
LOS PIRINEOS DE CATALUÑA A GOLPE DE PEDAL





ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	04
LEYENDA	06
A GOLPE DE PEDAL EN BTT	11 - 45
Centros BTT	11
Excursiones y paseos	19
Rutas por etapas	33
Los Bike Parks, enduro y DH	45
A GOLPE DE PEDAL EN BICICLETA DE CARRETERA	51 - 73
Puertos de montaña señalizados	51
Rutas en bicicleta de carretera y gravel	59
VÍAS VERDES	69-73
CALENDARIO DE LAS PRINCIPALES PRUEBAS EN LOS PIRINEOS DE CATALUÑA	75-80

Pirineos, Cataluña



¿CONOCES LOS PIRINEOS?

Un lugar donde el camino cuenta tanto como el destino, donde puedes pasar el día disfrutando de la naturaleza en su máxima expresión y terminar al atardecer descansando junto al fuego. Una tierra marcada por las altas montañas, un rico patrimonio cultural y una excepcional gastronomía. Naturaleza en estado puro que te espera para la práctica del deporte, la visita al único parque nacional de Cataluña, los parques naturales y una cultura milenaria por descubrir.

¡Vive un paraíso interior!



LEYENDA

RUTAS



FICHA TÉCNICA

-  Nivel dificultad: difícil
-  Nivel dificultad: media
-  Nivel dificultad: fácil
-  Kilómetros del recorrido
-  Tiempo del recorrido
-  Desnivel
-  Tipo de ruta: lineal
-  Tipo de ruta: circular
-  Señalización
-  Etapas
-  Punto más alto/bajo
-  Desnivel acumulado
-  Material

CALENDARIO

-  Mejor época del año para realizar la ruta

OTRAS INFORMACIONES

-  Sostenible
-  Accesible









A GOLPE DE PEDAL EN BTT

LOS CENTROS BTT DE LOS PIRINEOS DE CATALUÑA

¿Qué es un Centro BTT?

Es un espacio de libre acceso habilitado para la práctica de la bicicleta de montaña. Todos los Centros BTT Cataluña disponen, al menos, de un punto de acogida desde el que ofrecen información turística y servicios complementarios relacionados con esta actividad, como por ejemplo: alquiler de bicicletas, duchas y aparcamiento. También ofrece folletos del Centro BTT y otros folletos de índole técnica o turística sobre cada ruta, en distintos idiomas. Asimismo, los centros BTT son puntos de partida de los diferentes itinerarios señalizados para ir en bici.

Los centros BTT ofrecen un conjunto de itinerarios que suman un mínimo de 100 kilómetros pensado para ser recorridos en bicicleta de montaña que están ubicados en una misma comarca. Las diferentes rutas están catalogadas según la longitud y la dificultad para que cualquier practicante, experto o novato pueda aventurarse.

CENTROS BTT



1 LA VAL D'ARAN

Punto de acogida

Copos Bike

Ap. Elurra
25539 Betrén
Tel. + 34 973 640 024
info@coposbike.com
www.coposbike.com

Periodo de apertura

Del 15 de mayo al 12 de octubre, de lunes a domingo
de 9 a 13 h y de 17 a 21 h.

29 RUTAS CON UN TOTAL DE
531 KM DE RUTAS SEÑALIZADAS

8 RUTAS MUY FÁCILES
40,9 km

7 RUTAS DIFICULTAD MODERADA
60 km

7 RUTAS DIFÍCILES
140,5 km

7 RUTAS MUY DIFÍCILES
290 km

2 SORT - RIALP - SORIGUERA - BAIX PALLARS

Punto de acogida

Polideportivo Els Til·lers, s/n
25560 Sort
Tel. +34 973 620 010 - tel. +34 973 621 457
esports@sort.cat
www.sortturisme.com

Periodo de apertura

Consultar página web

9 RUTAS
CON UN TOTAL DE 213 KM

3 VALLS D'ÀNEU - PALLARS SOBIRÀ

Punto de acogida

Oficina Turismo Esterri d'Àneu, Major, 40
25580 Esterri d'Àneu
Tel. + 34 973 626 568
centrebttvallsdaneu@gmail.com
www.vallsdaneu.org

Periodo de apertura

Consultar página web

14 RUTAS CON UN TOTAL
DE 298 KM SEÑALIZADOS

- 3 RUTAS MUY FÁCILES
26,4 km
- 3 RUTAS DIFICULTAD MODERADA
52,9 km
- 3 RUTAS DIFÍCILES
66,7 km
- 5 RUTAS MUY DIFÍCILES
152 km

4 PALLARS JUSSÀ

Punto de acogida

Oficina de turismo - Centro de acogida y
Estación de deportes y naturaleza en el Pirineo

Paseo del ferrocarril, s/n
25500 La Pobla de Segur
tel. + 34 973 680 257
esports@lapobladesegur.cat
www.pobladesegur.cat

Alquiler de bicicletas en el Pabellón municipal de Deportes

Carrer de la Font, s/n
25500 La Pobla de Segur
Tel. + 34 973 680 644

9 RUTAS SEÑALIZADAS
CON UN TOTAL DE 265,5 KM

- 1 17,5 km
- 2 28,5 km
- 3 77,8 km
- 3 141,3 km

+ INFO

5 LA SEU – ALT URGELL

Punto de acogida

Parque Olímpico del Segre.
Parque del Segre, s/n
25700 La Seu d'Urgell
Tel. + 34 973 360 092
parcolimpic@parcolimpic.cat
www.parcolimpic.cat

Periodo de apertura

De noviembre a marzo, de lunes a viernes
de 10 a 14 h y de 16 a 19 h,
sábado y domingo de 10 a 14 h.

De abril a octubre, de lunes a sábado
de 10 a 14 h y de 16 a 19 h, domingo
de 10 a 14 h. Agosto, todos los días de 9 a 20 h.

30 RUTAS SEÑALIZADAS
CON UN TOTAL DE 1205,1 KM

- 3 RUTAS MUY FÁCILES
20,7 km
- 11 RUTAS DIFICULTAD MODERADA
192,6 km
- 6 RUTAS DIFÍCILES
177,7 km
- 10 RUTAS MUY DIFÍCILES
814,8 km

6 EL SOLSONÈS - VALL DE LORD

Punto de acogida

Oficina de Turismo de la Vall de Lord
Carretera de Berga, s/n
25282 Sant Llorenç de Morunys
Teléfono Fax: + 34 973 492 181
www.lavalldelord.com/btt

Periodo de apertura

De julio a agosto, de martes a sábado de 10 a 13 h
y de 16 a 19 h y domingo de 10 a 13 h.

De septiembre a junio, sábados de 10 a 13 h y de
16 a 19 h; domingo y festivos de 10 a 13 h.

11 RUTAS SEÑALIZADAS
CON UN TOTAL 143,21 KM

- 1 RUTAS MUY FÁCILES
2,7 km
- 6 RUTAS DIFICULTAD MODERADA
65 km
- 2 RUTAS MUY DIFÍCILES
75,51 km

7 EL BERGUEDÀ

Punto de acogida

Oficina de Turismo del Berguedà

Ctra. C-16 km 96.
Salida Berga sur
08600 Berga
Tel. + 34 938 221 500
www.elbergueda.cat

Periodo de apertura

Abierto todo el año, excepto los días 25 y 26 de diciembre y los días 1 y 6 de enero.
Horario de verano (de Semana Santa hasta el 15 de septiembre): de 9 a 13 h y de 16 a 19 h de lunes a sábado. Domingos y festivos de 9 a 14 h.
Horario de invierno (del 16 de septiembre a Semana Santa): de 9 a 13 h y de 15 a 18 h de lunes a sábado. Domingos y festivos de 9 a 14 h.

36 RUTAS SEÑALIZADAS CON UN TOTAL DE 689 KM

- 13** RUTAS MUY FÁCILES
118,5 km
- 10** RUTAS DIFICULTAD MODERADA
160,5 km
- 7** RUTAS DIFÍCILES
118 km
- 6** RUTAS MUY DIFÍCILES
292 km

8 EL RIPOLLÈS

Punto de acogida

Albergue rural La Ruta del Ferro

Parc de l'Estació, s/n
17860 Sant Joan de les Abadesses
Teléfono Fax: + 34 972 720 495
alberg@santjoandedesabadesses.com
www.rutadelferro.com

Periodo de apertura

Todo el año, de lunes a domingo de 10 a 14 h y de 16 a 20 h.
De octubre a mayo, domingos por la tarde cerrado.

20 RUTAS SEÑALIZADAS
CON UN TOTAL DE 476,94 M

- 1** RUTAS MUY FÁCILES
4 km
- 4** RUTAS DIFICULTAD MODERADA
75,14 km
- 10** RUTAS DIFÍCILES
267,7 km
- 6** RUTAS MUY DIFÍCILES
134,1 km

9

SALINES - BASSEGODA

Punto de acogida

Oficina de información y Turismo y Centro Cultural Miquel Barnadas,

Aparcament del Pont, s/n. 17720 Maçanet de Cabrenys.
Tel. + 34 972 544 297 · tel. + 34 972 544 005
turisme@massanet.org · www.massanet.org

Navata

Tel. + 34 972 982 983
ajuntament@navata.org · www.navata.org

Periodo de apertura

Maçanet de Cabrenys.

De junio a septiembre de 11 a 14 h y de 16 a 20 h. El resto del año, vacaciones y festivos de 11 a 14 h. Si está cerrado se puede pedir la llave (tel. + 34 617 805 759).

Albanyà - Camping Bassegoda Park

Tel. + 34 972 542 020
info@bassegodapark.com
www.salines-bassegoda.org/centrebtt

Vilafant

Tel. + 34 972 502 850
info@sappysport.com
www.sappysport.es

32 RUTAS SEÑALIZADAS
CON UN TOTAL DE 585,1 KM

6

RUTAS MUY FÁCILES
70,24 km

12

RUTAS DIFICULTAD MODERADA
192,35 km

9

RUTAS DIFÍCILES
136,58 km

5

RUTAS MUY DIFÍCILES
185,93 km



A GOLPE DE PEDAL EN BTT

EXCURSIONES Y PASEOS A GOLPE DE PEDAL PARA TODO EL MUNDO

Pedalear por los caminos y pistas de los Pirineos, conociendo sus rincones más escondidos, es un placer al que difícilmente podemos resistirnos.

A continuación encontraréis ideas de rutas de diferentes niveles para hacer en bicicleta.

¡Os invitamos a descubrir los paisajes de los Pirineos a golpe de pedal!

EXCURSIONES EN BTT EN LA VAL D'ARAN

LES - SANT BLAI -
CAMIN REIAU - LES

Es una ruta circular muy fácil que se propone en sentido contrario al de las agujas del reloj pero que también puede realizarse a la inversa. Los desniveles suaves y el terreno muy regular la hacen ideal para paseos familiares. La ruta permite realizar una visita tranquila de la villa de Les y sus alrededores.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en el casco urbano de Les

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



4,6 km



+ 50 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

SALARDÚ - TREDÒS - PONT
DE RUDA - TANAU - ORRI -
BAGERGUE - UNHA - SALARDÚ

Itinerario duro físicamente, ya que en pocos kilómetros se ganan 600 m de desnivel por caminos estrechos y pista con rampas con algún tramo que quizás haya que realizar a pie. Las vistas sobre el valle del Garona, con las Maladetes como telón de fondo, son impresionantes.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Salardú

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Alto



18,2 km



+ 700 m



Circular

CALENDARIO



Verano y otoño

EXCURSIONES EN BTT EN L'ALTA RIBAGORÇA

ELS PLANOS





Recorrido prácticamente sin desniveles, recomendado para familias, que transcurre por los Planos de Barruera, Erill y el Salencar de Barruera. Un primer tramo transita por el margen derecho del río, realizando un recorrido de ida y vuelta por Els Planos; y un segundo tramo por el margen izquierdo, con una vuelta circular por el Salencar.

¿CÓMO LLEGAR?


Salida y llegada en Barruera

+ INFO

FICHA TÉCNICA

-  Bajo
-  8 km
-  + 85 m
-  Circular

CALENDARIO

-  Todo el año a excepción del invierno

JOC DE PILOTA





Recorrido circular que sale de Durro y que tiene como punto de inflexión el paraje conocido como Joc de la Pilota, en lo alto de la sierra que divide los términos municipales de Taüll y Durro.

¿CÓMO LLEGAR?


Salida y llegada en Durro

+ INFO


FICHA TÉCNICA

-  Alto
-  19,04 km
-  + - 800 m
-  Circular

CALENDARIO

-  Todo el año a excepción del invierno

ECOTURISMO

-  Zonas periféricas de protección del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici

EXCURSIONES EN BTT EN EL PALLARS SOBIRÀ

LA MOLLERA

Ruta que se adentra en el Parque Natural de l'Alt Pirineu. por el Pla d'Àneu entre Esterri y la Guingueta d'Àneu. Apta para realizar en familia.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



12,63 km



162 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

RUTA DEL PAMANO LLESSUI

Ruta que discurre por las antiguas pistas de la estación de esquí de Llessú, bajo el Montsent de Pallars. Circuito para descubrir los majestuosos paisajes de la Vall d'Àssua. Salida de Llessú.

¿CÓMO LLEGAR?

Esta ruta tiene inicio y final en la población de Llessui.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Alto



28 km



800 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

EXCURSIONES EN BTT EN EL PALLARS JUSSÀ

RUTA EMBALSE DE SANT ANTONI - EL VERNEDOT

Itinerario que bordea la vertiente noreste del embalse de Sant Antoni con una magnífica vista del pantano. Ideal para realizar en familia.

¿CÓMO LLEGAR?

Inicio de la ruta en el Centro BTT Pallars Jussà, situado en el Pabellón Municipal de Deportes de La Pobla de Segur.

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Bajo



17,5 km



129 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

RUTA DEL SERRAT DE SANT ROC

Itinerario que nos conduce hacia el espacio natural del alto valle de Serradell, donde el esfuerzo se ve recompensado por la espectacularidad del paisaje.

¿CÓMO LLEGAR?

Inicio de la ruta en el Centro BTT Pallars Jussà, situado en el Pabellón Municipal de Deportes de La Pobla de Segur.

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Muy Alto



43,62 km



1400 m



Circular

CALENDARIO



Primavera y verano

EXCURSIONES EN BTT EN EL ALT URGELL

LA SEU - ALÀS - LES PECES

Un ascenso fácil a uno de los mejores miradores del Urgellet. Un paseo con algo de subida al final, que nos dejará al pie de una de las iglesias con más personalidad de la comarca, la ermita de Les Peces.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida desde el centro BTT al Parque Olímpico del Segre en la Seu d'Urgell

+ INFO

WIKILOC

FICHA TÉCNICA



Medio



15,1 km



203 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

VUELTA A LLETÓ

Una vuelta que pone a prueba a cualquier *biker*, con las mejores exigencias y 867 m de desnivel, donde podrá disfrutar de los paisajes increíbles de la sierra del Cadí. Magníficas vistas a las paredes de la cara norte del Cadí y que pasa por pequeñas poblaciones montañosas del Alt Urgell.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida desde el centro BTT en el Parque Olímpico del Segre en la Seu d'Urgell

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Alto



32,9 km



867 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

EXCURSIONES EN BTT EN LA Cerdanya

TALLÓ - SANTA EUGÈNIA – TALLÓ

Recorrido corto y variado para disfrutar del paisaje y la cultura pedaleando por la alcaldía ceretana muy cerca de Bellver de Cerdanya.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Talló

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Medio



9,5 km



162 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

DE GER A MONTMALÚS

El pequeño pueblo de Ger, en la Baixa Cerdanya, es el punto de salida de este itinerario singular. El trazado pasa por sitios que invitan a contemplar el paisaje.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Ger, La Cerdanya

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Medio



16 km



+ 626 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

EXCURSIONES EN BTT EN EL SOLSONÈS

RUTA ELS TORRENTS

Ruta con punto de inicio y final en la Oficina de Turismo de Vall de Lord, de carácter familiar, a través de los bosques más cercanos a Sant Llorenç de Morunys.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en la oficina de Turismo de Vall de Lord, en Sant Llorenç de Morunys.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Fácil



5,84 km



154 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

VUELTA AL PANTANO DE SANT PONÇ

Vuelta alrededor del pantano, siguiendo el camino que se abrió para realizar los trabajos de construcción y mantenimiento del embalse entre los años 1949 y 1954, en el valle medio del río Cardener.

¿CÓMO LLEGAR?

La ruta sale desde el punto de inicio de las rutas BTT, ubicado detrás del edificio de Correos en Solsona.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Medio



15,6 km



75 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

EXCURSIONES EN BTT EN EL BERGUEDÀ

VÍA VERDE DE PEDRET A CAL ROSAL

Preciosa vía verde en el margen del río Llobregat que nos llevará desde el Pont de Pedret hasta Cal Rosal. Es ideal para hacer en familia. Señalización: Marcas blancas y rojas (GR).

¿CÓMO LLEGAR?

La ruta sale desde el puente de Pedret

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Bajo



12 km



50 m



Lineal

CALENDARIO



Todo el año

INTERÉS ECOSOSTENIBLE



Iluminación de un túnel con placa solar y señalización cada 500 m con palos de madera tratada.

ENTRE MINAS Y DINOSAURIOS

Ruta que, desde Sant Corneli, una antigua colonia minera perteneciente a Cercs, pasa por Fumanya (donde además de las minas del Coll de Fumanya y del Pla de la Barraca hay también numerosas huellas de dinosaurios) y Vallcebre. Permite descubrir muchos pequeños rincones que ofrecen al participante la satisfacción de gozar de una propuesta maravillosa.

¿CÓMO LLEGAR?

La ruta comienza en el Museo de las Minas de Cercs.

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Medio



22,5 km



+ 800 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

EXCURSIONES EN EL RIPOLLÈS

EL REMEI

Itinerario corto por los alrededores de la villa de Ripoll, cuna de Cataluña. Subiremos a la ermita del Remei, que da nombre a la ruta, donde en octubre se celebra su romería.

¿CÓMO LLEGAR?

Punto de salida de la ruta en el aparcamiento de Can Guetes en Ripoll.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Medio



10,6 km



+ 218 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

VALL DE CAMPRODON -
VALL DE RIBES

Una ruta espectacular, gran parte de la misma discurre por la Collada Verda que une la Vall de Camprodon con la Vall de Ribes. A lo largo de la ruta se superan los 2.000 m de altitud.

¿CÓMO LLEGAR?

Punto de salida de la ruta en Vilallonga de Ter (Zona Polideportiva)

+ INFO



Alto



51,86 km



+ 1.593 m



Lineal

CALENDARIO



Final de la primavera y verano, principio otoño.

EXCURSIONES EN BTT EN LA GARROTXA

RUTA CAMINO DE MONTAGUT

Esta ruta transcurre entre campos de trigo, disfrutaréis de unas hermosas vistas. Durante toda la ruta os acompañará la Alta Garrotxa como telón de fondo. Recomendable para toda la familia

¿CÓMO LLEGAR?

La salida es en Sant Jaume de Llierca en el palo (señalización) G51.

+ INFO

OLOT - SANTA PAU

Ruta iniciada en la vía verde de la ruta del Carrilet hasta el Pla de les Preses y la Vall d'en Bas, atravesando la Vall del Corb y la Fageda d'en Jordà para llegar al pie del volcán Santa Margarida, Rocanegra y hasta la villa de Santa Pau.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida del Parc Nou en la puerta sur del parque, situada al lado mismo del Museo de los volcanes y llegada a Santa Pau

+ INFO

GENCAT

FICHA TÉCNICA



Bajo



7,8 km



127 m



Circular

CALENDARIO



Todo el año

INTERÉS ECOSOSTENIBLE



La Alta Garrotxa es el Espacio de Interés Natural y designado como Zona de Especial Protección para las Aves dentro de la Red Natura 2000.

FICHA TÉCNICA



Medio/Alto



27 km



440 m



Lineal

CALENDARIO



Todo el año

INTERÉS ECOSOSTENIBLE



Esta es una ruta ideal para visitar la zona central del Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa sin emitir ni un solo gramo de CO² en la atmósfera.

EXCURSIONES EN BTT EN EL ALT EMPORDÀ

VALLETA - ST. SILVESTRE - VALLETA EN LLANÇÀ

Recorrido que permite descubrir la ermita de St. Silvestre y la Font del Xai.

¿CÓMO LLEGAR?

En el Barrio de Valleta de Llançà (detrás del restaurante)

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



6 km



-



Circular. Hay que seguir las marcas verdes

CALENDARIO



Todo el año

VUELTA AL PANTANO

Recorrido que da la vuelta completa al pantano de Darnius-Boadella.

¿CÓMO LLEGAR?

Salida por la Farga hacia Sant Llorenç de la Muga. Ruta 04 del centro BTT Salines Bassegoda

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Alto



38,58 km



752 metros



Circular.

CALENDARIO



Todo el año





A GOLPE DE PEDAL EN BTT

RUTAS EN BTT POR ETAPAS

A continuación os ofrecemos una selección de rutas por etapas para realizar en diferentes áreas de los Pirineos de Cataluña. Todas estas rutas se comercializan, lo que significa que se puede contratar la guía o los *tracks*, el alojamiento en ruta, el transporte del equipaje, las comidas... para realizar una ruta con garantías y para disfrutar al 100 % del territorio.

RUTAS EN BTT POR ETAPAS



TRANSPIRENAICA EN BTT

ETAPAS 12 etapas de Roses a Hondarribia. 6 etapas, de Roses a Camp.



Probablemente la ruta más dura y épica: la Transpirenaica, discurre desde el mar Mediterráneo hasta el Cantábrico atravesando toda la cadena montañosa de los Pirineos. Disfrutarás cruzando Cataluña, Aragón, Navarra y el País Vasco a golpe de pedal y contemplarás los monumentos más imponentes de los Pirineos.

+ INFO Y RESERVAS

FICHA TÉCNICA



1.000 km



+ 6.100 m



Lineal

CALENDARIO



De junio
a octubre

ALTA RIBAGORÇA Y VAL D'ARAN

1 PEDALES DE OCCITÀNIA

ETAPAS 3, 4, 5 o 6



+ INFO Y RESERVAS

Discurre entre bosques, con unos paisajes inolvidables y en las montañas más altas del Pirineo. Entraréis en Francia, pasando de la Val d'Aran al valle de Luchon por caminos centenarios y senderos infinitos, con un total de 226 km y 6.000 m de desnivel positivo. La ruta forma parte de la red Pedales del Mundo.



FICHA TÉCNICA

 226 km

 + 6.100 m

 Circular

CALENDARIO

 Entre mayo y noviembre

2 ERA RODA CLASSIC

ETAPAS 2, 3, 4, 5 o 6




+ INFO Y RESERVAS

El itinerario de Era Roda recorre todos los valles de la Val d'Aran. Podréis pedalear por los límites del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici y descubrir los pueblos del románico del Aran. El 80 % de la ruta transcurre por caminos, senderos y trialeras. En función del nivel físico y la experiencia se puede realizar en 2, 3, 4, 5 o 6 días.

Consultad otras modalidades

FICHA TÉCNICA

 210 km

 + 6.700 m

 Circular

CALENDARIO

 Entre mayo y noviembre

RUTAS EN BTT POR ETAPAS

VAL D' ARAN, ALTA RIBAGORÇA,
PALLARS SOBIRÀ Y PALLARS JUSSÀ

3

PEDALES DE FUEGO

ETAPAS 3, 4, 5 o 6



Es una ruta que recorre la periferia del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. Circula por caminos y pistas forestales típicas de montaña, sendas y senderos, aprovechando las infraestructuras hoteleras y de turismo rural de la zona y recorriendo las comarcas de Val d'Aran, Pallars Sobirà, Pallars Jussà y Alta Ribagorça.

+ INFO Y RESERVAS

FICHA TÉCNICA



215 km



+ 5.700 m



Circular

CALENDARIO



Otoño, verano

4

ERA RODA PALLARS

ETAPAS 3 o 4



Era Roda Pallars es una ruta que comienza en Esterrí d'Àneu para pedalear por la Vallferrera, Vall de Cardós y Valls d'Àneu con unas maravillosas vistas de esta comarca.

+ INFO Y RESERVAS

FICHA TÉCNICA



170 km



+ 6.300 m



Circular

CALENDARIO

De mayo
a octubre

5 FERA PYRENEES MOUNTAIN GRAVEL

ETAPAS 8







[+ INFO Y RESERVAS](#)

La FERA es una travesía circular que recorre el corazón de los Pirineos Centrales, entre los valles de los ríos Noguera Pallaresa, Noguera Ribagorçana, Garona y Segre. La vertiente norte y sur de la cordillera. Esta ruta es fruto del compromiso por compartir el mejor itinerario que permita descubrir la diversidad de paisajes naturales y culturales de los Pirineos Centrales, evitando las carreteras más transitadas y buscando los itinerarios más pedaleables. Circula por pistas de tierra de alta montaña que se entrelazan con pequeñas carreteras y caminos asfaltados. A caballo entre la bicicleta de montaña y la de carretera.

Esta ruta se puede dividir en dos sectores independientes: FERA 300 y FERA 200, de 5 y 3 etapas respectivamente. Las etapas aprovechan, en la medida de lo posible, los núcleos con más servicios como puntos de inicio y final.

FICHA TÉCNICA

-  506 km
 -  13.563 m +
 -  Circular
- CALENDARIO
-  De mayo a octubre

6 TRACKS PALLARS BIKE TRAIL

ETAPAS 2,3 o 4



+ INFO Y RESERVAS

Con Tracks Pallars podrás descubrir una de las zonas más espectaculares del Pirineo comprendido entre las comarcas del Pallars Sobirà y Andorra.

Dos rutas para que puedas elegir de qué forma quieres realizar la ruta: enduro, más intensa y pensada para disfrutar del sendero del Pirineo, o *trail*, más enfocada a recorrer distancias para descubrir el territorio.

FICHA TÉCNICA



185 km



+ 6.753 m



Circular

CALENDARIO



Del 15 de mayo a finales de octubre

7 SALORIA BIKE TRAIL

ETAPAS 4 (3 o 2 en variantes de mayor dureza)



+ INFO Y RESERVAS

Ruta entre el Pallars Sobirà y el Alt Urgell. Un itinerario escogido por pistas y senderos, cruzando ríos y prados, siempre rodeado por la naturaleza del Parque Natural de L'Alt Pirineu. Con ascensiones a collados míticos: Cabús, Conflent, Prat Muntaner: collados que te llevarán de un valle a otro para disfrutar de las magníficas vistas que solo las alturas del Pirineo nos ofrecen.

FICHA TÉCNICA



200 km



+ 6.600 m



Circular

CALENDARIO



De junio a octubre

PALLARS JUSSÀ

8 EL QUINTO LAGO EN BTT FÍSICA O ELÉCTRICA

ETAPAS 5



[+ INFO Y RESERVAS](#)

Ruta diseñada para disfrutar de la bici por los valles más desconocidos del Pirineo de Lleida (la Vall Fosca, el valle de Manyanet, el valle de Adons y el Pla de Corts). Pedalea sin preocupaciones. Solo tienes que disfrutar de la bici y de todo lo que el Pirineo te ofrece: el paisaje, la gastronomía, el patrimonio y su gente.



FICHA TÉCNICA

-  172 km
-  + 5.670 m
-  Circular
- CALENDARIO**
-  De mayo a octubre

CERDANYA / ALT URGELL

9 TRACKS DE CERDANYA TRAIL

ETAPAS 3, 4 o 5



[+ INFO Y RESERVAS](#)

Es la alta ruta pirenaica que recorre el valle de Cerdanya y la meseta del Capcir. Una ruta circular con un trazado cuidado hasta el último detalle, para que el *biker* disfrute de todos y cada uno de los kilómetros que la conforman. Una ruta transfronteriza, donde más de la mitad de su recorrido transcurre por senderos de baja y media dificultad. Una ruta con espectaculares vistas, para conocer un territorio lleno de contrastes. Inicio y final de la ruta en Llívia. Consultad otras modalidades en el mismo enlace.



FICHA TÉCNICA

-  170 km
-  + 4.750 m
- 4.750 m
-  Circular
- CALENDARIO**
-  Primavera y verano

10 TRINXAT BTT

ETAPAS 5 (2 o 3 variante extrema)



+ INFO Y RESERVAS

Con un recorrido de 298 kilómetros, esta ruta une de forma circular las comarcas del Alt Urgell y la Cerdanya, rozando el Pallars Sobirà y Andorra. A lo largo de cinco etapas (dos o tres en la variante extrema), os guiaréis con los *tracks* por un recorrido exigente, pensado para descubrir una tierra rica en contrastes, además de disfrutar de la amplitud de los llanos del Urgellet y la Cerdanya pedaleando por agradables pistas que transcurren entre campos de cultivo ya orillas del río. Se circula a bastante altitud, por pistas que rondan los 2.000 metros, lo que favorece unas vistas privilegiadas.

FICHA TÉCNICA

 298 km

 7.600 m

 Circular

CALENDARIO

 De mayo a octubre



CERDANYA / EL BERGUEDÀ

11 RUTA DE LOS CÁTAROS

ETAPAS 8



+ INFO Y RESERVAS


+ INFO

La ruta de los cátaros cruza el Pirineo Oriental transversalmente, desde el Santuario de Queralt de Berga hasta la ciudad occitana de Montségur. Se trata de un reto en mayúsculas, estructurado en 7 etapas, que sigue un itinerario exigente tanto física como técnicamente, solo apto para ciclistas expertos en BTT o *e-bike*.

El inicio de la ruta está en Berga y el final en la ciudad francesa de Foix.

FICHA TÉCNICA

 300 km

 + 9.250 m

 Lineal

CALENDARIO

 Primavera y verano

EL BERGUEDA

12 CAVALLS DEL VENT

ETAPAS 4




+ INFO Y RESERVAS

Cavalls del Vent MTB es una ruta que permite descubrir el entorno del Parque Natural del Cadí-Moixeró. Disfrutar de las espectaculares paredes de la vertiente sur del Moixeró, recorrer la vertiente sur de la Sierra del Cadí, disfrutar de magníficas vistas de la vertiente este y norte del macizo del Pedraforca, saltando de valle en valle por pistas y caminos a bastante altura. Más adelante, pedalearéis por la espectacular vertiente norte de la Sierra del Cadí con sus abruptas paredes, sus estrechos valles y sus magníficos rincones.



FICHA TÉCNICA

 97,6 km 225 km /
3 etapas 230 km /
4 o más etapas

 7.300 m

 Circular

CALENDARIO

 De mayo
a octubre

13 PEDALS DE FERRO

ETAPAS 2, 3, 4 o 5



+ INFO Y RESERVAS

Pedals de Ferro une los parajes del Alt Berguedà y los del Baix Berguedà en una vuelta con atractivos como el Parque Natural del Cadí-Moixeró, el Pedraforca, el Catllaràs, la Sierra del Picancel, las colonias textiles, Peguera, Capolat... Todos ellos son lugares por donde pasa la ruta y, por lo tanto, hacerla nos permite disfrutar de su belleza y sus magníficos parajes.


FICHA TÉCNICA

 260 km

 8.350 m

 Lineal

CALENDARIO

 Todo el año si
no hay nieve

RIPOLLÈS

15 BI6000

ETAPAS 3, 4 o 5



[+ INFO Y RESERVAS](#)

La BI6000 atraviesa las zonas más salvajes del Pirineo Oriental y permite conocer rincones del Ripollès, el Vallespir y la Garrotxa incluyendo el Parque Natural de las Cabeceras del Ter y del Freser. Con salida en Camprodon, se trata de una ruta de dificultad alta y de un nivel técnico medio que puede completarse en cuatro días, autoguiados por un libro de ruta o por un GPS y con servicio de transporte de equipaje incluido.



FICHA TÉCNICA

 250 km

 6.600 m

 Circular

CALENDARIO

 De mayo a noviembre

16 BI3000

ETAPAS 2



[+ INFO Y RESERVAS](#)

Es la versión reducida de la BI6000, pero solo en lo que respecta a la distancia, ya que la propuesta de aventura y la adrenalina tienen la misma presencia. Salida y llegada en Camprodon. Popularmente se conoce como «la ruta de la retirada», ya que el itinerario sigue los senderos por los que los republicanos huyeron del país durante la Guerra Civil, y por donde también transitaban contrabandistas y bandoleros.

FICHA TÉCNICA

 100 km

 3.613 m

 Circular

CALENDARIO

 De abril a noviembre

LA GARROTXA

17 TRACKS DE LOS VOLCANES

ETAPAS 3 (también en 4 etapas y en versión fin de semana)



+ INFO Y RESERVAS

En bici por tierra de volcanes: esto es lo que propone esta ruta, cuyo trazado atraviesa unos bosques que parecen impenetrables. Caminos y senderos inhóspitos que podréis recorrer en tres o cuatro etapas, con la opción de completar el itinerario de 260 kilómetros repartiéndolo en dos fines de semana. El Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa, con reservas naturales tan singulares como la Fageda d'en Jordà, ofrece el privilegio de recorrerlo en bici por tramos exigentes y caminos reconfortantes que llevan hasta los espectaculares riscos de Tavertet y hasta Besalú y Olot. Cicloturismo y naturaleza en erupción con un completo paquete de servicios para el participante.



FICHA TÉCNICA

 236 km

 6.306 m

 Circular

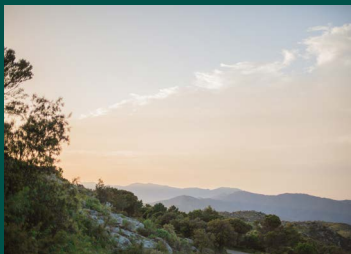
CALENDARIO

 Todo el año

ALT EMPORDÀ

18 GRAN VUELTA AL EMPORDÀ

ETAPAS 2, 3, 4 o 5



+ INFO Y RESERVAS

La Gran Vuelta al Empordà, con un recorrido total de 185 kilómetros, tiene salida y llegada en L'Escala y está pensada para realizarla en dos o tres días. Una propuesta muy transversal que permite descubrir los caminos del Parque Natural del Montgrí, las Islas Medas y el Baix Ter, los arrozales de Pals, las orillas del Ter, las Gavarres..., siempre con el archipiélago de las Medes como telón de fondo. Una conjunción magistral de BTT y naturaleza.



FICHA TÉCNICA

 167 km

 1.320 m

 Circular

CALENDARIO

 Todo el año



A GOLPE DE PEDAL EN BTT

LOS BIKE PARKS, ENDURO Y DH

En los Pirineos podrá disfrutar y practicar su deporte favorito en estas instalaciones en plena naturaleza con circuitos para la práctica del descenso y el enduro.

BIKE PARKS

VAL D'ARAN MOUNTAIN BIKE PARK

+ INFO

En la Bassa d'Oles encontraremos el Val d'Aran Mountain Bike Park. Dos circuitos concebidos y perfectamente señalizados para la práctica del DH. Se accede a través de una pista asfaltada que sale de Gausac y de Aubèrt.

ENDUROMIES (VAL D'ARAN)

+ INFO

Enduromies es una zona creada para la práctica de Enduro en bicicleta. Actualmente es una de las sedes de la Copa Catalana de Enduro BTT.

Es un paraje inolvidable con bajadas naturales que transcurren por caminos antiguos recuperados y adaptados para su uso en BTT.

BIKE PARK LA MOLINA

+ INFO

El Bike Park de La Molina es una zona en la que disfrutar del entorno y descubrir nuevos recorridos. Diferentes circuitos de descenso para ciclistas de todos los niveles, fáciles para los que quieren introducirse en el mundo del descenso y trazados con mayor dificultad para los *riders* con más experiencia. En total hay 14 pistas de descenso con casi 40 kilómetros de recorridos, a los que se accede con el Telecabina La Molina y el Telesilla Cap de Comella.

14 pistas de descenso · 40 km de recorridos

Modalidades: Descenso, *cross-country*, *wood park* y un Txiqui Bike Park con pistas de Enduro, BTT y MTB.

4 RIDERS BIKE PARK (EL BERGUEDÀ)

+ INFO

El Bike Park se encuentra en la localidad de Avià, a una hora del aeropuerto de Barcelona. Gracias al fantástico clima se puede disfrutar del Bike Park durante todo el año.

- Amplia variedad de descensos, desde pistas 100 % artificiales hasta 100 % naturales.

- Área de iniciación de MTB para los pequeños o aprendices, dentro del Mini DH.











A GOLPE DE PEDAL EN BICICLETA DE CARRETERA

PUERTOS DE MONTAÑA SEÑALIZADOS

La orografía y el tráfico moderado de las carreteras de los Pirineos de Cataluña hacen que el ciclista de carretera pueda disfrutar del ciclismo en plenitud y alcanzar puertos muy atractivos, algunos muy exigentes. A continuación destacamos aquellos que están señalizados para la práctica de esta modalidad.

CICLISMO DE CARRETERA: PUERTOS SEÑALIZADOS

PUERTOS VAL D'ARAN

1 BOSSÒST – PORTILHON

FICHA TÉCNICA



2 BOSSÒST – GUARDADES D'ARRES

FICHA TÉCNICA



3 PONT D'ARRÒS – VILAMÒS

FICHA TÉCNICA



4 ES BÒRDES – ARTIGA DE LIN

FICHA TÉCNICA



5

PONT D'ARRÒS – SAUT DETH PISH

FICHA TÉCNICA



10,7 km



+ 692



6,6 %

6

AUBERT - BASSA D'OLES

FICHA TÉCNICA



10 km



+ 710



7,2 %

7

BAQUEIRA - PLA DE BERET

FICHA TÉCNICA



6,35 km



+ 395



6,35 km

[+ INFO](#)

CICLISMO DE CARRETERA: PUERTOS SEÑALIZADOS

PUERTOS ALTA RIBAGORÇA

1

SUBIDA A LA ESTACIÓN DE ESQUÍ DE BOÍ-TAÜLL (2.045 M)

FICHA TÉCNICA



2

SUBIDA A CAVALLERS (1.700 M)

FICHA TÉCNICA



3

SUBIDA A DURRO (1.375 M)

FICHA TÉCNICA



+ INFO

CICLISMO DE CARRETERA: PUERTOS SEÑALIZADOS

PUERTOS DEL BERGUEDÀ

5

PUERTO DEL COLL DE LA CREUETA (CASTELLAR DE N'HUG)

FICHA TÉCNICA



10,7 km



+ 692 m



6,6 %



En el punto de inicio
y en el punto final

6

PUERTO DE COLL DE PAL (GUARDIOLA DE BERGUEDÀ)

FICHA TÉCNICA



18,5 km



+ 1.234 m



7,2 %

7

PUERTO DE COLL DE PRADELL DESDE COLL DE LA TRAPA (SALDES)

FICHA TÉCNICA



6,75 km



+ 415 m



6,16 %



En el punto de
inicio, en cada
punto kilométrico y
en el punto final.

1

PUERTO DE COLL DE PRADELL DESDE VALLCEBRE

FICHA TÉCNICA



8,04 km



+ 667 m



- %



En el punto de inicio, en cada punto kilométrico y en el punto final.

2

PUERTO DE RASOS DE PEGUERA (BERGA)

FICHA TÉCNICA



13,3 km



+ 973 m



7,4 %



En el punto de inicio y en el punto final.

3

PUERTO DEL SANTUARIO DE FALGARS (LA POBLA DE LILLET)

FICHA TÉCNICA



6,96 km



+ 421 m



6,4 %



En el punto de inicio, en cada punto kilométrico y en el punto final.

[+ INFO](#)

CICLISMO DE CARRETERA: PUERTOS SEÑALIZADOS

PUERTOS DEL RIPOLLÈS

5 PUERTO DE VALLTER (SETCASES)

FICHA TÉCNICA



12 km



+ 895 m



7,3 %

6 PUERTO DEL COLLET DE LES BARRAQUES

(DESDE RIBES DE FRESER)

FICHA TÉCNICA



15,8 km



+ 1.003 m



6,15 %

7 SUBIDA AL SANTUARIO DE MONTGRONY

(DESDE MONTGRONY)

FICHA TÉCNICA



8,4 km



+ 445 m



5,3 %

+ INFO





A GOLPE DE PEDAL EN BICICLETA DE CARRETERA Y GRAVEL

RUTAS EN BICICLETA DE CARRETERA Y GRAVEL

Os presentamos una selección de rutas en bicicleta de carretera y gravel. Algunas son rutas en varias etapas; otras se pueden realizar en un solo día.

RUTAS EN BICICLETA DE CARRETERA Y GRAVEL



LA RUTA REINA DE LOS PIRINEOS

TRANSPIRENAICA EN BICI DE CARRETERA



¿CÓMO LLEGAR?

Salida de Roses y llegada a Hondarribia

+ INFO Y RESERVAS

Probablemente la ruta más dura y épica: la Transpirenaica, discurre desde el mar Mediterráneo hasta el Cantábrico atravesando toda la cadena montañosa de los Pirineos. Disfrutarás cruzando Cataluña, Aragón, Navarra y el País Vasco a golpe de pedal y contemplarás los monumentos más imponentes de los Pirineos. En esta ruta pedalearás durante largas jornadas vislumbrando espectaculares acantilados de costa, bosques frondosos y ascensiones interminables. Por el camino, pueblos perdidos, paisajes inolvidables y gastronomía de alta montaña.

FICHA TÉCNICA

800 km

8

+ 12.000 m

Lineal

CALENDARIO

De junio a octubre

VAL D'ARAN, ALTA RIBARGORÇA, PALLARS SOBIRÀ, PALLARS JUSSÀ Y ALT URGELL

1 FERA PYRENEES MOUNTAIN GRAVEL



¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en La Pobla de Segur

+ INFO Y RESERVAS

La FERA es una travesía circular que recorre el corazón de los Pirineos Centrales, entre los valles de los ríos Noguera Pallaresa, Noguera Ribagorçana, Garona y Segre. La vertiente norte y sur de la cordillera. Esta circula por pistas de tierra de alta montaña que se entrelazan con pequeñas carreteras y caminos asfaltados. A caballo entre la bicicleta de montaña y la de carretera. Las etapas aprovechan, en la medida de lo posible, los núcleos con más servicios como puntos de inicio y final.

*y posibilidad de dividir y hacer 5 etapas (Fera 300) o 3 etapas (Fera 200)

FICHA TÉCNICA

- 506 km
- 8 *
- + 13.563 m
- Circular

CALENDARIO

- De mayo a octubre

2 PIRINEXUS EN BICICLETA GRAVEL



+ INFO Y RESERVAS

La ruta Pirinexus es una ruta gravel que une el Pirineo con el mar Mediterráneo a través de itinerarios de baja dificultad técnica y de gran riqueza paisajística.

Pirinexus es ideal para bicis gravel o *trekking*, pero se puede disfrutar igualmente sobre una BTT o con bici de carretera.

Dependiendo de si se elige la opción de 3 o 4 etapas, puede ser una ruta cicloturística o un reto. Escogiendo una u otra opción, la filosofía de la ruta cambia por completo. En cualquier caso haréis parada en poblaciones con encanto como Girona, L'Escala o Ceret.

FICHA TÉCNICA

- 285 km / 345 km
- 3-4
- + 700 m (3 etapas)
- Circular

CALENDARIO

- Todo el año

OTRAS RUTAS POR ETAPAS

3 LE DEFI OCCITAN (VAL D'ARAN)



¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Vielha,
Val d'Aran

[+ INFO Y RESERVAS](#)

Se trata de una ruta que se desarrolla prácticamente por carreteras secundarias del Pirineo. Tiene su inicio y final en Vielha, y pasa por los collados del Pla Batalher, Col de Menté, Col de Buret, Col de Ares, Puerto de Balès, Portilhon y Guadadèr d'Arrés. Se trata de una ruta bastante asequible para casi todos los cicloturistas, puesto que la dureza de la ruta se reparte en etapas de 65 km de media.

FICHA TÉCNICA

 197 km

 9

 + 19.470 m

 Lineal

CALENDARIO

 De junio
a octubre

4 CERDANYA ROAD



¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Llívia

[+ INFO Y RESERVAS](#)

Puertos míticos en los que entrenan los profesionales, carreteras solitarias de asfalto perfecto y una ruta transfronteriza a través de España, Francia y Andorra. Col de Pailhères, Col de Puymorens, Collada de la Gallina, Puerto de Valira, Coll de Ordino y otras muchas, son puertos que han hecho famosa esta región en el mundo del ciclismo.

FICHA TÉCNICA

 382 km

 4

 2.120 m

 Circular

CALENDARIO

 De junio
a octubre

5 Cerdanya Gravel



¿CÓMO LLEGAR?

Salida y llegada en Llivia

[+ INFO Y RESERVAS](#)


Si quieres alejarte del ruido para realizar puertos de alta montaña no asfaltados, ¡esta es tu ruta! Una ruta por las carreteras y pasos de montaña que siempre quisimos recorrer, pero que la falta de asfalto no nos permitía enlazar.

Una ruta gravel de alta montaña, diseñada expresamente para este tipo de bicis y ciclistas.

FICHA TÉCNICA

 285 km

 3 - 4

 + 1.950 m

 Circular

CALENDARIO

 De junio a octubre

6 GRAN VUELTA AL EMPORDÀ



[+ INFO Y RESERVAS](#)

La Gran Vuelta al Empordà comienza en la ciudad de Girona y ofrece un itinerario completo por L'Alt y el Baix Empordà. En pocos kilómetros gran variedad de paisajes, como pueblos medievales, pequeñas calas o pueblos de pescadores tradicionales. Es una ruta difícil para ciclistas de nivel medio, debido a las pendientes que incluyen collados de montaña de entre 5 y 10 km. Esta ruta lleva también al Cap de Creus, el punto más oriental de la península ibérica.

FICHA TÉCNICA

 370 km

 6

 - m

 Circular

CALENDARIO

 Todo el año

7





RUTA DE LOS 16 PUERTOS EN EL BERGUEDÀ



Una gran ruta para los verdaderos amantes del ciclismo. Una buena manera de descubrir el entorno del Berguedà sobre dos ruedas, conociendo las poblaciones, su gastronomía, el patrimonio y sus paisajes espectaculares.

[+ INFO Y RESERVAS](#)

FICHA TÉCNICA

-  293 km
-  3
-  + 6.570 m
-  Circular

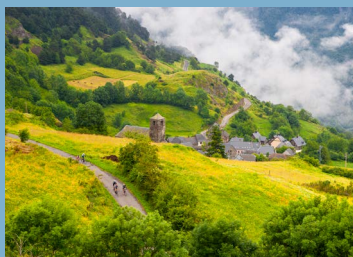
CALENDARIO

-  Todo el año

RUTAS PARA HACER EN UN DÍA

8

VIELHA CIRCULAR







Ruta de 26 km que permite dar una vuelta cerca de Vielha, por carreteras poco transitadas y con posibilidad de hacer ascensiones importantes.

Uno de los atractivos de esta ruta es que podemos enlazar con 4 ascensiones muy interesantes: Saut deth Pish, Vilamòs, Artiga de Lin y Bassa d'Oles.

[+ INFO Y RESERVAS](#)

FICHA TÉCNICA

-  26 km
-  1
-  + 550 m
-  Circular

CALENDARIO

-  De junio a octubre

9 VUELTA POR LA BAJA CERDANYA



+ INFO Y RESERVAS

Esta es una vuelta clásica para los ciclistas de Cerdanya que no quieren grandes desniveles en sus piernas.

Salimos de Puigcerdà por la N260 en dirección a La Seu d'Urgell, en bajada suave llegaremos hasta Martinet y una vez allí tenemos el tramo con más desnivel del itinerario subiendo a Montellà y desde allí por una carreterita hacia Santa Eugènia de Nerellà. Pasando por Pi, volvemos a Bellver y tomamos la carretera de Bagà pasando por Prats y después tomando dirección a Sanavastre y Soriguerola, regresaremos por la carretera vieja a Puigcerdà.

FICHA TÉCNICA

 54 km

 -

 + 605 m

 -

CALENDARIO

 -

10 VUELTA POR EL VALLE DE LA CERDANYA



+ INFO Y RESERVAS

Esta es una vuelta por la alta y la baja Cerdanya. Nos ponemos en marcha en Alp y nos dirigimos a Puigcerdà pasando por Soriguerola y la carretera vieja. Una vez en Puigcerdà tomamos la carretera de Llívia y desde allí empezamos a subir desde Estavar hasta llegar a lo alto en Font-Romeu. Seguimos subiendo hasta llegar cerca de Montlluís hasta Bolquera y cruzamos el valle para dirigirnos a Eina. Cogemos una carreterita muy bonita que nos llevará a Sallagosa. Desde allí tomaremos la carretera de Llívia hasta Puigcerdà y nos dirigiremos en ligera bajada desde Puigcerdà hacia Bellver por la N-260. Una vez en Bellver regresaremos a Alp pasando por Prats.

FICHA TÉCNICA

 87,4 km

 1.091 m

 1.851 m
(Font Romeu)

 1.018 m (Bellver
de Cerdanya)

 2,7 %

11

PUIGCERDÀ – TOSES – LA MOLINA - PUIGCERDÀ



Ruta clásica del ciclismo ceretano.

Salida de Puigcerdà para dirigirse por la N-260 dirección Ripoll subiendo la mítica Collada de Toses y antes de llegar a Planoles, desplazarse hacia Dòrria y Toses y volver a subir en dirección a La Molina. Después dirección Masella y bajada hacia Das para volver a Puigcerdà pasando por Urtx y Queixans.

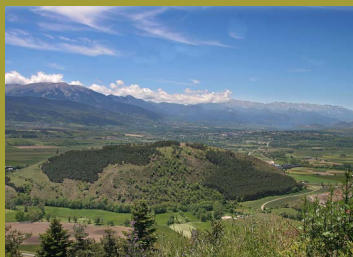
+ INFO Y RESERVAS

FICHA TÉCNICA

	80,2 km
	1.473 m
	1.811 m (La Molina)
	1.091 m (Queixans)
	3,7 %

12

SUBIDA AL PUIGMAL



Esta es una subida dura que lleva hasta muy cerca de la mítica cima del Puigmal.

Salida desde Sant Martí d'Aravó hacia Francia cruzando la frontera en Puigcerdà en dirección hacia Santa Llocaia para tomar la carretera en dirección a la antigua estación de esquí del Puigmal y hasta llegar al final de la carretera asfaltada a 2.283 m. El descenso se realiza por la misma carretera en dirección a Err y desde allí hacia Sallagosa y Llívia y vuelta al punto de inicio por Caldegas.

+ INFO Y RESERVAS

FICHA TÉCNICA

	58,3 km
	1.334 m
	2.283 m (Puigmal)
	1.128 m (Bourg-Madame)
	4,3 %

13

GUARDIOLA DE BERGUEDÀ-LA POBLA DE LILLET-MONTGRONY- CASTELLAR DE N'HUG-LA POBLA DE LILLET-GUARDIOLA DE BERGUEDÀ



Esta ruta nos permitirá conocer uno de los rincones más desconocidos que encontramos entre el Berguedà y el Ripollès: Montgrony.

Punto de inicio y de final: Plaza de la Iglesia de Guardiola de Berguedà

[+ INFO Y RESERVAS](#)

FICHA TÉCNICA

 53 km

 1.106 m

 -

 -







A GOLPE DE PEDAL POR LAS VÍAS VERDES

A GOLPE DE PEDAL POR LAS VÍAS VERDES

Las vías verdes son infraestructuras de comunicación desarrolladas sobre tramos ferroviarios desafectados del tráfico y sobre caminos de la naturaleza destinados a usuarios no motorizados, peatones, ciclistas o personas con movilidad reducida, que pueden utilizarse para fines recreativos y constituyen una propuesta de turismo tranquilo, sostenible y alternativo.

VÍAS VERDES





1 RUTA DEL HIERRO Y DEL CARBÓN

Esta ruta es un tramo de 12 kilómetros de vía verde, de baja dificultad, que sigue el antiguo trayecto que hacía el tren para transportar el carbón de las minas de Ogassa. Todo el trazado de la ruta, que une Ripoll, a 682 metros de altitud, con Sant Joan de les Abadesses, a 775 metros sobre el nivel del mar, está asfaltado y flanqueado por vegetación. El desnivel de 160 metros se supera gracias a una suave pendiente del 1 %.

+ INFO

FICHA TÉCNICA

-  Bajo, ruta accesible
-  15 km
-  1 %
-  775 m (St. Joan de les Abadesses)
-  682 m (Ripoll)
-  Asfalto

2 SANT JOAN DE LES ABADESSES - COLONIA LLAUDET (2 KM) - CAMPRODON - LLANARS (3 KM)

Esta vía verde tiene una longitud de 2 km hasta la colonia Llaudet. Después sigue por la ruta Pirinexus hasta Camprodon y enlaza con Llanars por otro nuevo tramo de vía verde de 3 km. Conecta con la ruta del Ferro i del Carbó, en Sant Joan de les Abadesses, lo que nos permite llegar hasta Ripoll. En Sant Joan de les Abadesses también conecta con el tramo de enlace que llega hasta Olot, inicio de la ruta del Carrilet.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



5 km (2+3)



- m



988 m (Camprodon)



773 m (Sant Joan de les Abadesses)



Asfalto

3 CAMINO GANADERO DE CAMPDEVÀNOL: CAMPDEVÀNOL - SANT LLORENÇ DE CAMPDEVÀNOL

De la población de Campdevànol sale el antiguo camino real y ganadero que llega a la popular fuente de Sant Eudald, a la fuente de Querol (una zona de recreo situada en un paraje de una gran belleza y riqueza natural) y a la iglesia románica de Sant Llorenç de Campdevànol.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



4 km



2,5 %



800 m (Sant Llorenç de Campdevànol)



700 m (Campdevànol)



Gravilla con una capa de zahorra superficial

4

RUTA DEL CARRILET: OLOT - GIRONA

La Ruta del Carrilet Olot-Girona tiene una suave pendiente desde Olot (440 m) hasta Girona (70 m) y su punto más alto se sitúa en el Coll d'en Bas, a 558 metros sobre el nivel del mar. El recorrido, apto para peatones y bicicletas, se encuentra en muy buen estado, acondicionado con nuevos puentes, barandillas y señalización.

+ INFO

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Medio



54 - 57 km (según entrada en Girona)



1,5 %



620 m (Coll d'en Bas)



70 m (Girona)



Sablón compactado

5

VÍA VERDE DE CAL ROSAL EN PEDRET

Entre todas las rutas verdes, la más fácil es, sin duda, la vía verde de Cal Rosal, en Pedret, en el Berguedà. Construida a finales del s. XIX, la línea de Manresa a Berga y Guardiola fue clave para el desarrollo de esta comarca durante el s. XX

Entre Cal Rosal y Pedret se conserva el trazado en perfecto estado. Un recorrido con bosques y el extraordinario puente de Pedret junto a la iglesia de Sant Quirze.

+ INFO

FICHA TÉCNICA



Bajo



6 km (ida) punto de inicio en el aparcamiento de Cal Rosal



105 m



603 m



2.076 m



-

6

VÍA VERDE DEL CARRILET VALL FOSCA

Sigue el trazado de las vías que se construyeron a principios de siglo XX para el transporte de trabajadores y mercancías de la central hidroeléctrica de Cabdella. El itinerario comienza en la cota 2.200, junto al lago Gento —al que, durante los meses de verano, se puede subir con el teleférico— y termina en la antigua cámara de aguas de la central de Cabdella, pasando por túneles y caminos rodeados de montañas.

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



Medio



5 km



- %



2160 m



2.076 m



-

7

PIRINEXUS

Pirinexus es un eslabón ciclable transfronterizo con un recorrido de 353 kilómetros para los amantes de las bicicletas o el senderismo, combinando el ejercicio físico al aire libre en entornos agradables con el valor añadido del descubrimiento de la región que se visita.

Pirinexus pasa por un total de 53 poblaciones y ocho comarcas diferentes, combinando trazados de vías verdes con otras rutas pedaleables, como caminos rurales o carreteras con baja densidad de tráfico.

[+ INFO](#)

[+ INFO](#)

FICHA TÉCNICA



-





CALENDARIO DE LAS PRINCIPALES
PRUEBAS DE LOS PIRINEOS DE CATALUÑA

BTT, CARRETERA Y GRAVEL

CALENDARIO DE PRUEBAS DE TODAS LAS MODALIDADES

PRUEBAS BTT

MARCHA CICLOTURISTA «LA PALLARESA»

ABRIL · PALLARS JUSSÀ

Con salida desde Tremp, consta de 3 pruebas. Recorridos por los dos Pallars, de diversa longitud y desnivel acumulado para incentivar a los aficionados al ciclismo.

Largo: 169 km y 3.000 m de desnivel acumulado

Medio: 117 km y 1.600 m de desnivel acumulado

Corto: de 71 km y 1.000 m de desnivel acumulado

[+ INFO](#)

ESCANYABOCS

MAYO (3.ª FIN DE SEMANA) · ALT URGELL

Pruebas combinadas en las modalidades de *raids* de aventura, orientación nocturna, marcha nórdica y BTT. Carrera de BTT no competitiva pero cronometrada

[+ INFO](#)

1.ª GEOBIKE PALLARS

MAYO · PALLARS JUSSÀ

Marcha BTT que pasa por rincones espectaculares de la Conca de Tremp y que ofrece al participante dos modalidades a escoger. Circuito largo de 50 km / Circuito corto de 31 km

[+ INFO](#)

PEDALS DE FOC NON STOP MTB ULTRAMARATHON

JUNIO

La ultramaratón de BTT más dura de Europa y pionera en la península ibérica. La exigencia física de la versión Non Stop es máxima, con 213 km de longitud y 6.200 metros de desnivel positivo, en un recorrido que recorre el perímetro del Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.

[+ INFO](#)

TRANSPYR COAST TO COAST

JUNIO · PIRINEO

La Travesía Mar a Mar, una carrera por etapas considerada una de las 10 mejores aventuras en BTT del planeta. De la costa vasca francesa a la Costa Brava en 7 etapas por tierras francesas y de Cataluña. (Saint-Jean-de-Luz, Saint-Jean- Pied-de-Port, Oloron-Sainte-Marie, Bagnères-de-Bigorre, Vielha, La Seu d'Urgell, Camprodon y Roses)

[+ INFO](#)

HARDBIKE

JUNIO · VAL D'ARAN

HARDBIKE es una prueba ciclista que tiene como objetivo descubrirte durante 4 jornadas *bikers*, los mejores lugares de Val d'Aran para la práctica de la BTT en entornos de alta montaña y de senderos.

+ INFO

BTT CAVALLERA 2022

JUNIO · ST. JOAN DE LES ABADESSES – RIPOLLÈS

2 circuitos de 35 km aprox., uno de nivel experto y otro de nivel técnico más moderado.

+ INFO

SCOTT CUP PIRINEOS

JUNIO · RIPOLL

Prueba de alta montaña con salida y llegada en Ripoll, con un sinfín de *single tracks* y senderos muy bonitos. Dos distancias exigentes pero adaptadas a todos los niveles de BTT.

+ INFO

TER BIKE EXPERIENCE

JUNIO · SETCASES – RIPOLLÈS

Prueba no competitiva. Se trata de una experiencia deportiva de superación personal ya la vez de compañerismo, amistad y relación con otros deportistas. Actividad promovida por el Consorci del Ter (www.consorcidelter.cat) a través de la Ruta del Ter (www.rutadelter.cat) desde su nacimiento (salida oficial en Setcases) hasta su desembocadura en Torroella de Montgrí – L'Estartit.

+ INFO

BUFF MTB MARATHON

JULIO · VALL DE BOÍ

Forma parte del circuito Scott BTT Maratón. 48 km y 1.800 m + La carrera se disputa en Barruera con espectaculares cimas y paisajes de alta montaña.

LA CATLLARÀS

JULIO · BERGUEDA

Es una carrera BTT en torno al macizo del Catllaràs, con salida y llegada en Sant Julià de Cerdanyola. Distancia: 14,82 km, 31,09 km o 44,89 km.

+ INFO

ERA RODA NON STOP

JULIO (3.^{ER} FIN DE SEMANA) · VAL D'ARAN

Era Roda non Stop es una prueba que se realiza en tres formatos diferenciados, con la intención de dar cabida a todos los *bikers*. Ultramaratón: 120 km y 4.700 m de desnivel positivo, Maratón: 55 km y 2.100 m de desnivel positivo. e-Bike 55 km y 2.100 m de desnivel positivo. El 80 % de la ruta transcurre por caminos, senderos y trialeras.

[+ INFO](#)

EL ENDURO BTT RAIERS

NOVIEMBRE · PALLARS JUSSÀ

Los circuitos por donde se realizan los descensos están ubicados en los términos municipales de Pobla de Segur, Sossís y Claverol, con un trazado con más de 1.000 metros de desnivel acumulado. Esta competición forma parte de la liga de Enduro BUKARDO

[+ INFO](#)

[+ INFO](#)

CATALUNYA BIKE RACE

OCTUBRE · CERDANYA

Prueba de MTB por etapas individual de tres días, incluida en el Calendario de la Real Federación Española de Ciclismo. 194 km y 5.740 m desnivel positivo con salida y llegada en Puigcerdà.

[+ INFO](#)

PRUEBAS CARRETERA

PIRINEOS GIRONA CHALLENGE

ABRIL · SARRIÀ DE TER-CAMPRODON

Una singular marcha cicloturista en dos etapas. La primera etapa sale de Sarrià de Ter (Girona) y llega a Camprodon después de 120 km. Y la segunda regresa a Sarrià de Ter por otro recorrido de 118 km.

+ INFO

MARCHA CICLOTURISTA TRES NACIONS

JUNIO · Cerdanya

Con salida en Puigcerdà es la única marcha circular del mundo que traspasa tres países dando un toque distintivo a cada uno de ellos. Recorre 140 km del Pirineo catalán, francés y Andorra, pasando por puertos míticos.

+ INFO

ORBEA CADÍ CHALLENGE

JUNIO · Cerdanya

Cicloturista de dos etapas que transcurre por las carreteras mejor guardadas de la Cerdanya, Berguedà y Alt Urgell. La primera etapa cuenta con 120 kilómetros con 3.000 metros de desnivel y la segunda 118 kilómetros con 2.200 metros de desnivel.

+ INFO

LA RUTA MINERA

JUNIO · BERGUEDÀ

Prueba cicloturista que se celebra en Berga y transcurre principalmente por carreteras con muy poco tráfico de vehículos, ideales para la práctica del ciclismo. Es un homenaje a los hombres y mujeres que trabajaron en las minas del Alt Berguedà durante más de cien años.

+ INFO

CERDANYA CYCLING TOUR

JULIO · Cerdanya

Una carrera no competitiva que da la vuelta a la Cerdanya, con salida y llegada en el pueblo de Alp, y que permite conocer algunos de los lugares más bonitos del valle. 179 km 3.486 m desnivel +

+ INFO

BUFF 4 CIMS

JULIO · BERGUEDÀ

Marcha cicloturista de resistencia para los auténticos amantes de la bicicleta de carretera que buscan un reto diferente en un marco incomparable, como el entorno natural pirenaico del Berguedà.

+ INFO

PRUEBAS CARRETERA

MARCHA CICLOTURISTA BARRAQUES

SEPTIEMBRE · RIPOLLÈS

Esta marcha transcurre por carreteras de gran valor paisajístico, atravesando los pueblos de los valles del Ripollès. El último puerto de montaña está cronometrado.

BONAIGUA GRAN FONDO

OCTUBRE · (VAL D'ARAN)

Una marcha no competitiva que discurre por las carreteras que rodean el Puerto de la Bonaigua, con la localidad de Vielha como punto de inicio y final, y un recorrido de 110 kilómetros y un desnivel acumulado de 3.190 metros.

[+ INFO](#)

GRAN FONTS LA FALLA

SEPTIEMBRE · ALTA RIBAGORÇA

Prueba para conocer a fondo Vall de Boí y Alta Ribagorça, con una distancia de 135 kilómetros y 3.000 metros positivos. Transcurre por las carreteras del Pirineo Catalán y Aragonés, en la Comarca de la Ribagorça, con paisajes y lugares tan espectaculares como Vall del Baliera, Vall de Barravés, el balneario de Caldes de Boí, el Parque Nacional de Aigüestortes y Vall de Boí con las iglesias románicas como protagonistas. También medio fondo (106 km) y pequeño fondo (62 km).

[+ INFO](#)

PRUEBAS GRAVEL

GRAVEL CERDANYA

JULIO · CERDANYA

Evento de gravel 1 día con salida de Puigcerdà. Se combinan zona de alta montaña por pistas en perfectas condiciones con senderos planos y muy ciclables en el lado del río. 55 km y 1.990 m desnivel +

[+ INFO](#)













CULTURA Y PATRIMONIO

LA MEMORIA DE UN LUGAR

Los Pirineos, columna vertebral a partir de la cual creció Cataluña, ofrecen un extenso y valioso patrimonio arquitectónico y cultural, con recursos considerados Patrimonio Mundial de la Humanidad. Son fuente de inspiración de escritores y pintores y cuna de una cultura milenaria.

Esconden iglesias románicas, monasterios, castillos, conjuntos arqueológicos y pueblos medievales, además de una cincuentena de museos, santuarios de gran belleza y devoción, lugares de culto y piedras llenas de historia.

GASTRONOMÍA

NATURALEZA Y PALADAR

La riqueza gastronómica de los Pirineos hace que sea un placer sentarse a la mesa y probar sus platos de montaña.

Caza, setas, quesos de vaca, oveja y cabra, embutidos... La cocina pirenaica saca el máximo provecho de los productos de la tierra y, combinándolos con la sabiduría de los ancestros, sorprende a los paladares más exigentes.



ALOJAMIENTOS

UN DESCANSO MERECIDO

Hoteles, casas de turismo rural, albergues y campings... En los Pirineos de Cataluña hay alojamientos para todos los gustos, cada uno con su personalidad y especialidad. De carácter entusiasta y acogedor, los establecimientos de los Pirineos de Cataluña son un espacio donde descansar después de una jornada de aventura o disfrutar de unos días de relax.





CRÉDITOS

Portada: La Garrotxa. Cicloturismo
P.2: Archivo FGC autor Oriol Molas
P.4: Bellver Cerdanya @Catalunya Bike Race
P.6: Portaine Archivo @ CadiBike Foto Pep Imma
P.8: Boí Taüll. foto de FGC
P.10: Val d'Aran. Archivo ACT
P.18: Boí Taüll. Foto FGC / Pixion
P.31: Pirinexus - Jase Wilson - Archivo Imágenes PTCBG
P.32: BTT en Montgarri. Archivo Consorci Turisme Valls d'Àneu
P.44: La Molina © FGC. OriolMolas&MolaBikes
P.47: La Molina © FGC. Oriol Molas
P.48: Pirinexus - Jase Wilson - Archivo Imágenes PTCBG
P.50: Vallter. ©FGC.jpg
P.58: Berguedà. Autor Òscar Rodbag
P.68: Olot - Les Preses - Foto Stella Rotger
P.74: Saldes. Autor Erreka
P.81: Beget. Autor Oriol Clavera
P.82: EraRodaNonStop2021_FOTOTUR_JMT
P.84: Taüll. Foto Inmedia Solutions. Archivo ACT
P.86: Gastronomía
P.88: Alojamiento de la Cerdanya. Foto Patronat Comarcal de Turisme de la Cerdanya
P.91: Berguedà. La Pobla de Lillet. Foto Erreka
Fotos de las diferentes rutas cedidas por las rutas o Patronatos



 Generalitat de Catalunya
Agència Catalana de Turisme

**ara
lleida**


Diputació de Lleida
Patronat de Turisme

 **Pirineu de Girona**


VAL D'ARAN
L'essència dels Pirineus

 **Pirineus
Barcelona**

 **Diputació
Barcelona**

 **IDAPA**
Institut per al Desenvolupament
i la Promoció de l'Alt Pirineu i Aran
Institut entantí Desenvolupament
e era Promoció de l'Alt Pirineu e Aran

 **FGC**
Ferrocarrils
de la Generalitat
de Catalunya



Visita la web
www.visitpirineus.com/es

Para más información
info@visitpirineus.com



@visitpirineus

