

EL RIPOLLÈS

NATURE ACTIVE



EL RIPOLLÈS
Vis ton histoire dans les Pyrénées



SOMMAIRE

03

Introduction

04

Informations
générales

07

Un environ-
nement naturel
privilegié

10

Cyclisme

15

Randonnée

19

Sports
d'hiver

22

Sports
d'aventure

24

Compétitions
et épreuves
sportives



INTRODUCTION



À El Ripollès, nous vivons toute l'année de façon active, que ce soit en enfilant nos baskets, nos skis ou sur deux roues !

De vraies expériences et des émotions authentiques vous attendent ici, et vous trouverez tout ce dont vous avez besoin pour vous connecter à l'essence du territoire. Il y a des activités pour toutes les tranches d'âge et desquelles

profiter toute l'année. Familles, couples, randonneurs, aventuriers, seniors, groupes... Chacun trouvera une expérience sur mesure, des propositions pour découvrir la nature, la randonnée, la neige, le vélo, l'aventure... Et vous pouvez les vivre par vous-même ou accompagné de guides spécialisés qui vous feront sentir l'âme d'un aventurier privilégié.

À El Ripollès, nous sommes actifs tous les jours et nous vous présentons notre catalogue de nature, de sport et d'aventure pour que vous puissiez aussi en profiter avec toute l'intensité qu'il mérite.



SOMMAIRE



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Nous sommes une destination idéale pour le sport, en raison de nos caractéristiques climatiques et naturelles, d'une longue tradition dans le monde de la randonnée et du sport et de la qualité de notre offre touristique. Au milieu de paysages et d'un environnement naturel, nous proposons des zones de sentiers et des séjours d'entraînement, avec des installations

municipales telles que le Centre de Tecnificació Esportiva l'Avellaneda à Ripoll. Grâce à tous ces attributs, El Ripollès est l'une des régions catalanes qui accueillent le plus de courses de montagne chaque saison. Et tout au long de l'année, vous trouverez un grand nombre d'événements sportifs tels que des trails, des duatlons, des courses cyclistes, etc.



Courses de montagne à El Ripollès



TOURISME ACTIF ET FAMILIAL

Nous avons pour vous un monde d'activités à vivre en famille : découvrir des lieux ensemble, connaître les recoins et les détails du patrimoine naturel et culturel ou partager des expériences uniques qui ne manqueront pas de vous faire revenir.

Ne manquez pas les parcours récréatifs qui vous permettront de connaître le patrimoine naturel et culturel et d'apprendre les histoires qui coexistent ici :

Le Met de Ribes

sur le personnage populaire du Met, vous permettra de trouver 13 Mets cachés dans différents endroits de Ribes de Freser, tout en découvrant le patrimoine naturel, culturel et historique de la ville. Vous pouvez y jouer avec une fiche explicative ou depuis le site www.metderibes.cat.

Les petits détectives du patrimoine

de la vallée de Camprodon vous aideront à connaître ses villages de manière ludique en résolvant des énigmes, en découvrant des mystères et en faisant connaissance avec de jolis coins.

Encanteri

est un jeu de cartes et de découverte où le plateau est le territoire. Découvrez les noms des esprits cachés dans le Ter dans les municipalités de Camprodon, Sant Pau, Sant Joan de les Abesses et Ripoll.

Le jeu parcours et batailles

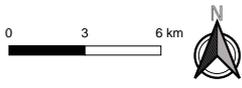
de la vallée de Camprodon propose trois itinéraires qui vous permettront de vivre divers épisodes militaires de manière instructive.

La Route de la Retirada à Camprodon

nous propose un voyage dans le temps à l'époque de la Retirada qui nous permettra de revenir à un Camprodon qui a souffert les conséquences de la guerre civile espagnole.

Notre vocation pour le tourisme actif et familial est également accréditée : la vallée de Camprodon est certifiée destination de nature et de montagne pour les familles, et Vallter et Vall de Núria sont certifiés comme installations de tourisme familial par l'Agence catalane du tourisme.





Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser
 Parque Natural de las Capçaleres del Ter i del Freser
 Parc Naturel de les Capçaleres del Ter i del Freser

Centre d'informació del Parc Natural
 Centro de Información del Parque Natural
 Natural Park Information Center
 Centre d'informació del Parc naturel

Oficina Turisme
 Oficina turismo
 Tourist information office
 Office de tourisme

Població
 Población
 Village

Riu
 Río
 River
 Fleuve

Cim
 Pico
 Peak
 Sommet

Carretera
 Carretera
 Road
 Route

Carretera secundària
 Carretera secundaria
 Secondary road
 Route secondaire

Pista forestal
 Pista forestal
 Forest track
 Piste forestière

Ferrocarril
 Ferrocarril
 Railway
 Chemin de fer

Tren Cremallera
 Tren Cremallera
 Rack Railway
 Voie ferrée à Cremallière

Pistes d'esquí
 Pistas de esquí
 Ski station
 Station de ski

Refugi
 Refugio
 Mountain shelter
 Refuge

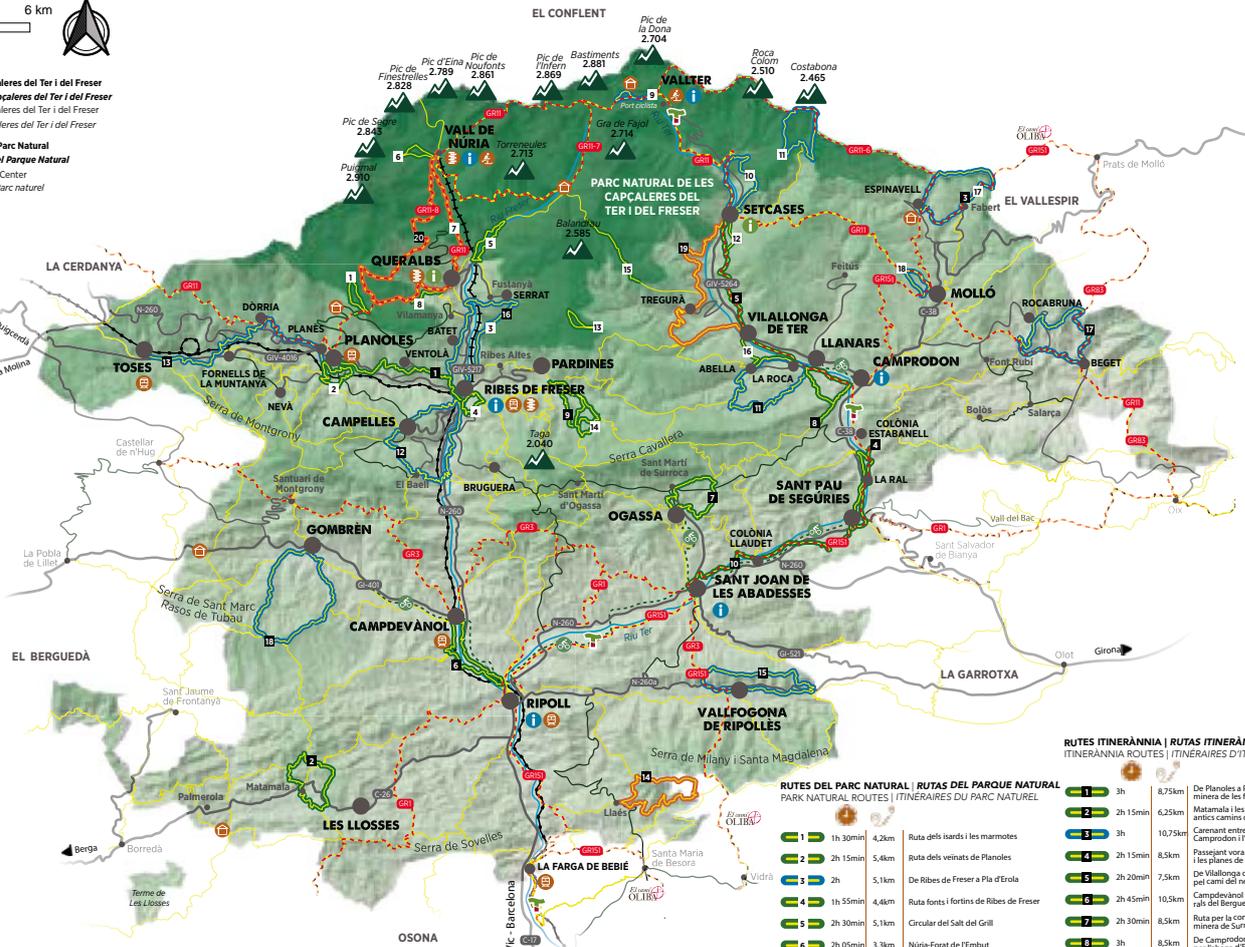
GR 1/3/11/85
 GR 151 - El Camí Oliba
 GR 151 - El Camino Oliba
 GR 151 - Oliba path
 GR 151 - Sentier Oliba

Ruta del Ter
 Ruta del Ter
 Ter route
 Itinéraire Ter

Via Verda
 Via verde
 Green way
 Voie verte

Via Romana
 Via Romana
 Roman way
 Voie Romaine

Xarxa de senders Itinerància
 Red de senderos Itinerància
 Itinerància hiking trail network
 Réseau de sentiers Itinerància



Dificultat - Difficultat - Difficulty - Difficulté
 Fàcil - fácil - easy - facile
 Mitjà - medio - medium - moyenne
 Difícil - difícil - difficult - difficile

RUTES DEL PARC NATURAL | RUTAS DEL PARQUE NATURAL
 PARK NATURAL ROUTES | ITINÉRAIRES DU PARQUE NATUREL

Number	Duration	Distance	Description
1	1h 30min	4,2km	Ruta dels isards i les marmotes
2	2h 15min	5,4km	Ruta dels veïnats de Planoles
3	2h	5,1km	De Ribes de Freser a Pla d'Erola
4	1h 55min	4,4km	Ruta fonts i fortins de Ribes de Freser
5	2h 30min	5,1km	Circular del Salt del Grill
6	2h 05min	3,3km	Núria-Forat de l'Embut
7	4h 40min	7,3km	Camí Vell de Núria
8	45min	2,2km	Ruta de l'Estret del Forn
9	1h 25min	4,5km	Circ d'Uldeter
10	5h	8,5km	Cabroner-Baidana-Cabanes-Setcases
11	2h 45min	8,2km	Collada Fonda-Costabona-Balmeta
12	2h	3,7km	Camí de Socarats a Beduís
13	2h 20min	3,8km	De coll de Melanell a Puig Cerveteris
14	2h 15min	5,5km	Ruta de Festany de Can Roca
15	3h 40min	8km	Del Collet de la Graia a Coll de Tres Pics
16	2h 30min	6,2km	Ruta de la Molina
17	4h 40min	9,7km	Espinavell-Coll Pregon-Coll de la Clapa-Faber
18	2h	3,7km	Camí de Mollo a Santa Magdalena

RUTES ITINERÀNCIA | RUTAS ITINERÁNCIA
 ITINERÁNCIA ROUTES | ITINÉRAIRES D'ITINERÁNCIA

Number	Duration	Distance	Description
1	3h	8,75km	De Planoles a Ribes per la ruta minera de les ferreses de Ventolà
2	2h 15min	6,25km	Matamala i Les Lloses per antics camins de Feraudura
3	3h	10,75km	Canerant entre la vall de Campredó i l'Alt Vallespir
4	2h 15min	8,5km	Passeig vora Ter pels boscos i les planes de Sant Pau i la Ral
5	2h 20min	7,5km	De Vilallonga de Ter a Setcases pel camí del nen de Llebró
6	2h 45min	10,5km	Campdevàno i Ripoll pels camins rals del Berguedà i la Cerdanya
7	2h 30min	8,5km	Ruta per la conca minera de Surrroca-Ogassa
8	3h	8,5km	De Campredó a la Torre Cavallera pel fòssat d'Espinalba
9	3h	9km	Pels veïnats de Pardines sota l'ombra de Serra Cavallera
10	3h	11km	De Sant Pau de Segúries a Sant Joan de les Abadeses pel camí vora Ter
11	3h 25min	12,25km	A la font de les Doucs per les planes d'Espinalba i d'Abella
12	5h 30min	16km	Per Campelles i Ribes de Freser sota la mirada del Tago
13	4h 54min	13km	Romànic i natura a la Vall del Rigat
14	3h 45min	12,5km	De Llaés al Castell de Milany per camins entre conques i baumes
15	4h	13,9km	Trescant per la Serra de Puig d'Estela de Villogona
16	5h 30min	15km	Pels veïnats de l'Alt Freser
17	5h	14km	Begut i Rocabruna pels camins de contrabandistes
18	5h 30min	14km	Entre antigues parroquies de Gombren, Campdevàno i les Lloses
19	5h 45min	15,5km	De Setcases a Vilallonga de Ter per Trespatí el camí del Fort
20	5h 45min	16km	De Núria a Queraltó per pastures i camins miners

UN ENVIRONNEMENT NATUREL PRIVILEGIE



Vallter

Diverses figures de protection environnementale couvrent notre territoire. Son plus important représentant est le **Parc naturel des Capçaleres del Ter i del Freser**, déclaré en 2015, qui met en lumière l'élevage, une des valeurs de la région, et qui possède une scène extraordinaire pour le mener à bien, avec des sommets

importants comme le Puigmal, le Bastiments, le Balandrau, le Noucreus, le Noufonts, le Costabona... En 2019 le parc naturel a reçu la certification de la Charte européenne de tourisme durable (CETD), ce qui a permis d'étendre l'engagement pour le tourisme durable dans toute la région d'El Ripollès.





Le bijou du parc, c'est son patrimoine naturel et paysager qui se caractérise par une extraordinaire faune de haute montagne et une grande diversité florale. En suivant les itinéraires d'interprétation du parc naturel, vous trouverez des villages de montagne et vous découvrirez une foule de détails sur la vie des bergers et l'identité de notre territoire, ainsi que l'archéologie de haute montagne, l'industrie minière et les centrales hydroélectriques. Parmi les autres points forts de la région, citons Vallter et Vall de Núria, deux stations de montagne situées au cœur du parc naturel, au milieu d'un environnement spectaculaire, entourées de sommets emblématiques de plus de 2800 mètres.



Le Puig Cerveris avec le Balandrau en fond

Chaîne montagneuse de Montgrony

Il s'agit d'une continuité naturelle de l'axe **Cadí-Moixeró**, mais sa situation plus à l'est lui confère un caractère unique. Elle présente une grande diversité d'habitats et d'espèces d'intérêt communautaire et abrite en même temps une faune très variée. C'est un cadre naturel spectaculaire pour toutes sortes de sorties et d'activités sportives.



Le sanctuaire de Montgrony dans la chaîne montagneuse de Montgrony





Château de Milany dans la chaîne montagneuse de Milany

Le Taga et la chaîne montagneuse Cavallera

La chaîne montagneuse Cavallera s'élève entre les vallées du Ter et du Freser et se distingue par son relief lisse et arrondi qui offre de splendides vues panoramiques de la région. Sur son flanc se trouvent les villes de Ribes de Freser, Bruguera, Pardines, Ogassa, Sant Joan de les Abadesses, Camprodon et Villalonga de Ter.

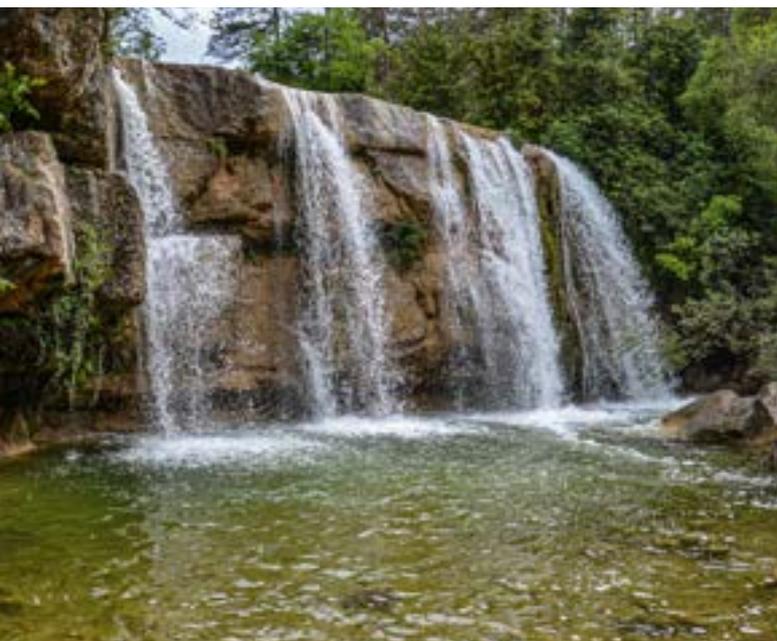
Le sommet du Taga, à 2032 mètres, est une attraction pour les randonneurs qui veulent l'escalader, et offre une vue spectaculaire sur toute la région et la chaîne de montagnes Cavallera.

Chaînes montagneuses de Milany-Santa Magdalena et Puigsacalm-Bellmunt

À l'est de la région, à la frontière avec La Garrotxa, ces chaînes de montagnes présentent de grands attraits paysagers et touristiques, dont les vestiges du château de Milany. Il s'agit d'une région populaire pour la randonnée, le VTT et les sports motorisés dans un environnement naturel.



La chaîne montagneuse Cavallera



Torrent de la Cabana à Campdevànol

Terre d'eau et de fleuves surprenants

El Ripollès est un territoire qui abrite plusieurs fleuves à la grande biodiversité, très représentative du territoire, et qui permettent une découverte agréable des routes et chemins qui les longent. Le Ter, l'un des fleuves principaux et les plus emblématiques de Catalogne, prend sa source à Ulldeter (Setcases) et se jette dans les gorges du Ter (Torroella de Montgrí). En traversant El Ripollès, d'autres fleuves et cours d'eau se jettent également dans la région, comme le Freser, l'affluent le plus important du Ter, qui donne son nom à la vallée de Ribes, ainsi que le Rigard, le Segadell, le Ritort, le Merdàs et les ruisseaux de Vallfogona et de Les Llosses.



CYCLISME



El Ripollès est une région diversifiée qui offre des sensations uniques dès l'apparition du premier rayon de soleil jusqu'à son coucher derrière les Pyrénées. Découvrir ce territoire à vélo est un gage d'émotions, de plaisir et d'envie de revenir.

Nous faisons référence au cyclisme dans toutes ses modalités, et sous toutes ses formes, avec des propositions pour ceux qui se contentent d'une sortie détendue en famille, et pour ceux qui veulent tester leurs limites sportives avec des ascensions vers certains des cols de montagne les plus légendaires du cyclisme.

En effet, l'orographie unique d'El Ripollès permet à chacun de trouver la formule idéale pour profiter de la région en pédalant. Choisissez votre modalité : cyclotourisme, VTT, vélo de route, vélo de gravier, ou vélo électrique...



VTT

Au Centre VTT d'El Ripollès, vous trouverez un vaste catalogue d'itinéraires, avec des **sorties balisées et documentées** aux différents niveaux de difficulté. Les parcours vont de la simple balade de 4 kilomètres à des itinéraires plus exigeants de plus de 40 kilomètres et des dénivelés cumulés de 1200 mètres.

Castell de Milany

Sant Joan de les Abadesses.
37 km. 5h. Difficulté élevée.



El Catllar

Ripoll
18,8 km. 2h. Difficulté élevée.



Sant Pere d'Aüira

CampdevànoI
17,2 km. 3h. Difficulté élevée.



Puig Cornador

Les Llosses
18,3 km. 3,2. Difficulté élevée.



Coll d'Ares

Camprodon
43,21 km. 5h. Difficulté élevée.



Circuit par Bolós

Camprodon
31,3 km. 3,2h. Difficulté élevée.



Route des wagonnets

Sant Joan de les Abadesses.
9,6 km. 1,15h. Difficulté élevée.



Sant Pau – Resclusanys – Vall del Bac

Sant Pau de Segúries
31,5 km. 3,4h. Difficulté élevée.



Vall de Camprodon – Vall de Ribes

Vilallonga de Ter, Pardines
51,8 km. 4,2h. Difficulté élevée.



Setcases-Pla de Liens

Setcases
20 km. 2,4h. Difficulté élevée.



Espinalba

**Llanars, Vilallonga de Ter,
Camprodon**
12 km. 3h. Difficulté élevée.



El Remei

Ripoll
10,6 km. 1h. Difficulté moyenne.



Sant Bernabé de les Tenes

Sant Joan de les Abadesses.
23,5 km. 3h. Difficulté moyenne.



Collada del Muig

Sant Joan de les Abadesses.
9,6 km. 1,5h. Difficulté moyenne.



La Rovira

Sant Joan de les Abadesses.
4 km. 0,5h. Difficulté faible.



Cyclisme sur route

À El Ripollès, vous pourrez imiter les grands exploits des cyclistes, en vous délectant de la tranquillité des routes qui vous fera profiter de toutes les facettes du cyclisme, tout en vous battant contre la montre dans certains des cols les plus exigeants des Pyrénées, qui sont la scène de grandes prouesses cyclistes des coureurs professionnels. Vous pourrez relever les défis de l'ascension de Vallter, du Collet de les Barraques ou du col d'Ares.



Col cycliste de Vallter

Vallter en passant par Oix et Beget

117 km. Difficulté élevée.



Col de Jou et Collada de Toses

100 km. Difficulté élevée.



Col de Jou le long de la chaîne montagneuse Cavallera

67 km. Dificultat alta.



Col de Canes et Collada de Capsacosta

71 km. Difficulté moyenne.



Col de la Creueta et Collada de Toses

79,5 km. Difficulté moyenne.



Collet de les Barraques

47 km. Difficulté moyenne.



Col d'Ares et Prats de Molló

91 km. Difficulté moyenne.



Le circuit à Sant Jaume de Frontanyà (col de Merolla)

69 km. Difficulté moyenne.



Col de Santigosa et Col de Canes

40 km. Difficulté faible.



Cyclisme pour toute la famille

Profitez du réseau de voies vertes d'El Ripollès, avec les itinéraires les plus plats et adaptés à toute la famille, pour en profiter tous les jours et à votre rythme.



Voie verte - Route du fer et du charbon

La Route du fer et du charbon

évoque l'importante tradition de la forge dans la région d'El Ripollès et l'extraction du charbon dans les mines d'Ogassa, suit l'ancien tracé du train. Elle va de Ripoll à Ogassa en passant par Sant Joan de les Abadesses, 12 kilomètres de route pour profiter de la marche ou du vélo et nous rappeler un passé industriel dont nous sommes aujourd'hui les héritiers.

Chemin de transhumance de Campdevàrol

Du village de Campdevàrol part l'ancien chemin royal et de transhumance, qui offre un parcours de 4 kilomètres le long de l'ancienne piste de bétail et vous mènera facilement à la source populaire de Sant Eudald, à la source de Querol et à l'église romane de Sant Llorenç de Campdevàrol. Ce même chemin est relié à la Route du fer et du charbon à Ripoll.



Voie verte Sant Joan Abadesses – Sant Pau de Segúries/ Camprodon – Llanars

De Sant Joan de les Abadesses, vous pouvez emprunter le tronçon de route qui vous conduira à Sant Pau de Segúries, un nouveau tronçon d'environ 9 kilomètres qui suit le fleuve Ter que, grâce à quatre grandes passerelles, vous traverserez plusieurs fois. À Sant Pau de Segúries, la route Pirinexus vous emmène à Camprodon, d'où vous pouvez suivre un autre tronçon de 3 kilomètres qui rejoint Llanars.

À Sant Joan de les Abadesses, il se connecte à la Route du fer et du charbon, ce qui nous permet d'atteindre Ripoll, et il est également relié au tronçon de liaison qui rejoint Olot, le début de la route du Carrilet.



RANDONNÉE



Ull de Ter à Vallter, Setcases

La meilleure façon de découvrir un territoire est d'en suivre les chemins pas à pas, et l'éventail de sentiers et d'itinéraires que propose El Ripollès est absolument fascinant.

Ce n'est pas en vain que cette région, qui porte les traces d'une culture ancienne, est le berceau de la randonnée catalane. Marcher à travers les vallées et les montagnes et relier les villages par des itinéraires pédestres a toujours constitué une part de l'identité de ses habitants. Que vous soyez un randonneur expert ou que vous débutiez dans la randonnée, vous trouverez des centaines de kilomètres de sentiers et d'itinéraires pour tous les goûts, qu'il s'agisse de courtes, mais agréables



promenades pour toute la famille, de l'ascension de sommets mythiques ou d'excursions en plusieurs étapes. Le tout dans le cadre naturel exceptionnel du Parc naturel de les Capçaleres del Ter i el Freser, ou des vallées de Ribes et de Camprodon.

De plus, grâce au [réseau de sentiers Itinerànnia](#), Ripollès - Garrotxa - Alt Empordà, plus de 2500 km d'anciens chemins historiques utilisés par nos grands-parents ont été récupérés pour vous offrir la possibilité de vous promener dans la région et d'en rejoindre tous les villages. Vous pourrez créer un itinéraire sur mesure, préparer une traversée de plusieurs jours ou choisir l'un des 200 itinéraires proposés, balisés en jaune et classés selon

différents niveaux de difficulté, à faire seul, en groupe, entre amis ou en famille. Le réseau de sentiers des régions d'El Ripollès, La Garrotxa et de L'Alt Empordà offre une grande variété d'itinéraires, avec tous les niveaux de difficulté. L'application mobile avancée vous permet d'effectuer les trajets à votre convenance, et avec tous les paramètres de sécurité pour ne jamais perdre votre chemin.

En vous promenant dans El Ripollès, vous profiterez du paysage, de la nature, de l'histoire et de la culture de la région et dénicherez de petits coins et villages charmants dont le passé rural vous révélera l'essence de nos ancêtres, tout en parcourant des lieux inconnus.



Vous voulez préparer une balade ? Sur ripollesturisme.cat vous trouverez plus de 200 propositions d'itinéraires pour organiser la sortie idéale en fonction du temps que vous souhaitez y consacrer et de la difficulté.



Randonnées en montagne

En vous promenant dans El Ripollès, vous pouvez déconnecter et découvrir les Pyrénées voisines, et les sentiers de montagne sont le moyen idéal pour y parvenir.

Il y a les sentiers de longue distance, avec des centaines de kilomètres de chemins de traverse à plusieurs étapes.

Le circuit pédestre à El Ripollès

Ce merveilleux itinéraire de randonnée en 8 étapes, qui peut même être étendu à 9 étapes, est le moyen idéal de connaître les paysages de la région, en découvrant tous les détails de ses précieux paysages naturels. Il s'agit d'un itinéraire circulaire passionnant, et vous découvrirez pas à pas les endroits les plus populaires, mais aussi les plus sauvages et les plus inconnus d'El Ripollès. L'un des attraits de l'itinéraire est sa constante transformation, avec une grande variété de milieux que vous traverserez tout au long du parcours : forêts riveraines au fond des vallées, forêts montagnardes, forêts subalpines, prairies alpines, cirques glaciaires...

Le chemin Oliba

Il s'agit d'un parcours de 300 km à travers les origines de la Catalogne, lorsque des personnes comme l'évêque et l'abbé Oliba ont décidé de repeupler et de christianiser ces terres, en les ensemençant d'églises et de monastères romans. Il passe entre Montserrat et les Pyrénées, et traverse certaines des villes les plus historiques de la Catalogne vieille : Manresa, Vic, Ripoll et Sant Joan de les Abadesses.

Le chemin des origines

Un itinéraire de montagne reliant le Conflent et El Ripollès, anciennes régions ayant contribué à la naissance de la Catalogne aux IXe et Xe siècles, jumelés depuis 2013. Ces vallées, dont l'histoire commune remonte aux origines médiévales de la nation, de la langue et du drapeau catalans, sont parmi les plus mythiques des Pyrénées catalanes.

La Route du Ter

Elle relie deux sites touristiques, les Pyrénées et la Costa Brava, le long d'un itinéraire qui suit le cours du Ter et traverse cinq régions de Catalogne. Le long de cet itinéraire, qui peut être effectué à pied ou à vélo, vous pourrez observer une grande diversité de paysages, d'éléments culturels, d'histoire, de gastronomie et de traditions de chaque municipalité qui le compose.



Randonnée orientation et nature

Nous proposons également plus d'une douzaine de promenades guidées dans la nature avec le festival de la randonnée : Ripollès Discovery Walking, un des douze festivals qui se célèbrent dans le cadre des Festivals de la randonnée des Pyrénées.

D'autres propositions que vous pouvez découvrir avec des guides spécialisés sont le défilé de soldats et la promenade sur la voie romaine de Sant Pau de Segúries, les promenades populaires, les raquettes à neige à la pleine lune et les visites guidées du Parc naturel des Capçaleres del Ter i del Freser, réparties sur toute l'année.



SPORTS D'HIVER



En hiver, la neige recouvre de blanc El Ripollès, et permet de pratiquer une grande variété de sports. Avec les stations de ski de Vallter, La Molina et Vall de Núria, vous avez tout ce dont vous avez besoin pour profiter du ski sous toutes ses formes. Ski alpin, ski-alpinisme, raquettes à neige, escalade sur glace... Et pour les plus petits, il y a les parcs de loisirs, qui leur feront vivre une expérience inoubliable dans la neige!

Sports d'hiver
Une gamme extraordinaire pour profiter de manière active et unique des paysages enneigés.





Ski alpin

Avec les stations de La Molina, Vallter et Vall de Núria, El Ripollès vous offre un domaine skiable fascinant, avec des formules pour tous les âges et niveaux de découverte. Le paysage hivernal de cette région vous absorbera jusqu'à ce que vous vous y fondiez, vous profiterez de l'adrénaline de certaines descentes formidables et d'une neige préparée pour vos meilleures descentes. Des pistes de différents niveaux, une technologie appliquée au service du skieur, des itinéraires bien tracés, des écoles de ski pour débutants, des systèmes de sécurité... tout est à votre service pour que vous puissiez profiter de magnifiques journées à la neige.

Ski-alpinisme

El Ripollès est l'endroit idéal pour les débutants et les avancés en ski-alpinisme. Profitez de descentes dans des endroits fantastiques, sur de la neige vierge, là où les remontées mécaniques des stations n'arrivent pas.

Nombreuses sont les options pour pratiquer le ski-alpinisme. Vallter et Vall de Núria sont le point de départ de nombreuses routes, mais vous pourrez également gravir d'importants sommets.





Raquettes de neige à Vallter, Setcases

Raquettes de neige

C'est une activité qui peut être adaptée à différents niveaux, tant pour les familles qui veulent se balader que pour les adultes qui veulent s'initier à la montagne en hiver. Bien qu'elle ne nécessite pas beaucoup de technique, elle reste une activité exigeante en raison du lieu où elle se pratique et, par conséquent, il est conseillé d'avoir un minimum de connaissances en matière de sécurité et d'utiliser des équipements de sécurité spécifiques.

À El Ripollès, vous trouverez des entreprises qui proposent toute une gamme de services, de la location de matériel pour cette discipline aux guides et aux itinéraires de raquettes à neige adaptés à tous les niveaux.

Parcs ludiques

Les stations de montagne de Vall de Núria et de Vallter proposent de nombreuses activités pour toute la famille : luge, service de ludothèque avec ateliers et jeux éducatifs pour les enfants, activités à thème et vous pourrez même rencontrer la mascotte de Vallter, l'écureuil Esquirol Fajol.

Amusement garanti pour les petits!



SPORTS D'AVENTURE

El Ripollès sera le territoire de prédilection des amateurs de sport de plein air. En faisant du sport dans un environnement naturel aussi authentique, vous vous sentirez privilégié et aurez l'impression de ne faire qu'un avec le paysage. Le lien avec la nature est immédiat et de nouvelles choses vous étonneront et vous séduiront au fil de vos promenades.



Escalade

L'alpinisme et l'escalade occupent une place de choix à El Ripollès, vous pourrez y pratiquer tous les types d'escalade, sur roche et sur glace, avec le professionnalisme de guides experts qui sont un véritable atout à cette extraordinaire offre de sports de plein air.

Vous pourrez vous initier à ce sport à Ogas-sa ou La Lleixa, des endroits connus pour la grande quantité et qualité de leur roche, terrain idéal pour la découverte de ce monde vertical.

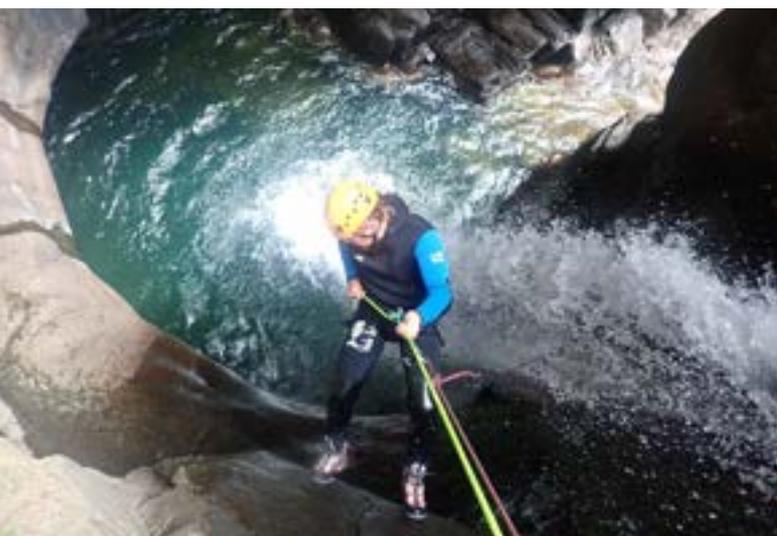
Vias ferratas

Et pour le grand public, une façon amusante d'entrer dans le monde de l'escalade est la via ferrata, des voies de montagne équipées de barres de fer, de câbles et de cordes pour faciliter l'ascension. Un bon exemple est la via ferrata de la **Roca de la Creu, de Ribes de Freser**, qui est parfaitement équipée et offre tous les mécanismes de sécurité pour que toute la famille puisse en profiter. De difficulté modérée, elle convient aux amateurs d'adrénaline et aux familles les plus aventureuses. Et si cela ne suffit pas, vous pouvez vous lancer dans l'aventure de l'alpinisme, du canyoning, de l'escalade ou du parapente.



Via ferrata de la Roca de la Creu à Ribes de Freser





Ravin de Núria à Queralbs

Canyoning

Afin de réaliser ces activités en toute sécurité, et plus intensément, nous vous recommandons d'être accompagnés par des guides de montagne spécialisés. Les différents opérateurs réceptifs locaux vous donneront toutes les informations sur les sociétés de guides à votre disposition.

Parcs d'aventura

Une **découverte unique pour les plus jeunes**, avec une variété de circuits acrobatiques, des tyroliennes au-dessus des arbres... Idéal pour les familles, les groupes d'amis, les sorties scolaires, les fêtes d'anniversaire ou tout autre événement ou célébration. Vous trouverez Molló Parc Aventura, à Molló, et Estiula Aventura, à Campdevànol.



Circuit de traversée tyrolienne à Estiula Aventura



COMPÉTITIONS ET ÉPREUVES SPORTIVES



El Ripollès est une destination privilégiée pour le sport, avec son environnement naturel imbattable.

Son attractivité n'est pas passée inaperçue auprès des organisateurs des différentes manifestations du calendrier international,

qui ont trouvé ici un cadre idéal pour organiser de grands événements, en profitant de ses avantages climatiques et de la qualité de ses installations sportives et touristiques.

Il existe une grande variété de courses de montagne, telles que l'Olla de Núria, Bastions, Marrana skyrace, Batega el Bac, Corriols de Foc... Les courses de vélo, tant sur route qu'en VTT, et même les compétitions de trial comme le Tres Dies Trial Santigosa.

