

Frases del día

«Nunca se me ocurrió que «La ridícula idea» pudiera ser teatro»
Rosa Montero
Escritora

«Mi sentimiento personal es que el mal no existe y es algo que asignamos a nuestra falta de empatía. Si vemos lo que pasaba con los nazis, vemos que era una falta de empatía colectiva. Eso es el mal»
Craig Russell
Escritor

Cultura & Vida**Ocio****Previsión del tiempo**

HOY

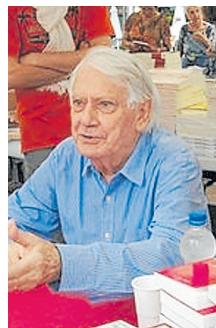


MAÑANA

Máx.		Mín.	Máx.		Mín.
23º		17º	25º		16º

Efemérides**1996****Jorge Semprún**

El escritor español Jorge Semprún es elegido miembro de la Academia Goncourt, lo que le convierte en el primer extranjero en ingresar en esa institución gala.

**Excursiones sostenibles**

Rutas. Montserrat Puig sugiere otra manera de mirar el territorio y también de recorrerlo, dejando el vehículo aparcado y moviéndose en transporte público

GLORIA AZNAR
TARRAGONA

Descubrir nuevas rutas, *perderse* de forma segura por entre las montañas de la demarcación, disfrutar de los saltos de agua en verano, llegar a pequeños pueblos y charlar con sus gentes... Todas las excursiones son sostenibles, pero lo son más si se deja el vehículo particular aparcado en casa para desplazarse con transporte público, ya sea este ferrocarril o autobús.

Esta es la sugerencia de Montserrat Puig Martí, en su nueva guía *20 excursions a peu pel voltant del Camp de Tarragona. En transport públic* (Cossetània Edicions. Col·lecció Azimut). Como el título indica, «son veinte itinerarios que recorren seis comarcas con la particularidad de que empiezan en un punto, al que se accede en transporte público y se hace la ru-

ta en forma de travesía porque se acaba en otro punto donde también espera un medio de transporte», explica Montserrat. Sin embargo, si en algo se caracteriza ese tren o ese autobús es que no espera, por lo que el tiempo es uno de los factores a tener en cuenta en todos y cada uno de los recorridos propuestos.

«El tiempo reflejado en la guía no contempla las paradas. Es el tiempo real durante el que se está caminando», revela esta profesora de educación física residente en El Vendrell. En este sentido, incide en que a excepción de las que se mueven entre las 2h30' o las 3h45', el resto «te vas a jornadas de todo un día porque realmente si te paras a beber agua oquieres perder un rato contemplando la ermita que tienes delante, se deben sumar los minutos y tenerlos en cuenta porque al final tienes un medio de transporte con unos

horarios». Sendas hay para todos los gustos. Desde la más corta de 12'5 kilómetros a la más larga de 26'7. Y en cuanto al terreno ocurre otro tanto. «Hay un poco de todo y cada uno debe ser consciente de su condición física».

Así, Montserrat cuenta que «algunas son para un público más familiar, con menos desnivel o distancia para ir a disfrutar. Pero también están las de mayor exigencia, como la que va de Marçà a Capçanes con un desnivel de 1.686 metros». Sin embargo, se trata de travesías mayoritariamente largas. ¿Por qué? «Porque tienes que llegar a un pueblo donde haya transporte público. Es un condicionante».

En este sentido, Montserrat aclara que «hay itinerarios que me hubiera gustado incluir pero no lo hice a causa de la poca frecuencia de servicio, algunos con un único día a la semana y ni siquiera en

**La vida del papel.**

Montserrat: «Tienes una editorial - Cossetània Edicions-, que continúa apostando por el papel y por el producto local y esto es muy importante.

2



3 1. Celler modernista de Nulles.

FOTO: DT

2. Faro de Torredembarra.

FOTO: MONTserrat

PUIG

3. El Roc de Sant Gaietà.

FOTO: PERE FERRÉ



LOS ITINERARIOS

RUTAS	Distancia (km)	Tiempo (horas)	Transporte (Tren/autobús)	Dificultad
ALT CAMP				
1. Bràfim - Salomó	13,4	2h 55'	Lunes a sábado	1
2. Cabra del Camp - Santes Creus	20,3	3h55'	Lunes a viernes	2
3. El Pont d'Armentera - Sarral	24,0	5h10'	Lunes a viernes	3
4. Valls - Nulles	17	3h20'	Lunes a domingo	1
BAIX CAMP				
5. Alforja - Botarell	19,5	4h15'	Lunes a domingo	3
6. Duesaigües - Mont-roig del Camp	16,8	4h	Lunes a domingo	2
7. Montbltrió - Cambrils	14	2h45'	Lunes a domingo	1
8. Vandellòs - L'Hospitalet de l'Infant	16	3h35'	Lunes a sábado	2
9. Vilaplana - La Selva del Camp	18,2	4h55'	Lunes a sábado	2
BAIX PENEDES				
10. L'Arboc - El Vendrell	12,5	2h25'	Lunes a domingo	1
11. La Joncosa del Montmell - Llorenç del P.	23,2	5h20'	Lunes a sábado	4
12. Sant Vicenç de Calders-Rodonyà	25	4h45'	Lunes a sábado	3
CONCA DE BARBERÀ				
13. Barberà de la Conca - El Pla de Sta. Maria	18,5	3h35'	Lunes a viernes	2
14. Solivella - L'Espluga de Francolí	20,7	4h10'	Lunes a domingo	2
15. Vilaverd - Montblanc	18,5	4h15'	Lunes a domingo	2
PRIORAT				
16. Falset - Els Guiaments	23,5	4h30'	Lunes a domingo	3
17. Marcà - Capçanes	19,8	4h40'	Lunes a domingo	4
18. Pradell de la Teixeta - Marcà	16,5	3h35'	Lunes a domingo	3
TARRAGONES				
19. Ferran - Els Guiamets	13	2h30'	Lunes a domingo	1
20. Tarragona - Roc de Sant Gaietà	26,7	5h35'	Lunes a viernes	2

El perfil Una barcelonesa afincada en El Vendrell

Montserrat Puig resalta la portada por dos motivos. «Primero porque es una foto de mi hermano, Andreu y segundo porque es el Gorg del

Salt, en el riu Gaià, a su paso por el Pont d'Armentera y de allí son mis raíces. Es muy representativa porque el agua la encontramos en todos los municipios». Esta barcelonesa afincada en El Vendrell es también autora de 'Baix Camp 17 excursions a peu' y de la web 'Meskamins, la nova mirada al territori' (meskamins.com).

fin de semana, que es cuando la mayoría tiene disponibilidad». No obstante, considera que «es un pez que se muere la cola y no me parece correcto echarle la culpa a nadie. Porque todo el mundo podemos poner nuestro granito de arena ya que ¿si hubiera más asiduidad, lo haríamos servir?» se pregunta.

El excursionista encontrará entre sus páginas recomendaciones y senderos GR (Gran Recorrido), PR (Pequeño Recorrido) y SL (Senderos Locales), así como caminos a veces marcados con piedras y en ocasiones sin marcas. En ese caso, si hay dos posibilidades ¿Cuál seguir? «El que aparece en la guía». El resultado final

También aporta recomendaciones como lo que se debe incluir en la mochila

es un volumen que no está focalizado en ninguna capital de comarca. Es decir, «si me decanto por la de Solivella-L'Espluga de Francolí pero vivo en Tarragona... Tengo la sensación de que más que haber hecho una guía de excursionismo casi es de viaje. Podría muy bien estar en las estanterías de las guías de viaje porque

inviertes mucho tiempo». Montserrat defiende que «el territorio es el mismo pero nueva la manera de mirarlo, de acercarnos. Un equilibrio donde disfrutar de actividad física y mejorar la salud. Haces una travesía, por lo que la sensación de haber pisado terreno es elevada. Al menos, eso es lo que yo me llevo en la mochila».