADES PER REALITZAR

EN AQUEST PUNT:

(Clica el punt de la pràctica que vulguis per enllaçar a l'àudio de l'Spotify)



ANEM ACABANT EL VIATGE

Tot seguit es troba **l'ermita del Roser**, que es conserva en bon estat, i també té davant un mirador per continuar gaudint del privilegiat indret.

Continuar pel carrer a partir d'aquí ja pavimentat, d'accés al poble.

A mig carrer, s'hi troba un raconet acollidor amb la **Font de cal Pipa**, ideal per fer un últim descans abans d'accedir a la Plaça de Gósol,

6,3 km (1.427 m), 2 h 8 min. Plaça de Gósol. Punt final de la ruta

POSSIBLES VARIANTS

- Per escurçar, anar fins el Mirador del coll del Cap de la Creu i tornar sense arribar-se a Sorribes.
- Per escurçar, fer només la petita circular per accedir al Castell de Gósol, sense anar ni al Mirador ni a Sorribes.