Senderisme i riures a la vall del Llémena

Divendres 29 de setembre
Ens vàrem trobar al pàrquing de l'entrada de la localitat de Llorà, és una zona que l'Ajuntament ha habilitat per una estada de màxim 24 hores per autocaravanes. Coordenades 42.020631 2.705433

Dissabte 30 de setembre

Ens vàrem llevar d'hora al matí doncs a les 8:45 ens esperava en David, guia de l'escola de salut de Girona que abans de començar l'excursió, ens va oferir una presentació de com treure el màxim rendiment als nostres pals de trekking seguint les tècniques de marxa nòrdica.

La ruta va ser resseguint el Llémena, amb sortida des de l'església de Sant Pere de llorà visitant el santuari de santa Afra, Oratori mare de Déu de Fàtima, Santa Margarida de Ginestar desde on vàrem tornar a Llorà. En David ens va cuidar molt, estava molt atent a que tots els excursionistes estiguéssim d allò més bé, encara que en tenim alguns molt ben entrenats que reien per sota el nas.

En acabar l'activitat vàrem anar directament a Canet d'Adri al restaurant La cruïlla on davant mateix té un gran pàrquing que ens cedeix per tot el cap de setmana; un cop allà vàrem treure les taules per dinar. La web del restaurant es www.lacruilla.com Coordenades 42.051730 2.728313

Ben dinat, sobre les 5'30 vàrem fer l a activitat de risoteràpia, val a dir que ens varen proposar una experiència divertida i enriquidora que utilitza tècniques inspirades en el joc i l'expressió corporal per a brindar beneficis físics mentals i emocionals a través del riure compartit. La web de red lúdica es www.redludica.com . Malauradament no va ser el que ens esperàvem tot i que els participants ens hi hem voler integrar al maxim

A 8:30 vem anar a sopar a La Cruïlla. Aquest restaurant disposa d'un food track al jardí de la masia envoltat de taules repartides per un prat de gespa on vem sopar sota les estrelles un menú pica-pica de olives llepadits, torrades amb pernil salat, croquetes de rostit, twisters de llagostins, tires de pollastre arrebossat, nachos bolonyesa i formatge fos, Begudes (vi, aigua i gasosa) i postre (tarrina de gelat). Boníssim i el lloc al vespre amb les llumetes, encisador.

Diumenge 1 d'octubre

A les 10:30 ens varem repartir entre algunes autos i vem anar a aparcar al camp de futbol de Canet d'Adri per iniciar des d'ella un passeig per les gorgues de la Font de la Torre en acabar vàrem tornar a les autos per dinar gaudint d una agradable sobretaula i desitjant-nos el millor fins a la propera.