

Caminho de Les Canales i L'Aigua - GR-5/96

0' Praça de La Font Gran, em Monistrol de Montserrat. Desde a praça, subir pela rua de La Font até à estrada de Montserrat.

2' Estrada de Montserrat, 175 m. Atravessar e seguir um caminho largo que sobe para Este. Indicador: GR-5/96, mosteiro de Montserrat. Seguir as marcas do GR-5.

22' Atalho de Els Tres Quarts, 270 m. Indicador: caminho de Els Tres Quarts, mosteiro. Deixar este atalho que sobe à direita e continuar pela pista que está a Sul, que cerca uma nova depressão de terreno.

30' Pla de Sant Bernat, 295 m. À esquerda da pista, na extremidade da planície da linha do cume há um pequeno oratório dedicado a São Bernardo de Menton. Seguir a pista para Sul.

49' Caminho de L'Aigua, 385 m. União pela esquerda do trilho que sobe desde a estação do teleférico. Seguir pela pista que sobe, atravessa uma linha elétrica e, mais adiante, vira à direita numa curva apertada e acaba em frente a uma edificação.

56' Casa da estação elevadora das águas de Montserrat, 425 m. Deixar a casa à direita e seguir um trilho que sobe de repente canal acima (S). Seguir as marcas do GR-5. O caminho sobe em forte pendente, quase sempre por escadas de obra.

76' Bifurcação de caminhos, 530 m. Deixar à direita o atalho de Els Tres Quarts (GR-96) e continuar pelo caminho da esquerda que sobe a Noroeste. Chegados ao cimo do canal, seguir o caminho mais plano para Oeste, e depois descer e apanhar um trilho, à esquerda, e em breve se chega ao caminho da Santa Cova numa curva apertada.

92' Caminho da Santa Cova, 630 m. Indicador: mosteiro de Montserrat GR-5/96 (direita, Oeste), Santa Gruta (esquerda, Sudoeste). Seguir à direita o caminho cimentado e com degraus muito largos que sobe numa inclinação forte em paralelo à via do "cremallera", à nossa direita. Passar em frente à estação superior do teleférico, à esquerda, e por umas escadas ao lado da estação do "cremallera" acede-se à praça de La Creu.

100' Santuário de Montserrat, 705 m. Praça de La Creu com o posto de informação, a estação do "cremallera" e outras instalações.

100' Santuário de Montserrat, 705 m. Plaça de la Creu amb l'Oficina d'Informació, l'estació del cremallera, i altres.