

EL RIPOLLÈS

ACTIU NATURA



EL RIPOLLÈS
Viu la teva història al Pirineu



ÍNDEX

03

Introducció

04

Informació
general

07

Entorn
natural
privilegiat

10

Ciclisme

15

Senderisme

19

Activitats
de neu

22

Esports
d'aventura

24

Competicions
i proves
esportives



INTRODUCCIÓ



Al Ripollès vivim la vida de forma activa tot l'any, ja sigui calçant-nos les botes, posant-nos uns esquís, o sobre dues rodes!

Aquí us hi esperen experiències reals i emocions autèntiques, hi trobareu tot el que necessiteu per a connectar amb l'essència del territori. Teniu propostes de tota mena, per a tots els grups d'edat

i per a gaudir durant tot l'any. Famílies, parelles, senderistes, aventurers, sèniors, grups... Tothom hi trobarà una experiència feta a mida, des de propostes per a la descoberta de la natura, senderisme, neu, ciclisme, aventura... I les podeu viure pel vostre compte o amb l'acompanyament dels guies especialitzats que us faran sentir uns aventurers privilegiats. Al Ripollès ens activem cada dia i us oferim tot el nostre catàleg de natura, esport i aventura perquè també el pugueu gaudir amb tota la intensitat.



INFORMACIÓ GENERAL

Som una destinació ideal per a la pràctica esportiva, per les seves característiques climàtiques i naturals, amb una llarga tradició en el món de l'excursionisme i l'esport, i la qualitat de la nostra oferta turística. Al bell mig de paisatges i entorns naturals s'ofereixen zones trail i estades d'entrenament, amb equipaments

municipals com el Centre de Tecnificació Esportiva l'Avellaneda de Ripoll. Gràcies a tots aquests atributs el Ripollès és una de les comarques catalanes que acull més curses de muntanya cada temporada. I durant tot l'any hi trobareu un gran nombre d'esdeveniments esportius com poden ser trails, duatlons, curses de bicicleta...



Curses de muntanya al Ripollès



TURISME ACTIU I FAMILIAR

Tenim per a vosaltres un munt d'activitats per viure en família: des de descobrir indrets plegats, a conèixer racons i detalls del patrimoni natural i cultural, fins a compartir vivències i experiències úniques que, de ben segur, us faran tornar.

No us perdeu les rutes lúdiques que us permetran conèixer el patrimoni natural, cultural i coneixereu les històries que hi conviuen:

El Met de Ribes

a propòsit del personatge popular del Met, us permetrà trobar 13 Mets amagats a diferents indrets de Ribes de Freser, tot descobrint el seu patrimoni natural, cultural i la història del municipi. S'hi pot jugar tant amb un full explicatiu com amb la web www.metderibes.cat.

Els petits detectius del patrimoni de la vall de Camprodon

us ajudaran a conèixer els seus pobles de forma entretinguda, tot resolent enigmes, descobrint misteris i coneixent bonics racons.

Encanteri

és un joc de cartes i de descoberta on el tauler és el territori. Descobriu el nom dels esperits que s'amaguen al riu Ter als municipis de Camprodon, Sant Pau, Sant Joan de les Abadesses i Ripoll.

Camins i batalles

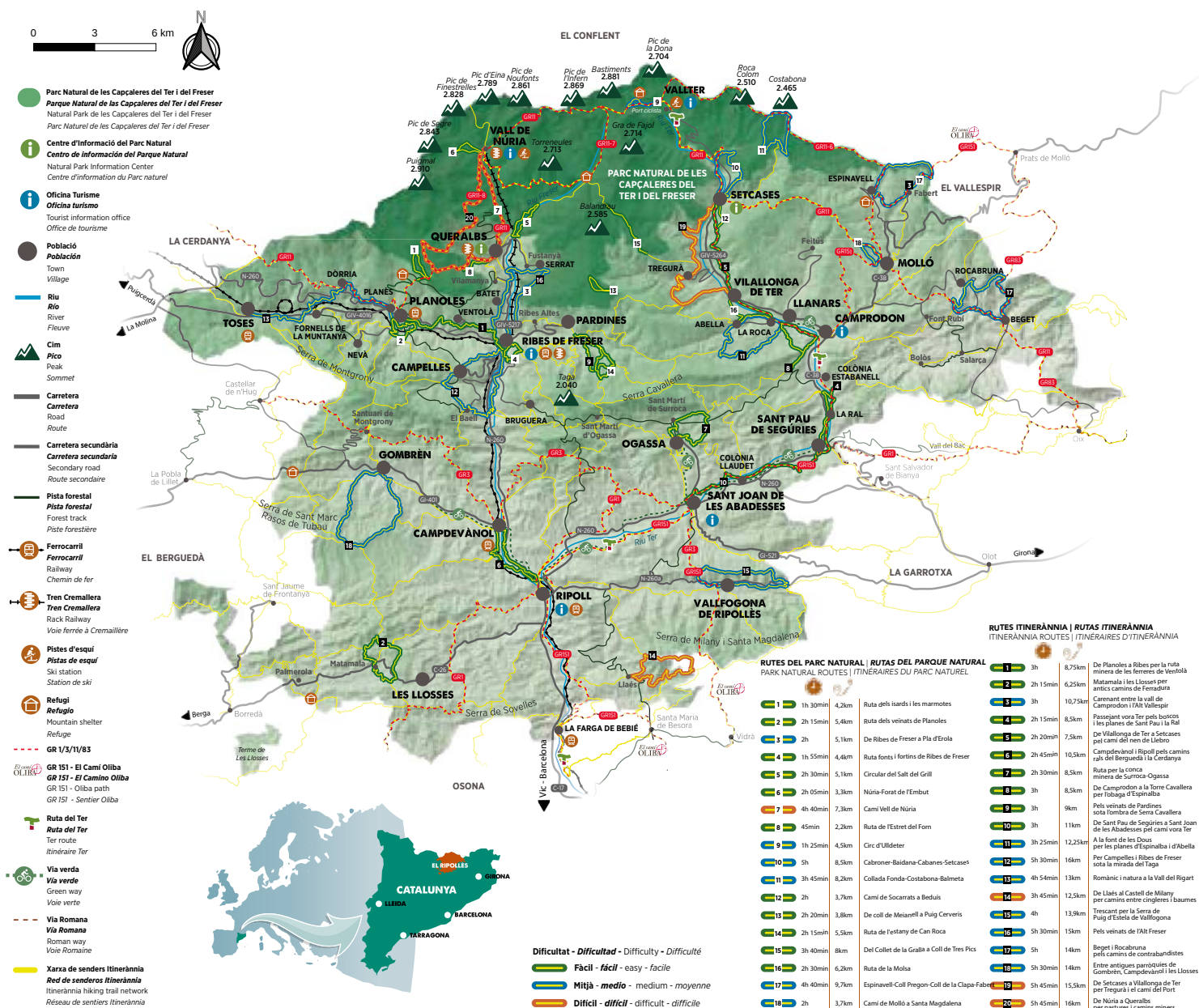
de la vall de Camprodon ofereix tres itineraris que us permetran experimentar diversos episodis militars de forma divulgativa.

Sentir la retirada a Camprodon

ens proposa un viatge en el temps comprés en el període de la retirada que ens permetrà traslladar-nos a un Camprodon que va viure els efectes del pas de la guerra.

La nostra vocació de turisme actiu i familiar també s'acredita amb la certificació de la vall de Camprodon com a destinació de Natura i muntanya en família, i amb Vallter i Vall de Núria com a equipaments certificats en turisme familiar per l'Agència Catalana de Turisme.





ENTORN NATURAL PRIVILEGIAT



Ulldeter a Vallter, Setcases

El nostre territori està cobert per diferents figures de protecció ambiental. El màxim exponent és [el Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser](#), declarat l'any 2015, posant en valor la ramaderia, un dels valors de la comarca, i que compta amb un escenari extraordinari pel seu

desenvolupament, amb cims tan destacats com el Puigmal, Bastiments, Balandrau, Noucreus, Noufonts, Costabona... El 2019 el Parc Natural es va acreditar amb la Carta Europea de Turisme Sostenible (CETS), ampliant el compromís pel turisme sostenible a tota la comarca del Ripollès.





La gran joia del parc és el patrimoni natural i paisatgístic, que us permetrà descobrir de la fauna espectacular d'alta muntanya i una gran diversitat florística. Tot caminant pels itineraris interpretatius del Parc Natural, visitareu pobles de muntanya, us endinsareu a la vida dels pastors i la identitat del nostre territori, i descobrireu l'arqueologia d'alta muntanya, la mineria i centrals hidroelèctriques.

També destaquen Vallter i Vall de Núria, dues estacions de muntanya al cor del Parc Natural, enmig d'un entorn natural excepcional, envoltades de cims emblemàtics que sobrepassen els 2.800 metres.



El Puig Cerverís amb el Balandrau al fons

Serra de Montgrony

És una continuació natural de l'eix **Cadí-Moixeró**, però la seva situació més oriental li atorga un caràcter únic. Té una gran diversitat d'hàbitats i espècies d'interès comunitari i, alhora, allotja una rica varietat de fauna. És un escenari natural espectacular per a fer-hi tot tipus de sortides i activitats esportives.



Santuari i església de Sant Pere de Montgrony





Castell de Milany a la Serra de Milany

Serres de Milany-Santa Magdalena i Puigsacalm-Bellmunt

A l'est de la comarca, fent límit amb la Garrotxa, aquestes serres tenen grans atractius paisatgístics i turístics, d'entre les quals destaquen les restes del castell de Milany. És una àrea molt apreciada per a practicar-hi senderisme, BTT i esports de motor en el medi natural.

El Taga i Serra Cavallera

La serra Cavallera s'aixeca entre les valls del Ter i del Freser i en destaquen amb un relleu suau i arrodonit que ofereix unes panoràmiques esplèndides de la comarca i a la seva falda hi trobem les poblacions de Ribes de Freser, Bruguera, Pardines, Ogassa, Sant Joan de les Abadesses, Camprodon i Vilallonga de Ter.

El cim del Taga, de 2.032 metres és un atractiu pels excursionistes que el volen coronar, i ofereix unes vistes espectaculars de tota la comarca i la Serra Cavallera.



La Serra Cavallera



Torrent de la Cabana a Campdevànol

Terra d'aigua i rius sorprenents

El Ripollès és un territori que acull el pas de diversos rius, amb una gran biodiversitat molt representativa del territori i que permeten una agradable descoberta de rutes i camins que els voregen. El Ter, un dels rius principals i més emblemàtics de Catalunya, neix a Ulldeter (Setcases), i desemboca a la Gola del Ter (Torroella de Montgrí). En el seu camí pel Ripollès hi desemboquen altres rius i rieres que també neixen a la comarca, com el Freser, l'afluent més important del Ter i que dona nom a la Vall de Ribes, i també el Rigard, el Segadell, el Ritort, el Merdàs i les rieres de Vallfogona i de les Llosses.



CICLISME



El Ripollès és una comarca diversa, que us ofereix sensacions úniques des que apareix el primer raig de sol fins que es pon darrere el Pirineu. I descobrir aquest territori des de la bicicleta és garantia plena d'emocions, diversió i de ganes de tornar-hi.

Parlem de ciclisme en totes les seves modalitats i estats de forma, amb propostes per als qui en fan prou amb una sortida relaxada en família i pels qui volen posar a prova els seus límits esportius amb ascensions a alguns dels ports de muntanya més mítics del ciclisme. I és que la singular orografia del Ripollès permet que tothom hi trobi la fórmula idònia per a gaudir-la a cop de pedal. Escolliu la vostra modalitat; cicloturisme, amb BTT, amb bicicleta de carretera, amb gravel, o amb bicicleta elèctrica...



BTT Ripollès

Al Centre BTT del Ripollès hi trobareu un extens catàleg de rutes, amb **sortides senyalitzades i documentades** amb diferents nivells de dificultat. Hi ha recorreguts que van des de senzilles pedalades de 4 quilòmetres fins a rutes més exigents de més de 40 quilòmetres i desnivells acumulats de 1.200 metres.

Castell de Milany

Sant Joan de les Abadesses.

37 km. 5h. Dificultat alta.



El Catllar

Ripoll

18,8 km. 2h. Dificultat alta.



Sant Pere d'Aüira

Campdevàrol

17,2 km. 3h. Dificultat alta.



Puig Cornador

Les Llosses

18,3 km. 3,2h. Dificultat alta.



Coll d'Ares

Camprodon

43,21 km. 5h. Dificultat alta.



Volta per Bolós

Camprodon

31,3 km. 3,2h. Dificultat alta.



Ruta de les vagonetes

Sant Joan de les Abadesses.

9,6 km. 1,15h. Dificultat alta.



Sant Pau – Resclusanys – Vall del Bac

Sant Pau de Segúries

31,5 km. 3,4h. Dificultat alta.



Vall de Camprodon – Vall de Ribes

Vilallonga de Ter, Pardines

51,8 km. 4,2h. Dificultat alta.



Setcases-Pla de Liens

Setcases

20 km. 2,4h. Dificultat alta.



Espinalba

**Llanars, Vilallonga de Ter,
Camprodon**

12 km. 3h. Dificultat alta.



El Remei

Ripoll

10,6 km. 1h. Dificultat mitjana.



Sant Bernabé de les Tenes

Sant Joan de les Abadesses.

23,5 km. 3h. Dificultat mitjana.



Collada del Muig

Sant Joan de les Abadesses.

9,6 km. 1,5h. Dificultat mitjana.



La Rovira

Sant Joan de les Abadesses.

4 km. 0,5h. Dificultat baixa.



Ciclisme de carretera

Al Ripollès podreu emular les grans gestes dels ciclistes, aprofitant la tranquil·litat de les mítiques carreteres que farà que gaudiu del ciclisme en tota la seva esplendor i que pugueu lluitar contra el cronòmetre en alguns dels ports més exigents del Pirineu, que són l'escenari de grans gestes ciclistes dels corredors professionals. Teniu al davant els reptes de pujar a Vallter, el collet de les Barraques o el coll d'Ares.



Port ciclista de Vallter

Vallter passant Oix i Beget

117 km. Dificultat alta.



Coll de Jou i collada de Toses

100 km. Dificultat alta.



Coll de Jou resseguint la Serra Cavallera

67 km. Dificultat alta.



Coll de Canes i collada de Capsacosta

71 km. Dificultat mitjana.



Coll de la Creueta i collada de Toses

79,5 km. Dificultat mitjana.



Collet de les Barraques

47 km. Dificultat mitjana.



Coll d'Ares i Prats de Molló

91 km. Dificultat mitjana.



La volta a Sant Jaume de Frontanyà (Coll de Merolla)

69 km. Dificultat mitjana.



Coll de Santigosa i coll de Canes

40 km. Dificultat baixa.



Ciclisme per a tota la família

Aprofiteu la xarxa de Vies Verdes del Ripollès, amb les rutes més planeres i aptes per a tota la família, per gaudir-ne qualsevol dia i al vostre ritme.



Via verda Ruta del Ferro i del Carbó

La Ruta del Ferro i del Carbó, en al·lusió a la important tradició de la farga al Ripollès, amb l'extracció de carbó a les mines d'Ogassa, ressegueix el trajecte que feia el tren antigament. Va de Ripoll a Ogassa passant per Sant Joan de les Abadesses, 12 quilòmetres de via que esdevenen un camí ideal per gaudir del passeig a peu o en bicicleta i per recordar-nos un passat industrial del qual avui som hereus.

Camí Ramader de Campdevàrol

De la població de Campdevàrol surt l'antic camí ral i ramader, que ofereix un traçat de 4 quilòmetres per l'antic camí de pas del bestiar i us acostarà fàcilment a la popular font de Sant Eudald, a la font de Querol i a l'església romànica de Sant Llorenç de Campdevàrol. Aquest mateix camí connecta amb la Ruta del Ferro i del Carbó a Ripoll.



Via verda Sant Joan Abadesses – Sant Pau de Segúries / Camprodon – Llanars

Des de Sant Joan de les Abadesses podeu agafar el tram de via que us portarà fins a Sant Pau de Segúries, un nou tram d'uns 9 quilometres que ressegueix el riu Ter i que, gràcies a quatre grans passeres, el salta unes quantes vegades. A Sant Pau de Segúries, la ruta Pirinexus us porta fins a Camprodon, i des d'aquí podreu seguir un altre tram de 3 quilòmetres que enllaça amb Llanars.

A Sant Joan de les Abadesses connecta amb la ruta del Ferro i del Carbó, que ens permet arribar fins a Ripoll i també connecta amb el tram d'enllaç que arriba fins a Olot, inici de la ruta del Carrilet.



SENDERISME



Ulldeter a Vallter, Setcases

La millor manera de descobrir un territori és recórrer pas a pas els seus camins, i el ventall de senders i rutes que us ofereix el Ripollès és absolutament fascinant.

No en va és el bressol de l'excursionisme català, i és que en aquesta comarca, amb petjades d'una cultura mil·lenària, recórrer a peu valls i muntanyes i enllaçar pobles a través de rutes a peu ha estat sempre vinculat a la identitat de la seva gent. Tant si sou experts excursionistes com si tot just us inicieu en el senderisme, hi trobareu centenars de quilòmetres de camins i rutes per a tots els gustos, des de curtes però agradables passejades per fer en família, fins a ascensions a cims mítics



o excursions de diverses etapes. I tota aquesta oferta, en el marc d'un escenari natural excepcional com és el del **Parc Natural de les Capçaleres del Ter i el Freser**, o les valls de Ribes i Camprodon.

A més, amb la **xarxa de senders Itinerànnia**, Ripollès – Garrotxa – Alt Empordà, s'han recuperat més de 2.500 km d'antics camins històrics que utilitzaven els nostres avis per oferir-vos la possibilitat de recórrer a peu la comarca i arribar a tots els seus pobles. Seguint les marques grogues us podreu fer una ruta a mida, fer una travessa de diferents dies o seguir les més de 200 propostes d'itineraris, de diversos nivells de dificultat, per fer sols, en grup, amb

amics o en família. La xarxa de senders repartits entre les comarques del Ripollès, la Garrotxa i l'Alt Empordà, us ofereix una gran diversitat de rutes, amb tots els nivells de dificultat. L'avançada aplicació mòbil us permet fer-vos les rutes a la vostra conveniència, i amb tots els paràmetres de seguretat per no perdre mai el camí.

Caminant pel Ripollès gaudireu del paisatge, la natura, la història i la cultura que us anireu trobant al vostre pas, i descobrireu petits indrets i pobles encisadors amb un passat rural que us transportaran a l'essència dels nostres avantpassats, recurrent indrets desconeguts.



Voleu planificar una caminada? A **ripollesturisme.cat** hi trobareu més de 200 propostes de rutes per organitzar la sortida idònia en funció del temps que hi vulgueu dedicar i la dificultat.



Travesses de muntanya

Tot caminant pel Ripollès podreu desconnectar i descobrir els Pirineus més propers, i les travesses de muntanya son la fórmula idònia per a fer-ho.

Hi teniu els Senders de Gran Recorregut, que amb centenars de quilòmetres us proposen rutes transversals de diverses etapes.

La Volta a peu al Ripollès

La Ruta del Ferro i del Carbó, en al·lusió a la important tradició de la farga al Ripollès, amb l'extracció de carbó a les mines d'Ogassa, ressegueix el trajecte que feia el tren antigament. Va de Ripoll a Ogassa passant per Sant Joan de les Abadesses, 12 quilòmetres de via que esdevenen un camí ideal per gaudir del passeig a peu o en bicicleta i per recordar-nos un passat industrial del qual avui som hereus.

El Camí Oliba

És un recorregut d'uns 300 km pels orígens de Catalunya, quan personatges com el bisbe i abat Oliba, van decidir repoblar i cristianitzar aquestes terres sembrant-les d'esglésies i monestirs romànics. Transcorre entre Montserrat i els Pirineus, i passa per algunes de les ciutats amb més història de la Catalunya Vella: Manresa, Vic, Ripoll i Sant Joan de les Abadesses.

Camí dels Orígens

Una ruta de muntanya que enllaça el Conflent amb el Ripollès, antics comtats que van contribuir al naixement de Catalunya als segles IX i X, germanats d'ençà del 2013. Aquestes valls, amb una història comuna que es remunta als orígens medievals de la nació, la llengua i la bandera catalanes, són de les més mítiques del Pirineu català.

La Ruta de Ter

Enllaça dos pols d'atracció turística com són els Pirineus i la Costa Brava, a través d'un itinerari que ressegueix el curs del riu Ter i que travessa cinc comarques de Catalunya. Al llarg de tot aquest recorregut, que es pot fer a peu o en bicicleta, podreu observar una gran diversitat de paisatges, elements culturals, la història, la gastronomia i les tradicions de cada municipi per on passa la ruta.



Senderisme guiat i natura

També us oferim més d'una desena de rutes guiades de natura amb el festival de senderisme **Ripollès Discovery Walking**, un dels dotze festivals que es celebren en el marc dels Festivals de senderisme del Pirineu.

Altres propostes que podeu descobrir de la mà de guies especialitzats són la desfilada de soldats i caminada per la Via Romana de Sant Pau de Segúries, caminades populars, raquetes de neu a lluna plena, i visites guiades del Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser, repartides durant l'any.



ACTIVITATS DE NEU



A l'hivern, la neu tenyeix de blanc el Ripollès, i permet una gran varietat d'esports. Amb les [estacions d'esquí](#) de Vallter, La Molina i Vall de Núria hi teniu tota l'oferta necessària per a gaudir de l'esquí en totes les seves modalitats. Esquí alpí, de muntanya, raquetes de neu, escalada en gel... I, als més petits, els parcs lúdics els faran viure una experiència inoblidable a la neu!

Activitats de neu
Un ventall extraordinari per a gaudir com mai del paisatge hivernal d'una forma ben activa.





Esquí alpi

Amb les estacions de la Molina, Vallter i Vall de Núria el Ripollès us ofereix un domini esquiable fascinant, amb fórmules per a tots els públics i nivells d'iniciació. El paisatge hivernal d'aquesta comarca us absorbirà fins que formeu part del propi entorn natural, gaudint de l'adrenalina en uns descensos formidables i amb una neu preparada per a les vostres millors baixades. Pistes de diferents nivells, tecnologia aplicada al servei de l'esquiador, recorreguts ben traçats, escoles d'esquí per als debutants, sistemes de seguretat... tot al vostre servei perquè gaudiu com mai d'uns magnífics dies a la neu.

Esquí de muntanya

El Ripollès és el lloc idoni per a la iniciació i el perfeccionament de l'esquí de muntanya. Gaudiu de descensos en indrets fantàstics, sobre neu verge, on els remuntadors de les estacions no arriben.

Hi trobareu diferents propostes per a la pràctica de l'esquí de muntanya. Vallter i Vall de Núria són punts d'inici de moltes rutes, però a més, podreu fer ascensions a cims imponents.





Raquetes de neu a Vallter, Setcases

Raquetes de neu

És una activitat adaptable a diferents nivells, tant per a famílies que volen fer un a passejada com per a adults amb ganes de d'iniciar-se a la muntanya hivernal. Tot i que no es requereix gaire tècnica, no deixa de ser una activitat exigent pel lloc on es du a terme i, per tant, s'aconsella tenir uns coneixements mínims de seguretat i utilitzar un material específic de seguretat.

Al Ripollès hi trobareu empreses que ofereixen diferents serveis, des de lloguer de material per practicar aquesta disciplina fins a guiatges i propostes de rutes amb raquetes de neu adaptables a tots els nivells.

Parcs lúdics

A les estacions de muntanya de Vall de Núria i Vallter hi ha un munt d'activitats per gaudir amb tota la família: descens amb trineu, serveis de ludoteca on s'imparteixen tallers i jocs didàctics per a mainada, activitats temàtiques i fins i tot podreu conèixer la mascota de Vallter, l'Esquirol Fajol.

Diversió garantida per als més menuts!



ESPORTS D'AVENTURA

Pels amants de l'esport outdoor, els Ripollès serà el vostre territori predilecte. Gaudir de la pràctica esportiva en un entorn natural tan genuí us farà sentir privilegiats i notareu que us fusioneu amb el paisatge. La connexió amb la natura és immediata i a cada pas trobareu nous estímuls que us seduiran encara amb més força.



Escalada

L'alpinisme i l'escalada tenen un lloc preeminent al Ripollès, on s'hi poden practicar totes les modalitats d'escalada, sobre roca i gel, amb la professionalitat de guies experts que completen aquesta oferta extraordinària d'esport outdoor.

Podeu fer una bona introducció a aquest esport a Ogassa o La Lleixa, uns escenaris reconeguts per la gran quantitat i qualitat de la roca, terrenys ideal per la descoberta d'aquest mon vertical.

Vies ferrades

I pel gran públic, una divertida manera d'introduir-se al món de l'escalada són les vies ferrades, uns itineraris de muntanya equipats amb ferros, cables i cordes per facilitar l'ascensió. En tenim un bon exemple a la via ferrada de la **Roca de la Creu, de Ribes de Freser**, que està perfectament equipada i ofereix tots els mecanismes de seguretat perquè en gaudiu tot la família. De dificultat moderada, és apta per als amats de l'adrenalina i de les famílies més aventureres. I si no en feu prou, llanceu-vos a l'aventura de l'alpinisme, el barranquisme, l'escalada o el parapent.



Via ferrada de la Roca de la Creu a Ribes de Freser





Barranc de Núria a Queralbs

Parcs d'aventura

Una **descoberta única pels més joves** de la família, amb la varietat de circuits acrobàtics, tirolines per damunt dels arbres... Ideal per a famílies, grup d'amics, sortides escolars, festes d'aniversaris o qualsevol esdeveniment o celebració. Hi trobem el Molló Parc Aventura, a Molló, i Estiulaventura, a Campdevàrol.

Barranquisme

Per a realitzar aquestes activitats amb tota seguretat, el que també us permetrà gaudir-les amb més intensitat, recomanem que aneu acompanyats de guies de muntanya especialitzats. Els diferents operadors receptius locals us donaran tota la informació de les empreses de guiatge que teniu a la vostra disposició.



Circuit de tirolines a Estiulaventura



COMPETICIONS I PROVES ESPORTIVES



El Ripollès és una destinació privilegiada per la pràctica esportiva, amb un entorn natural immillorable.

El seu atractiu no ha passat desapercebut als organitzadors de diferents proves dels calendaris internacionals, que aquí han

trobat un escenari idoni per a celebrar-hi grans esdeveniments, tot aprofitant els seus avantatges climàtics i la qualitat de les seves instal·lacions esportives i turístiques.

Hi trobem una gran varietat de curses de muntanya, com l'Olla de Núria, Bastions, Marrana skyrace, Batega el Bac, Corriols de Foc... Curses de bici, tant de carretera com de BTT i fins i tot la competició de trial com el Tres Dies Trial Santigosa.

