

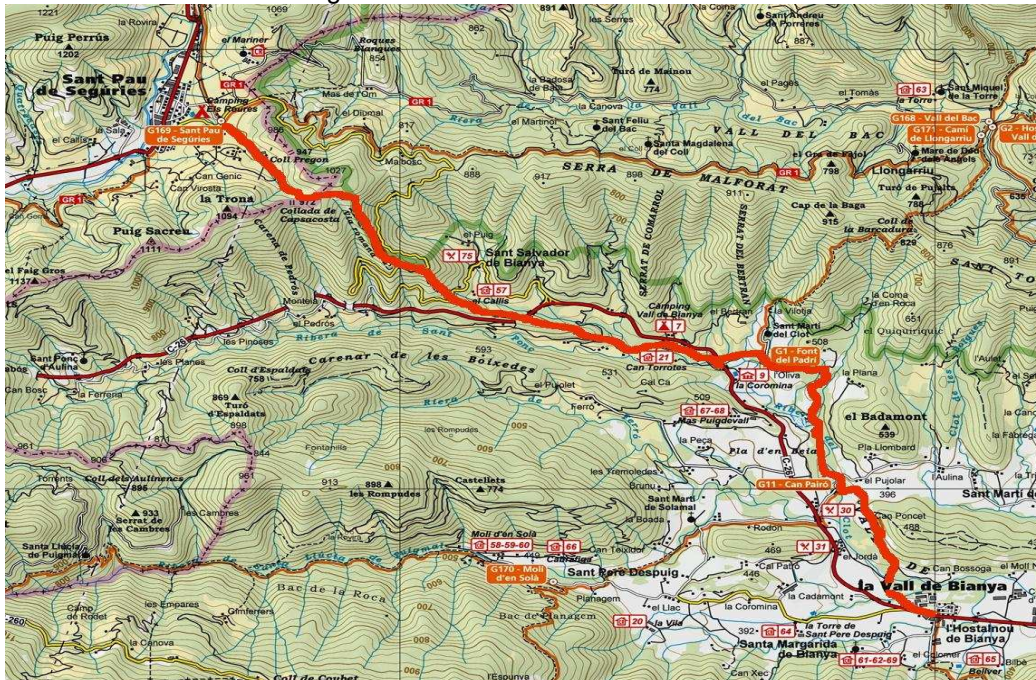
## L'Hostalnou – Sant Pau de Segúries: 4h 10min (anada) dificultat moderada

**Veurem un tram de la Via Romana del Capsacosta, la Via Annia, que dóna nom a aquesta xarxa de senders que uneix el Ripollès, la Garrotxa i l'Alt Empordà: Itinerànnia.**

Sortim des de la plaça de l'Hostalnou i seguim les marques grogues, que passen per davant dels laboratoris Fort Dodge i segueixen el camí que baixa cap al riu a la dreta. A l'alçada del darrere de Ca l'Enric trobarem un pal anomenat "Can Pairó". Seguim direcció "Sant Pau de Segúries 3h 40 min" sense perdre mai de vista les marques grogues.

El proper encreuament que trobarem és el de la Font del Padrí. Aquí també continuem cap a "Sant Pau de Segúries 3h 5 min". Al cap de molts pocs metres travessarem la carretera pel Pas dels Traginers i ens comencem a enfilars per la muntanya. Passarem per l'oratori de Sant Salvador i molt poc després travessarem l'antiga carretera del Capsacosta per continuar muntanya amunt. A partir d'aquest punt la via romana té una senyalització que permet intepretar molt bé els elements constructius: murs, guardarodes, desaigües... i el més característic: l'empedrat, que es conserva prou bé en molts trams.

Un cop arribats al collet del Capsacosta el camí baixa cap a Sant Pau de Segúries, on acabarem el nostre recorregut.



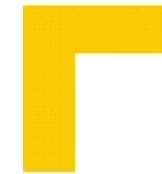
La senyalització vertical es troba als encreuaments de camins de la xarxa. Cada banderola indica els 4 primers pobles a menys de 6 hores de camí que es poden trobar seguint la direcció que indica la banderola. També hi ha una placa que indica el topònim del lloc on ens trobem i les coordenades UTM.



La senyalització horitzontal consisteix en marques de color groc que es poden trobar al llarg de tots els camins de la xarxa.



Marca de seguiment



Gir



Camí erroni

*mapa en 3D a* [www.itinerannia.net](http://www.itinerannia.net)  
[info@itinerannia.net](mailto:info@itinerannia.net)

