

Senderismo en Cataluña

Cálzate las BOTAS y haz SENDERISMO

experience.catalunya.com

RESERVAR 



LA TIENDA OFICIAL DE EXPERIENCIAS DE CATALUNYA

¿Qué te gustaría vivir? Actividades en la naturaleza, deportes de aventura, enoturismo, gastronomía, pueblos con encanto, visitas culturales, diversión en familia y mucho más. **Reserva y vive emociones diferentes.**

 **EXPERIENCE
CATALUNYA**

Rutas en un mundo único y diverso

En el apartado *Un mundo único y diverso* de esta guía, encontrarás propuestas adaptadas a todo tipo de senderista: para expertos e iniciados y para aquellos que, por primera vez, deciden emprender el camino:

- 1 Ruta a la libertad
- 2 Els Bastions
- 3 Serra de Monestirs
- 4 Refugios del Torb
- 5 Del Pirineo al mar
- 6 El Ripollès-El Alt Empordà
- 7 Vall de Barcedana
- 8 Mont-rebei
- 9 Ruta del Ermitaño
- 10 Aigüestortes
- 11 Pica d'Estats
- 12 Pirineo románico
- 13 La Vall de Boí
- 14 Montañas Mágicas
- 15 La Garrotxa
- 16 La Vall Fosca
- 17 Por el Pallars Jussà
- 18 La Roca del Corb
- 19 Son, el Pallars Sobirà
- 20 Miradores del Cadí
- 21 Bosque del Gerdar
- 22 Valls d'Àneu
- 23 Estanques pirenaicos
- 24 Vall de Núria
- 25 El Ripollès
- 26 Camí Reial
- 27 Via Calda
- 28 Sierra del Litoral
- 29 GR 151. Camí Oliba
- 30 De Montserrat a Vic
- 31 Priorat
- 32 Ruta de los Refugios
- 33 El Brogit de la Vall
- 34 Trek&Vino en Priorat
- 35 Del Urgell a la Segarra
- 36 Línea de costa
- 37 De Girona a la costa
- 38 Pirineo de Girona
- 39 GR 5. Sendero de los Miradores
- 40 GR 4. De Puigcerdà a Montserrat
- 41 GR 1. Del Empordà al Pallars Jussà
- 42 GR 83. De Mataró al Canigó

© NMEDIA SOLUTIONS SL / INFOTUR



Senderismo en Cataluña

¿Qué ofrece esta publicación?

- 04 Más allá del camino.**
El senderismo del siglo XXI, mucho más que acumular kilómetros.
- Senderismo sostenible.**
Sostenibilidad responsable.
- 05 Cataluña, mucho por recorrer.**
Selección de los GR más transitados y otras rutas.
- 06 Cataluña, rutas imprescindibles.**
Grandes rutas para recorrer y conocer el territorio.
- 10 Retos y rutas a medida.**
Travesías con nombre propio.
- 13 Un mundo único y diverso.**
Más de 40 propuestas senderistas para elegir.
- 34 Información práctica.**
Listado de alojamientos y empresas.
Rutas para iniciados y expertos - Rutas de iniciación y/o para todos.



Más allá del camino

Viajar a pie es mucho más que acumular kilómetros o desniveles. El senderista del siglo XXI es un explorador enamorado del paisaje, un viajero que disfruta practicando deporte en armonía con la naturaleza, el medio ambiente y el patrimonio cultural que le rodea. En Cataluña, cada senderista dispone de incontables recorridos a su medida. Hay excursiones de media jornada, rutas de día completo, travesías de dos o tres jornadas y, para los más avezados, itinerarios de largo recorrido que se prolongan durante una semana e incluso más. Las posibilidades son infinitas. ♦

Senderismo sostenible

Cataluña ha sido el primer destino integral en el mundo en obtener la certificación Biosphere Responsible Tourism, que reconoce el impulso de un turismo que practica la sostenibilidad ambiental, la inclusividad social y la accesibilidad para todos. El senderismo las cumple todas: es la actividad de ocio más respetuosa con el medio ambiente y es una eficiente herramienta de desarrollo económico de las áreas rurales. Con este fin, en Cataluña se siguen implementando propuestas para toda clase de público a través de la creación de redes de senderos locales y la participación en programas internacionales de desarrollo de rutas, como Hiking Europe. ♦

**365
DÍAS AL AÑO**

UN CLIMA SUAVE Y BENIGNO, UNA OROGRAFÍA MONTAÑOSA REPLETA DE CONTRASTES Y UNA GRAN RIQUEZA PAISAJÍSTICA Y CULTURAL CONVIERTEN CATALUÑA EN EL DESTINO PERFECTO PARA LA PRÁCTICA DEL SENDERISMO.

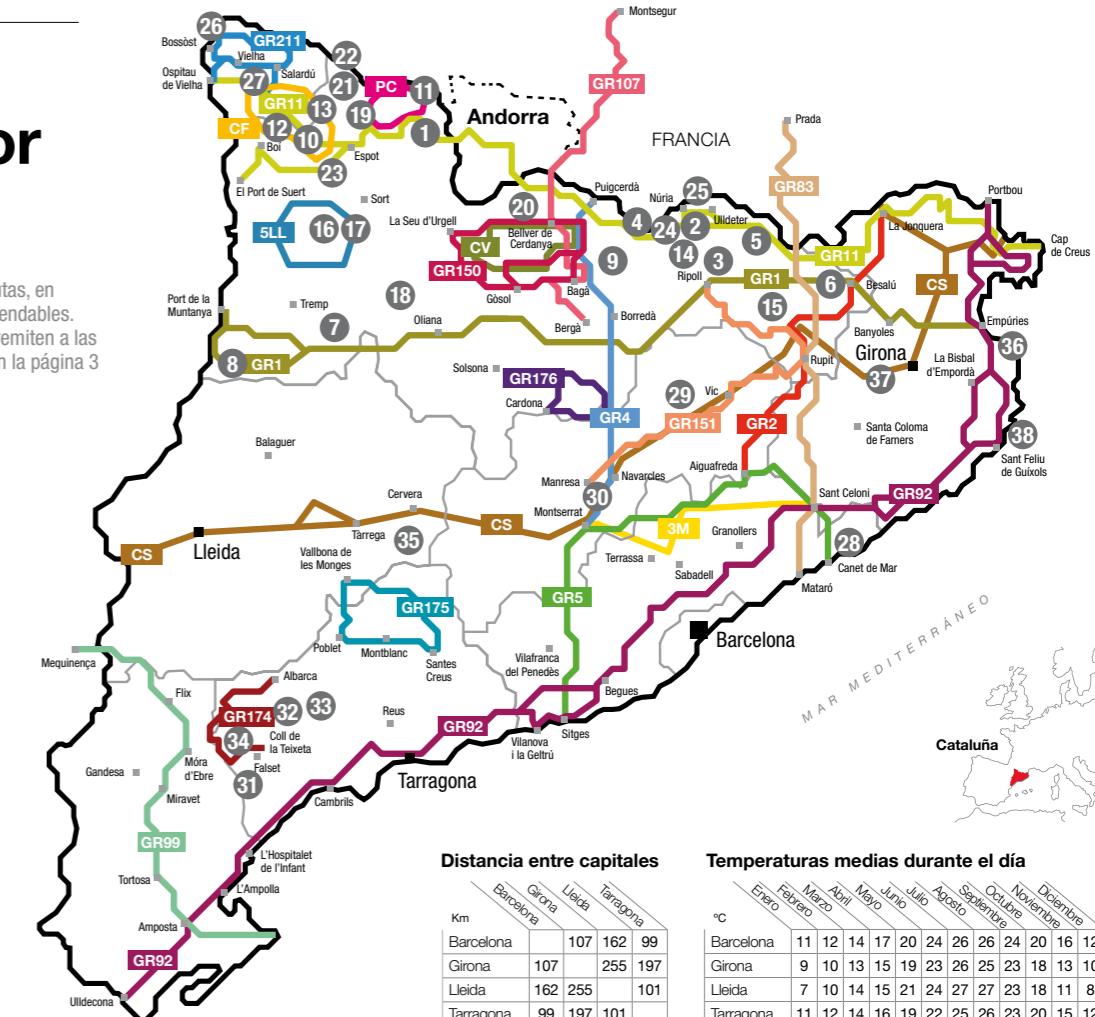
Cataluña, mucho por recorrer

En el mapa se señala una selección de los GR más transitados y otras rutas, en territorio catalán, igualmente recomendables. En los círculos gris, los números remiten a las propuestas que aparecen listadas en la página 3 y explicadas a lo largo del folleto.

- GR1** Sendero transversal
- GR2** De la Jonquera a Aiguafreda
- GR4** De Puigcerdà a Montserrat
- GR5** Sendero de los miradores
- GR11** Senderos de los Pirineos
- GR83** Camino del exilio
- GR92** Sendero del Mediterráneo
- GR99** Camino del Ebro
- GR107** Camí dels Bons Homes
- GR150** Vuelta al Parque Natural del Cadí-Moixeró
- GR151** Los caminos del obispo y abad Oliba
- GR174** Sendero del Priorat
- GR175** Ruta del Cister
- GR176** Ruta de las ermitas románicas
- GR211** Circular de la Val d'Aran

Otras rutas

- CF** Carros de Foc
- PC** La Porta del Cel
- 3M** Els 3 Monts
- CV** Cavalls del Vent
- 5LL** El Cinqué Llac
- CS** Camino de Santiago





© VAL D'ARAN

Cataluña, rutas imprescindibles

De entre todas las opciones posibles, presentamos una inspiradora y variada selección de rutas para recorrer y conocer Cataluña y su belleza paisajística. No hay que olvidar, sin embargo, que esta guía orientativa es solamente un punto de partida para todo aquel que desee explorar la variada geografía catalana. Y, a continuación, encontrarás más propuestas de rutas senderistas.

 Actividades propuestas por empresas especializadas en senderismo



© VAL D'ARAN

Costa Brava - Pirineus - Val d'Aran

GR 11 Del Mediterráneo al Cantábrico



El GR 11, conocido también como Sendero de los Pirineos, recorre toda la cordillera pirenaica por su vertiente sur, desde el Cap de Creus, en Girona, hasta el cabo Híguer, en Guipúzcoa. En el tramo catalán, este sendero de gran recorrido permite al

caminante disfrutar parajes tan variados como las formaciones rocosas del Parque Natural del Cap de Creus, tocando el mar, o los paisajes lacustres del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici, en la alta montaña pirenaica. Durante el viaje, siempre rodeado de montañas que alcanzan, y superan a veces, los 3.000 m, el senderista descubre monasterios medievales como el de Sant Pere de Rodes, el emblemático santuario de Núria y un sinfín de pintorescos pueblos.



© DANIEL PUNSETI

Costa Brava - Costa Daurada - Terres de l'Ebre

GR 92 Cataluña con vistas al mar



senderos, hoy recuperados. La ruta hace escala en bellos pueblos de pescadores, como Cadaqués, pasando por playas vírgenes y parques naturales como el del Cap de Creus, los Aiguamolls de l'Empordà, la sierra de Collserola, el Garraf...

Desde Portbou, en la frontera con Francia, hasta Ulldecona, en las Terres de l'Ebre, el GR 92 se extiende a lo largo de toda la costa catalana, descubriendo magníficas calas a las que solo se puede llegar por antiguos

PARTE DEL CAMINO, A UN CLIC

Ruta lineal y autoguiada de 2 días por los caminos de ronda de la Costa Brava, con alojamientos, transfers y opción de guía oficial y transporte de equipajes. www.camideronda.com

Patrimonio cultural

El excursionismo es una respuesta a la necesidad del ser humano de explorar y estar en contacto con el medio natural. Pero no todo son paisajes, montañas, ríos y lagos. Los caminos también conducen hasta pueblos amurallados, yacimientos prehistóricos, templos griegos, villas romanas, ciudades medievales, monasterios, ermitas y santuarios. Algunos se encuentran en lugares apartados, otros solo requieren un breve paseo por una de las sendas locales (SL) que proliferan por todo el país y que son aptas para senderistas de todos los niveles. No olvides informarte antes de realizar estos recorridos.



Costa Daurada - Terres de Lleida

GR 175

Ruta del Císter



Se trata de una ruta por los tres monasterios más emblemáticos de la orden del Císter en Cataluña. Es el pasaporte a un mundo de oración, comunión con la naturaleza y pasión por la belleza. El GR 175, también conocido como

Ruta del Císter, dibuja un recorrido triangular que pasa por el monasterio de Santas Creus, el más antiguo de la orden en Cataluña y donde descansan los restos de antiguos reyes; el monasterio de Vallbona de les Monges, regentado por una comunidad religiosa femenina desde hace más de 850 años; y el monasterio de Poblet, Patrimonio Mundial de la Humanidad por la UNESCO y que alberga una comunidad monástica.

www.rutadelcister.info

PUEBLOS MEDIEVALES, IGLESIAS ROMÁNICAS Y MONASTERIOS DE MIL AÑOS DE ANTIGÜEDAD AGUARDAN A UN CAMINANTE ÁVIDO DE CULTURA Y TRADICIÓN.



Costa Brava - Paisatges Barcelona - Terres de Lleida

GR 107

Camí de Sant Jaume



partida para el senderista que pretende recorrer la antigua ruta jacobea a su paso por Cataluña. El itinerario ha sido recuperado y señalizado de manera que enlaza una larga lista de pueblos y ciudades marcados por la historia y por el paso de los propios peregrinos, que recalaban en poblaciones como Girona, Vic o Manresa, y en santuarios tan importantes como el de Montserrat.

www.catalunya.com/camino-de-santiago-24-1-61



Pirineus

GR 107

Camí dels Bons Homes



católica de la época. Esta ruta transpirenáica une el santuario de Queralt, en Berga, y el castillo de Montsegur, en Francia, atravesando el Parque Natural del Cadí-Moixeró.

www.camidelsbonshomes.com
www.cerdanya.org

PROPIETA EN UN CLIC

Trekking autoguiado de 10 días con alojamientos en régimen de media pensión, dossier de la travesía, mapas y opción de transporte de equipajes.

www.pedratour.com



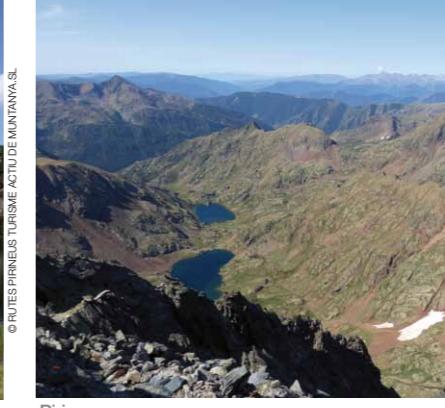
Retos y rutas a medida

En los últimos años se han popularizado las rutas entre refugios de montaña, travesías circulares que se cubren en 4 o 5 jornadas, pernoctando en hospedajes en los que existe servicio de cena, desayuno y picnic para la jornada siguiente. En muchas de ellas existe un *forfait* que incluye la reserva en los alojamientos y un pasaporte de sellado que acredita que se han completado todas las etapas de la ruta.

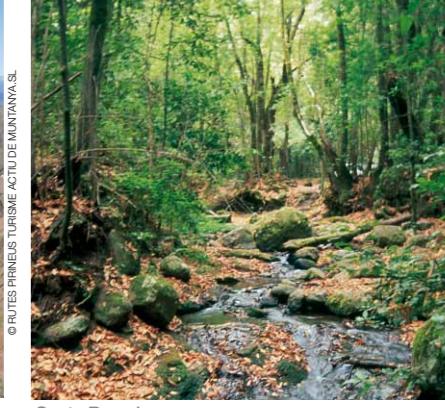
- Dificultad
- Etapas
- Desnivel
- Distancia
- Época
- Interés
- Circular
- Edad



Pirineus



Pirineus



Costa Barcelona

© GEORAMA / INFOTUR

Carros de Foc Entre lagos y refugios por Aigüestortes

! ● •

5-7

9.200 m+

∞ 55 km

5

11.000 m+

●

11.000 m+

65 km

6

1.384 m+

Carros de Foc es una travesía mítica, de impresionantes paisajes y destinada a senderistas con una buena preparación física. Esta ruta de alta montaña conecta nueve refugios del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. Transcurre por lugares icónicos, como las cumbres de Els Encantats y L'Estany Negre.

www.carrosdefoc.com

La Porta del Cel Coronar la cumbre de Cataluña

! ● •

5

11.000 m+

∞ 65 km

5

11.000 m+

●

6

1.384 m+

La Porta del Cel es un recorrido que se desarrolla íntegramente en zonas de alta montaña. La travesía enlaza cuatro refugios y transcurre dentro del Parque Natural de l'Alt Pirineu, el más extenso de Cataluña, coronando la Pica d'Estats (3.143 m), el "techo" de Cataluña. Pasa por lagos de origen glaciar, entre ellos, el de Certascan.

www.laportadelcel.com

Els 3 Monts Del Montseny a Montserrat

! ● •

6

1.384 m+

∞ 105,5 km

6

1.384 m+

Els 3 Monts es una ruta sin dificultad técnica por tres espacios protegidos: el Parque Natural del Montseny, el Parque Natural de Sant Llorenç del Munt y l'Obac y Montserrat. El trayecto incluye bosques de hayas, formaciones rocosas y arquitectura románica y modernista, además de la comodidad de estar a 45 minutos en coche de Barcelona.

www.els3monts.cat



Pirineus

❤ Cavalls del Vent

Travesía con inspiración tibetana

		84,2 km	
		4-5	
		5.600 m+	

La ruta **Cavalls del Vent** es indispensable para descubrir los ecosistemas y parajes del Parque Natural del Cadí-Moixeró. Gira en torno a ocho refugios de montaña en los que ondean las banderas de plegaria tibetanas que dan nombre a la travesía ("caballos del viento"). Durante el recorrido se admira el macizo del Pedraforca.

www.cavallsdelvent.com
www.cerdanya.org



Pirineus

❤ El Cinquè Llac

Caminos de magia y misterio

		105,30 km	
		5	
		6.299 m+	

El **Cinquè Llac** es una travesía circular sin dificultades técnicas que permite descubrir los Pirineos de Cataluña. La ruta, de cinco jornadas, deja para el final el enigmático "quinto lago", el de Montcortès, una reserva de agua de origen cárstico. Durante todo el camino, el senderista goza de la presencia del agua, se nutre de la rica gastronomía local y descansa en casas de turismo rural y sostenible.

www.pirineuemocio.com



HIKING EUROPE, RUTAS SIN FRONTERAS

El objetivo de Hiking Europe es dar a conocer, a través del senderismo, zonas rurales de alto interés natural y cultural que tradicionalmente han quedado al margen de las rutas turísticas convencionales. De esta manera, se crean nuevas oportunidades de desarrollo sostenible y se potencia la creación de rutas asequibles a aficionados de todos los niveles. Todos los itinerarios cumplen una serie de requisitos que los hacen adecuados para personas que se inician en este tipo de actividad vacacional. Suman 1.170 km y se reparten por cuatro países: el condado de Dubrovnik-Neretva, en Croacia; la región Emilia-Romagna, en Italia; el condado de Donegal, en Irlanda; y, en Cataluña, las regiones de los Pirineos y la comarca vitivinícola del Priorat, en la Costa Daurada.

www.hikingeurope.net



© María Rosa Ferré / Infour



© CASALEGNARO

Un mundo único y diverso

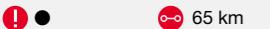
Cataluña atesora una larga tradición de excursionismo que retroalimenta un sentimiento de apego y respeto por la naturaleza. Rutas de todas las distancias se han catalogado y señalizado en lugares como las montañas pirenaicas; en la costa; en los valles; junto a ríos; entre viñedos, frutales y olivos; cerca de pueblos y ciudades... Estas rutas ayudan a conservar, para el disfrute de todos, entornos únicos e irrepetibles.



Pirineus

1 Ruta a la libertad

Homenaje a los perseguidos



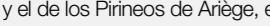
● 4 días



65 km



5.227 m+



A caballo entre el Parque Natural de l'Alt Pirineu y el de los Pirineos de Ariège, en Francia, esta ruta entre cuatro refugios de montaña es un homenaje a todos los que a lo largo de la historia cruzaron los Pirineos, en una dirección o en otra, en busca de la libertad. **Muntanyes de Llibertat** es una ruta de alta montaña, para excursionistas experimentados, que permite disfrutar de parajes como el lago de Certascan.

www.muntanyesdellibertat.com



Pirineus

2 Els Bastions

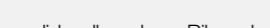
Por las cumbres del Pirineo oriental



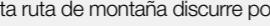
● 5 días



105 km



6.852 m+



Con salida y llegada en Ribes de Freser, esta ruta de montaña discurre por las cumbres más imponentes del valle de Ribes, en el corazón de los Pirineos de Cataluña. La travesía afronta cimas emblemáticas como el Puigmal (2.910 m), el Bastiments (2.883 m) y el Taga (2.038 m), que conforman un maravilloso mirador pirenaico en una zona de gran tradición montañera y de gastronomía remarcable.

www.elbastions.com



Pirineus

3 Serra de Monestirs

En la cuna medieval de Cataluña



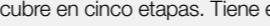
● 5



65 km



2.490 m+



Serra de Monestirs es una ruta circular que se cubre en cinco etapas. Tiene el inicio en Ripoll, "la cuna de Cataluña", y une tres grandes monasterios medievales: Santa Maria de Ripoll, con su portalada románica del siglo XII; Sant Joan de les Abadeses, del siglo IX; y Sant Pere de Camprodon. Existe la posibilidad de hacerla con autoguía, servicio de alojamiento y comidas en edificios antiguos.

www.pirineuemocio.com/es
www.serrademonestirs.com



Pirineus

4 Refugios del Torb

Ruta de trashumantes y peregrinos



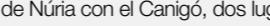
● 5



78 km



4.514 m+



La travesía **Refugios del Torb** une a pie el valle de Núria con el Canigó, dos lugares emblemáticos con sus respectivos picos: el Puigmal (2.910 m) y la Pica del Canigó (2.784 m). La ruta avanza por caminos históricos, transitados durante siglos por pastores trashumantes, peregrinos y soldados. Se puede descansar en refugios y reservar el servicio de media pensión, track de GPS y material técnico.

www.apasdisard.com/es
www.refugisdeltorb.com



Pirineus

5 Del Pirineo al mar

Travesía con aroma mediterráneo



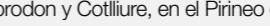
● 5



107 km



5.200 m+



Esta travesía de media montaña conecta Camprodon y Cotlliure, en el Pirineo oriental francés. La ruta alterna paisajes de hayedos atlánticos, alcornoques mediterráneos y pueblos solitarios, y ofrece unas vistas panorámicas impresionantes con el mar en el horizonte. Durante el itinerario autoguiado, el senderista disfruta de las reseñas históricas transcurridas en estas montañas a lo largo de los años.

www.apasdisard.com/es
www.refugisdeltorb.com



Santuario de Núria

LA OLLA DE LA FERTILIDAD

Es leyenda y tradición que la mujer que toca la campana mientras pone la cabeza dentro de la olla que hay en el santuario de Núria conseguirá concebir un hijo. Se desconoce el origen de esta creencia, que, según el etnólogo y folclorista Joan Amades, podría encontrarse en un menhir que había en el valle antigüamente y que ya otorgaba a las mujeres que lo tocaban el don de la fertilidad.

© CABLEPRESS / INFOTUR



Sabías que...

HAY UN CAMINO EXCAVADO EN LA ROCA

Las paredes del desfiladero de Mont-rebei, entre las comarcas del Pallars Jussà y la Noguera, llegan a tener más de 500 metros de caída vertical y en algunos puntos la anchura mínima es solo de 20 metros. Lo atraviesa un único camino excavado parcialmente en la roca, que permite disfrutar, dejando atrás el vértigo, de una vista impresionante y espectacular del lugar.

www.itinerannia.net/es



Pirineus



Pirineus

6 El Ripollès-El Alt Empordà

Caminos antiguos que llegan al mar



7 Vall de Barcedana

Sin prisas por bosques, campos y cascadas



La red de rutas Itinerànnia ha recuperado los antiguos caminos y sendas que unían los pueblos de las comarcas del Ripollès, la Garrotxa y el Alt Empordà. El resultado es una malla de más de 2.800 km de senderos señalizados con una banderola amarilla, que se pueden combinar entre sí, y que discurren por espacios de interés histórico, cultural y gastronómico. La plataforma propone diversas rutas o la posibilidad de personalizarlas.

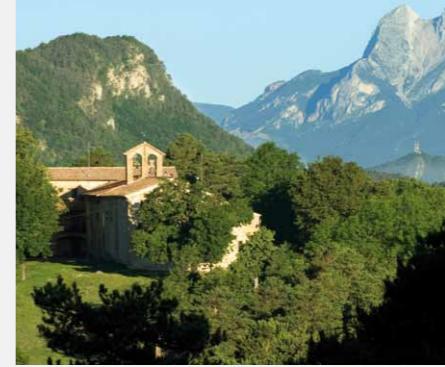
www.masdebruquet.es



Pirineus

8 Mont-rebei

El vertiginoso paso del desfiladero



Pirineus

9 Ruta del Ermitaño

Camino silencioso de refugios y ermitas



Pirineus

10 Aigüestortes

La magia del agua en las alturas



La fuerza del río ha cortado la sierra del Montsec y ha creado el desfiladero de Mont-rebei. El hombre ha excavado un camino en la roca y, a menudo, la presa de Canelles hace subir el nivel del agua... un paisaje espectacular y vertiginoso. La ruta circular, organizada por Mas de Bruquet, recorre casi 7 km hasta alcanzar el final del desfiladero. Si el embalse está lleno hay que regresar por el mismo camino.

www.masdebruquet.es

La **Ruta del Ermitaño**, a caballo de las sierras del Cadí-Moixeró, el Catllaràs y el Picançel, recupera los caminos que comunicaban los antiguos condados de Berga, Urgell y Ripoll. Por valles boscosos y cumbres alpinas, esta travesía entre refugios descubre una veintena de monumentos históricos, templos y ermitas románicas, y despierta en el caminante una agradable sensación de sosiego y contacto con el medio.

www.rutaermita.com



© IMAGEN M.A.S. / INFOTUR

Sabías que... **HAY PATRIMONIO MUNDIAL EN LA VALL DE BOÍ**

Los pueblos que forman la Vall de Boí cuentan con un tesoro que en el año 2000 fue declarado Patrimonio Mundial por la UNESCO. Se trata del conjunto de iglesias románicas, que se han conservado a lo largo de los siglos gracias al aislamiento del valle hasta bien entrado el siglo xx.

11 Pica d'Estats El clásico 3.000, techo de Cataluña

! ●	○ 18 km
▶ 1	☀️ 12-16
⌚ 1.500 m+	<translation>eye</translation> 🌳

La **Pica d'Estats**, con sus 3.143 m de altitud, es el punto más alto de Cataluña y una de las montañas más populares y conocidas del territorio. La espectacular ascensión a "la Pica" por la Vall Ferrera, un valle tranquilo y poco concurrido, se culmina en una jornada y es uno de los grandes clásicos del montañismo en los Pirineos de Cataluña. La cumbre es una magnífica atalaya natural que ofrece maravillosas vistas de todo el Pirineo catalán.

www.rutespirineus.cat



© RUTES PIRINEUS/TURISME ACTIU D'ALTA MONTANYA, SL



© ARXIU DEL PATRONAT DE LA VALL DE BOÍ

13 La Vall de Boí El encanto ancestral de los faros

! ●	○ 10 km
▶ 1	☀️ 6-16
⌚ 120 m+	<translation>eye</translation> 🌳

El verano es época de fallas en el Pirineo, y especialmente en la Vall de Boí, donde la tradición manda descender la montaña con las fallas ardiente. Una excelente manera de conocer esta tradición y cultura ancestrales es con la ruta de Boí a Barruera que une los faros, los puntos donde se encienden las fallas, en lo alto de la montaña.

www.vallboi.cat/es



© OROL LLACARDO / INFOTUR



© FERRATOUR



© JOSE LUIS RODRIGUEZ / INFOTUR



© JOSE LUIS RODRIGUEZ / INFOTUR

15 La Garrotxa Entre volcanes y coladas de lava

! ●	○ 21 km
▶ 3 días	☀️ 6-16
⌚ 480 m+	<translation>eye</translation> 🌳

Entre las montañas del Pirineo y la arena de la Costa Brava se esconde un territorio natural de volcanes y coladas de lava basáltica. Esta ruta de tres días por el Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa recorre paisajes de vegetación exuberante de gran valor botánico, bosques de encinas, hayas y robles, ríos, humedales y hasta catorce volcanes!

www.itinerannia.net/es



Pirineus



Pirineus

16 La Vall Fosca

Caminos, plantas y recetas naturales

	6 salidas	
	200 m	

El clima del valle y una ubicación privilegiada a los pies del Parque Nacional d'Aigüestortes y Sant Maurici propician que la Vall Fosca dé cobijo a una gran variedad de hierbas aromáticas y medicinales, y de flores y frutos para elaborar jabones y licores. La casa rural Casa Leonardo, junto con la empresa Naturalwalks, organiza seis salidas que combinan senderismo y ecoturismo.

www.casaleonardo.net/es

	4	
	400 m+	

Similar a los cuatro pétalos de una flor, **La flor de Casa Leonardo** es una propuesta de cuatro itinerarios circulares que comienzan en la casa rural, en Senterada, la puerta natural de entrada a la Vall Fosca. Cada una de las etapas se puede seguir a través de los tracks correspondientes y con la ayuda de un GPS gratuito.

www.casaleonardo.net/es



Pirineos fantásticos EL REFUGIO DE LOS DUENDES DEL BOSQUE

Cuenta la leyenda que en la zona pirenaica habitan desde tiempos inmemoriales unos seres diminutos, de origen mitológico, que responden al nombre de *minairons*. Viven en el interior de los troncos secos y quien los encuentra se convierte en su amo, por quien trabajan incansablemente. Muchas de las tarteras del Pirineo, cuentan, han sido obras de estos duendes.



Pirineus

18 La Roca del Corb

Recorrido con tintes prehistóricos

	1	
	570 m+	

Caminar hasta la emblemática Roca del Corb y el Roc de Cogul, partiendo del Hotel Can Boix, y de regreso visitar Peramola, una bonita villa del Alt Urgell. Los clientes del hotel dispondrán de información detallada sobre esta ruta autoguiada (mapa, geolocalizaciones, puntos de interés histórico...). En el recorrido se visitan construcciones trogloditas y la capilla románica de Sant Salvador.

www.canboix.cat



Pirineus

19 Son, el Pallars Sobirà

La vida salvaje en los Pirineos

	6-16	
	200 m	

El entorno de MónNatura Pirineus ofrece al amante de la naturaleza, y en particular a los caminantes, una amplia gama de paisajes, colores y rutas que varían según la estación del año. En este espacio, situado a pocos kilómetros de Son (el Pallars Sobirà), el senderista descubre frondosos bosques de pino negro y verdes prados, y puede ver el despertar de las marmotas, osos y mariposas.

www.monnaturapirineus.com/es



Arte de piedra LOS PUENTES DEL PALLARS

La comarca del Pallars Sobirà conserva todavía hoy muchos puentes medievales, construidos con piedras. Estos puentes, de gran belleza y patrimonio arquitectónico de la zona, eran un elemento vital para la comunicación entre los pueblos de los valles, separados por un sinfín de ríos y riachuelos. Además, se encuentran en lugares idílicos que nos remontan al pasado.

© ARTHUR FREDERICH SELBACH / INFOTUR



Pirineus

20 Miradores del CadíSenderismo ecoturístico
a ritmo familiar

Esta ruta recorre, a ritmo familiar, los alrededores de Prullans (la Cerdanya) hasta llegar a los Miradores del Cadí, con parada previa en el huerto ecológico: un gran espacio cultivado con una rica variedad de verduras y vegetales que los pequeños senderistas recogerán y comerán, más tarde, en el restaurante del Cerdanya Ecoresort.

www.discoverpyrenees.com
www.cerdanyaecoresort.com



Pirineus

21 Bosque del Gerdar

El paraíso de las criaturas fantásticas



Recorrido fantástico y familiar por el bosque del Gerdar, en la zona periférica del Parque Nacional de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici, basado en la leyenda de los *minairons*, diminutos seres fantásticos que habitan la zona pirenaica desde tiempos remotos. La ruta, que organiza el Hotel La Morera, recorre la senda del oso pardo hasta llegar a la cascada del Gerber.

www.hotel-lamorera.com/es



Pirineus

22 Valls d'ÀneuMovilidad sostenible
por el valle del Gerber

Una de las perlas que esconden las Valls d'Àneu es el valle del Gerber. La ruta que organiza el Hotel La Morera transcurre por este valle glacial, con lagos de alta montaña de gran belleza natural. Es ideal para familias y permite iniciarse en el senderismo en un entorno de altura.

www.hotel-lamorera.com/es



Pirineus

23 Estanques pirenaicosPor los paisajes
de la electricidad

Paisaje e historia de la Vall Fosca combinados en una misma ruta circular que explica al senderista cómo y qué se vivió a principios del siglo xx en estas tierras que ahora pisa. Porque estos valles son testimonio del nacimiento de las centrales eléctricas que llevan la electricidad industrial al resto del territorio catalán. El recorrido une las lagunas de Gento, Tort y Colomina.

www.hotelvallfosca.com/es



Pirineus

24 Vall de NúriaDescenso desde
el santuario

El ferrocarril de cremallera se abre paso por las paredes angostas de las montañas hasta llegar a la Vall de Núria, un hermoso y emblemático paraje situado entre las altas cumbres de los Pirineos y refugio del santuario de Núria. En este punto, situado a 2.000 m de altitud, se inicia la ruta de descenso por los senderos señalizados hasta el pueblo de Queralbs.

www.kokopeliadventure.com/es



© MAR FERNANDEZ NUJALART / INFOTUR

Senderismo con historia

LA PRIMERA HIDROELÉCTRICA EN CATALUÑA

La gran reserva de agua de la Vall Fosca, que supera los 50 millones de m³, permitió que se proyectara la construcción de la central hidroeléctrica de Capdella a finales del siglo xix. Una obra faraónica para la cual se construyeron también carreteras, funiculares y canalizaciones, de modo que, ya en 1914, se pudo poner en marcha la primera gran central hidroeléctrica de Cataluña.

www.vallfosca.net



Pirineus

PEREGRINAR POR LA CERDANYA

Los peregrinos procedentes de la Europa meridional usaban una ruta alternativa para cruzar Cataluña en su peregrinación hacia Santiago de Compostela. Esta ruta recorre la Cerdanya de este a oeste, en cinco etapas. Un recorrido de 41 kilómetros, con poco desnivel, durante el cual el senderista se adentra en una comarca silenciosa y recorre un valle de gran belleza y apto para caminar en familia.

www.cerdanya.org



Pirineus

25 El Ripollès

Ruta invernal
para construir un iglú

		4 km
		150 km
		6-16

Inicia el recorrido en la estación de esquí Vallter 2000, en el extremo norte de la comarca del Ripollès. Siguiendo el curso del torrente, el senderista, equipado con raquetas de nieve, se dirige hasta el refugio de Ulldeter, donde culmina el objetivo de la caminata: encontrar el lugar idóneo para construir un iglú, una actividad muy útil para montañistas, ya que un iglú es un refugio natural para pasar la noche, a 0 °C y sin viento.

www.guiesmadablam.com/es



Val d'Aran

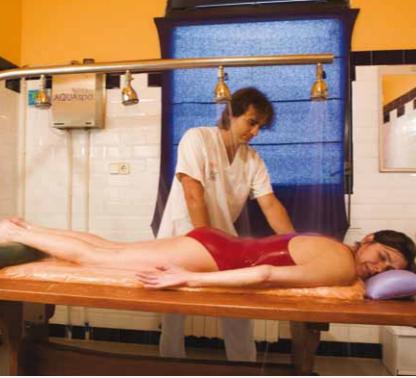
26 Camin Reiau

Viejos caminos de
la Val d'Aran

		88 km
		4/5 días
		6.070 m+

No solo de andar vive el caminante. Historia, cultura, gastronomía... son aspectos del camino que también alimentan al senderista. **Camin Reiau** es una ruta que recorre la Val d'Aran, desde Montgarri hasta Sant Joan de Toran, y une los 33 pueblos del valle por los caminos de antaño. Un viaje a pie, sin dificultades técnicas, para descubrir las costumbres y la historia de esta zona.

www.caminreiau.cat



Val d'Aran

27 Via Calda

Ruta de balnearios
por la Vall de Boí

		106 km
		6
		4.445 m+

El senderismo y los circuitos de aguas termales combinan realmente bien. La mejor prueba de ello es la Via Calda, una travesía que enlaza a través de las montañas los mejores baños termales de los Pirineos de Cataluña, en las localidades de Boí, Tredós, Arties, Vielha y Les. Entre balnearios, el senderista descubre las iglesias románicas y los lagos de la Vall de Boí.

www.visitvaldaran.com/ca/item/via-calda-grandes-rutas/



Costa Barcelona

28 Sierra del Litoral

Paseos con aroma
mediterráneo

		106 km
		6
		3.656 m+

El Maresme es un territorio ideal para los aficionados al excursionismo que desean alternar los paseos a orillas del mar con las rutas por la sierra del Litoral. La ruta denominada **Senders del Maresme** consta de 500 km de caminos, pistas y sendas para ser recorridos a pie, en bicicleta o a caballo.

www.costadebarcelonamaresme.cat/ca/natura/rutes-i-senderisme/xarxa-de-senders-del-maresme



Costa Barcelona

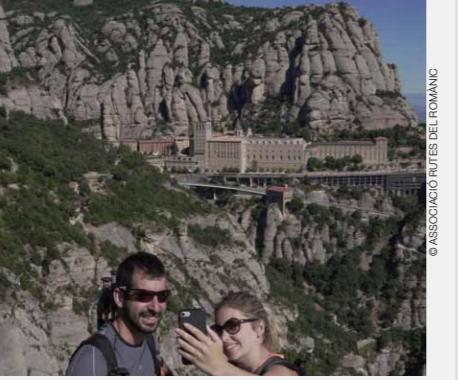
FIESTAS DE LA VENDIMIA

Vilafranca del Penedès dispone de más de 50 kilómetros de caminos rurales, una amplia y potente estructura radial de caminos que permite ir a pie desde la ciudad hasta los pueblos cercanos y conocer los espacios naturales que rodean la capital del Alt Penedès.

www.barcelonaesmoltes.cat



Paisatges Barcelona - Pirineus



Paisatges Barcelona

29 GR 151. Camí Oliba

Recorrido entre iglesias y monasterios

!	●	115,18 km
▶	6	88 km
⌚	5	334,6 m+

Este sendero de gran recorrido propone un viaje por los orígenes de Cataluña, cuando personajes como el obispo y abad Oliba cristianizaron estas tierras sembrándolas de iglesias y monasterios. El tramo que une Vic con Sant Joan de les Abadeses, de un alto valor paisajístico, descubre joyas del románico catalán como los monasterios de Sant Pere de Casserres, Ripoll o Sant Joan de les Abadeses.

www.camioliba.cat/es
www.pedratour.com



Senderismo medieval DE BARCELONA A MONTserrat

En la Edad Media, para llegar a pie a Montserrat desde Barcelona, el peregrino debía cruzar el río Llobregat en diversas ocasiones. Durante mucho tiempo solo existieron dos puentes para cruzarlo: el Pont del Diable, en Martorell, construido sobre fundamentos romanos a finales del siglo XIII, y el de Monistrol, de principios del XIV.

www.camioliba.cat/es



Costa Daurada

31 El Priorat

Enosenderismo: rutas, viñedos y vino

!	●	370 km
⚙️	☀️	90 km
⌚	4 días	4.448 m+

Red de Caminos del Priorat es una red de senderos en la comarca del Priorat que recupera antiguos caminos y veredas históricas para practicar el senderismo y conocer, a la vez, las excelentes viñas de la región; degustar los productos que la han hecho mundialmente conocida, el aceite y el vino; y visitar monumentos arquitectónicos como la cartuja de Scala Dei.

www.turismepriorat.org/es



Costa Daurada

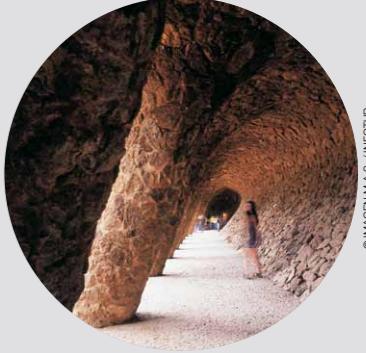
32 Ruta de los Refugios

Aventura entre viñedos

!	●	90 km
⚙️	☀️	4 días
⌚	4.448 m+	486,7 m+

Por los caprichosos relieves del Parque Natural de la Serra de Montsant y las Muntanyes de Prades, la Ruta de los Refugios plantea un recorrido por etapas entre cuatro refugios: Cornudella de Montsant, la Mussara, Mont-ral y Prades Park. El itinerario aprovecha los caminos históricos que, serpenteantes, llevan a descubrir pequeños pueblos y rincones escondidos entre viñas y montañas.

www.larutadelosrefugios.cat/es



Costa Daurada LA INSPIRACIÓN DE GAUDÍ

La sinuosas y caprichosas formas de la naturaleza fueron fuente de inspiración para el arquitecto modernista Antoni Gaudí. En las Montañas de la Costa Daurada, en el municipio de Argentera, encontramos el Collet Rodó. Sus rocas y cuevas sirvieron de "modelo" al artista catalán para crear obras como la Pedrera o el Park Güell.

www.muntanyescostadaurada.cat/es

© IMAGEN M.A.S. / INFOTUR



Un alto en el camino **DELICIAS AUTÓCTONAS**

El encanto del pueblo medieval de Montblanc, capital de la comarca Conca de Barberà, ya es excusa para hacer un alto en el camino. Entre sus murallas resuena todavía la leyenda del caballero san Jordi y en sus tierras se cultiva el *trepaut*, una variedad autóctona de uva que el senderista puede degustar convertida en excelentes vinos.

33 **El Brogit de la Vall** Siguiendo el curso del río Brugent

!	●	⌚ 70 km	⌚
▶	4	⚙️ 🌸 🌻 🍃	⚠️
⌚	800 m+ (máx.)	🕒 🏠 🏔	⚠️

La ruta circular de **El Brogit de la Vall** recorre en cuatro etapas las comarcas del Baix Camp, la Conca de Barberà y el Alt Camp, siguiendo el curso del río Brugent, desde que nace, en Capafonts, hasta su desembocadura en el río Francolí. Aunque puede realizarse en menos tiempo, esta modalidad (*la Trescamons*) permite saborear todos los detalles y contrastes del paisaje. La ruta se puede hacer con guía o autoguiada.

www.elbrogit.com/es

34 **Trek&Vino en Priorat** Por las sendas del Montsant

!	●	⌚ 8-13 km	⌚
▶	3	⚙️ 🌸 🌻 🍃	⚠️
⌚	350 m+	🕒 🏠 🏔	⚠️

Trek&Vino en Priorat es una propuesta para descubrir los rincones de la mística montaña de Montsant: su historia, paisajes, gastronomía y vinos, a través de tres excursiones circulares muy diferenciadas. El senderista puede admirar el Priorat desde los impresionantes riscos de la vertiente sur del Montsant, pasear por el mítico pueblo de Siurana y catar unos excelentes vinos DOQ Priorat.

www.elbrogit.com/es

35 **Del Urgell a la Segarra** Descubrir el patrimonio arquitectónico rural

35 **Del Urgell a la Segarra** Descubrir el patrimonio arquitectónico rural

!	●	⌚ 9,17 km	⌚
▶	2 horas	⚙️ 🌸 🌻 🍃	⚠️
⌚	134 m+	🕒 🏠 🏔	⚠️

El entorno rural que une los pueblos del Urgell y la Segarra descubre al senderista un patrimonio arquitectónico rural muy rico, formado por construcciones (*o pletes*) de piedra seca, elemento típico de las zonas mediterráneas. La ruta que recorre estos caminos, con inicio en la casa rural La Torre del Codina —catalogada como bien patrimonial de interés local— muestra un interesante conjunto de estas casas y cabañas.

www.latorredelcodina.com/es

36 **Línea de costa** Senderos con el mar de fondo

!	●	⌚ 43 km	⌚
▶	3	⚙️ 🌸 🌻 🍃	⚠️
⌚	1.226 m+	🕒 🏠 🏔	⚠️

El Camí de Ronda propone una travesía lineal de 43 km para realizar en tres etapas entre Sant Feliu de Guíxols y Begur, utilizando el antiguo sendero que bordeaba la costa. La ruta entrelaza los diferentes playas, calas y poblaciones de la costa mientras atraviesa espacios naturales protegidos. Todo el recorrido transcurre al lado del mar por caminos y veredas aptos únicamente para circular a pie.

www.camideronda.com/es

Terres de Lleida **EL CAMINO IGNACIANO**

El itinerario de peregrinación entre Azpeitia (Guipúzcoa) y la cueva sagrada de Manresa (Barcelona) en la que san Ignacio de Loyola vivió la experiencia espiritual que marcó su vida se conoce como *Camino Ignaciano*. En el tramo catalán de la ruta, el peregrino visita iglesias, ermitas y cenobios, viajando a través de los paisajes y pueblos que condujeron al santo hacia sus *Ejercicios espirituales*.

www.caminoignaciano.org



© ORIOL CLAVERA / INFOTUR



Maravillas naturales ESPACIOS PROTEGIDOS EN LA COSTA BRAVA

El Parque Natural de los Aiguamolls de l'Empordà es el segundo más importante de Cataluña de estas características y una de las principales zonas húmedas del territorio. En sus casi 5.000 hectáreas de superficie se concentran un gran número de especies autóctonas de flora y fauna. Ríos, humedales, mar... Maravillas para descubrir y explorar.

30



Costa Brava

37 De Girona a la costa Senderos históricos entre la ciudad y el mar

				140 km	
	8				
	3.887 m+				

Unir la ciudad de Girona con la Costa Brava y el camino de ronda es una ruta circular diseñada para descubrir el encanto de los contrastes entre el mar, la montaña y los abruptos acantilados de la Costa Brava. La ruta permite descubrir senderos históricos, pueblos medievales, playas paradisíacas del Empordà y la ciudad de Girona. Un 80 % de la ruta transcurre por espacios naturales protegidos.

[www.camideronda.com/es](https://es.costabrava.org/que-hacer/naturaleza-y-turismo-activo/ennaturat-el-festival-de-las-actividades-en-la-natura)



Costa Brava

38 Pirineo de Girona Actividades en la naturaleza

				201,72 km	
	8				
	11				

Ennaturat es un programa que recoge todo tipo de actividades al aire libre en la Costa Brava y en el Pirineo de Girona. Un amplio abanico de propuestas que incluye todas las modalidades y que se pueden realizar durante todo el año.

<https://es.costabrava.org/que-hacer/naturaleza-y-turismo-activo/ennaturat-el-festival-de-las-actividades-en-la-natura>



Sierra del Catllaràs **CAMINOS BUCÓLICOS**

Caminando por los senderos de gran o pequeño recorrido que se extienden por la sierra del Catllaràs, en el Alt Berguedà, el senderista tendrá la oportunidad, y la sorpresa, de encontrar restos del pasado minero de estas tierras mientras se adentra en frondosos y exuberantes bosques de hayas, avellanos y pinos. En otoño, el paisaje se tiñe de ocres y el suelo rebosa de setas.

<http://senders.feec.cat/gr-5>



Paisatges Barcelona - Costa Barcelona

39 GR 5. Sendero de los Miradores De Sitges a Canet de Mar

				201,72 km	
	8				
	11				

Conocido como el **Sendero de los Miradores**, el GR 5 empieza y termina en la costa mediterránea, de Sitges a Canet de Mar, pero su trazado circula por la zona de interior. Recorre seis parques naturales: el del Garraf, el Ordal, Montserrat, Sant Llorenç del Munt y l'Obac, el Montseny, y el Montnegre y el Corredor. Se recomienda llevar prismáticos para disfrutar del paisaje y el patrimonio arquitectónico.

<http://senders.feec.cat/gr-5>



Pirineus - Paisatges Barcelona

40 GR 4. De Puigcerdà a Montserrat Descenso al lugar de culto

				171,58 km	
	11				

Comienza en la Alta Cerdanya, a menos de un kilómetro de Puigcerdà, y llega hasta Montserrat. Alcanza los 2.106 m en el Coll de Pal y pasa por lugares de gran belleza como el Parque Natural del Cadí-Moixeró y la sierra del Catllaràs. Dejando atrás la montaña, el sendero cruza la comarca del Bages y transurre por el límite del Parque Natural de Sant Llorenç del Munt y l'Obac hasta llegar a Montserrat.

<http://senders.feec.cat/gr-4>



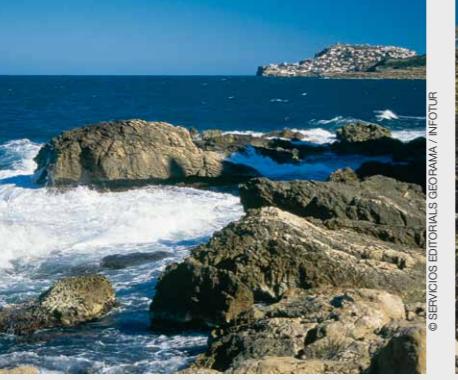
© IMAGEN M.A.S. / INFOTUR

Hace miles de años...

GRIEGOS Y ROMANOS EN EMPÚRIES

Empúries fue la puerta de entrada en la península ibérica de la civilización griega. Más tarde, el lugar fue conquistado por los romanos, que, en el año 100 a. C., construyeron una próspera ciudad. Hoy permanecen las ruinas de este pequeño imperio, de visita casi obligada para el caminante curioso.

<http://senders.feec.cat/gr-1>



Costa Brava - Pirineus



© SERVICIOS EDITORIALES GEORAMA / INFOTUR

④1 GR 1. Del Empordà al Pallars Jussà

Histórico y transversal



Conocido también como **Sendero histórico**, porque discurre por los territorios conquistados en el siglo viii por Carlomagno —para hacer una barrera defensiva en la frontera sur del reino de los frances—, atraviesa el prepirineo catalán partiendo de Sant Martí d'Empúries, en el Empordà. Suma más de 400 kilómetros hasta llegar al desfiladero de Mont-rebei, en la comarca del Pallars Jussà.

<http://senders.feec.cat/gr-1>

④2 GR 83. De Mataró al Canigó

Camino del Norte



Este sendero recupera los caminos de paso que utilizaban personas de diferentes oficios: mineros, transportadores de mercancías, trashumantes, molineros, etc., y que sirvieron también a miles de exiliados, entre enero y febrero de 1939, en su huída a Francia. Empieza en la playa del Callao de Mataró y atraviesa las comarcas del Maresme, el Vallès Oriental, la Selva, la Garrotxa, el Ripollès, el Vallespir y el Conflent (Francia).

© VAL D'ARAN



INFORMACIÓN PRÁCTICA ALOJAMIENTOS PARA EL SENDERISTA

Pirineus

Alt Àneu

Hotel La Morera
HL-000547
www.hotel-lamorera.com

Castell de Mur

Hotel Terradets
HL-00105
www.hotelterradets.com

Conca de Dalt

Casa Churchill
PL-000618
www.casachurchill.cat

Espot

Alba d'Esteve
PL-000730
www.albadesteve.com

Càmping Voraparc

Càmping Voraparc
KL-000064
www.voraparc.com/index.php/ca/

La Guingueta d'Àneu

Nou càmping
KL-000015
www.noucamping.com

La Seu d'Urgell

Hotel Nice
HL-000232
www.hotelnice.net

La Torre de Cabdella

L'Era del Marxant
HL-000819
leradelmarxant.com

Prullans

Hotel Vall Fosca
HL 000442
www.hotelvallfosca.com

Llimiana

Mas de Bruquet
HUTL-000155
masdebruquet.cat

Montferrer i Castellbò

Càmping Gran Sol
KL-000015
campinggransol.com

Oliana

Hostal Victor
HL-000108
www.hostalvictor.es

Organjà

Hotel Dom
HL-000800
www.hoteldom.es

Val D'Aran

Vielha e Mijaran
Peramola
Càmping Vernerda
KVA-000041
www.campingvernerda.com

Senterada

Cerdanya Ecoresort
HL00032
www.prullans.net

Solsona

Casa Leonardo
PL-000321
www.casaleonardo.net

Camping

Turismo rural
Hotel
Apartamento y
vivienda turística
www.campingsolsones.com

Terres de Lleida

Tàrrega

La Torre del Codina
PL-000734
www.latorredelcodina.com



EMPRESAS ESPECIALIZADAS EN SENDERISMO

Información turística

Ajuntament de La Pobla de Segur
La Pobla de Segur
973 680 038
www.lapobladesegur.cat

La Vall Fosca - Ajuntament de La Torre de Capdella
La Torre de Capdella
973 663 001
www.vallfosca.net

Muntanyes de la Costa Daurada
Sort
973 621 002
<http://turisme.pallarsobira.cat>

Oficina de Turisme del Priorat
Falset
977 830 119
[www.priorat.cat](http://priorat.cat)

Oficina de Turisme del Solsonès
Solsona
973 482 310
www.turismesolsones.com

Osona Turisme
Vic
938 851 715 / 938 832 212
www.osonaturisme.cat

Patronat de Turisme de la Vall de Boí
Barruera
973 694 000
www.vallboi.cat

Turisme del Berguedà
Berga
938 247 700
www.elbergueda.cat

Turisme Cerdanya
Puigcerdà
972 140 665
www.cerdanya.org

Turisme Pallars Sobirà
Sort
977 327 155
[www.muntanyescosta daurada.cat](http://turisme.pallarsobira.cat)

Diputació de Barcelona
Barcelona
<http://diba.cat/turisme>

Oficina de Turisme Costa Brava Girona
Girona
costabrava.org

Patronat de Turisme Costa Daurada
Tarragona
www.costadaurada.info

El Brogit
Reus
689 006 199
www.elbrogit.com

Agencias de viajes

Pirineu Emoció
La Pobla de Segur
973 681 518
www.pirineuemocio.com

Creative Rural
Sant Cugat
608 917 099
www.creativerural.com

Rutes Pirineus
Molins de Rei
686 064 736
www.rutespirineus.cat

Pedrator
Berga
938 215 111
www.pedrator.com

Kokopeli Adventure
Barcelona
932 955 877
www.kokopelidventure.com/es

El Brogit
Reus
689 006 199
www.elbrogit.com

Otros (rutas y guías)

A Pas d'Isard
La Vall de Boí
628 088 112
www.apasdisard.com

Camí de Ronda
La Bisbal d'Empordà
www.camideronda.com

Món Natura Pirineus
Son (Alt Àneu)
973 626 722
www.monnaturepirineus.com

Xavi Llongueras,
guía de alta montaña.
UIAGM
Prullans
676 510 655
www.guiallongueras.com/es

Camí de Sant Jaume en Catalunya
www.catalunya.com/camino-desantiago-24-1-61

Guies de muntanya i barrancs Ama Dablam
La Vall d'en Bas
615 233 442
www.guiesamadablam.com

Itinerànnia Olot

972 271 600
www.itinerannia.net

La Ruta del Cister
Montblanc
977 861 232
www.larutadelcister.info

Rutas para iniciados y expertos

	Dificultad	Circular	Desnivel	Distancia	Etapas	Edad	Época del año	Interés
PC. LA PORTA DEL CEL. CORONAR LA CUMBRE DE CATALUÑA	●	---	11.000 m+	65 km	5	---	✿ ☀️	🏡
1. RUTA A LA LIBERTAD	●	sí	5.227 m+	65 km	4 días	---	✿ ☀️	🏡
2. ELS BASTIONS	●	---	6.852 m+	105 km	5 días	---	✿ ☀️	🏗️
9. RUTA DEL ERMITAÑO	●	sí	6.270 m+	105 km	5 días	---	✿ ☀️	🏗️
11. PICA D'ESTATS	●	---	1.500 m+	18 km	1	12-16	☀️	🏡
14. MONTAÑAS MÁGICAS	●	---	7.489 m+	98,47 km	5	---	☀️	🏡
CF. ENTRE LAGOS Y REFUGIOS POR AIGÜESTORTES	●●	---	9.200 m+	55 km	5-7	---	✿ ☀️	🏡
3M. ELS 3 MONTS. DEL MONTSÈNIA Y MONTserrat	●●	---	1.384 m+	105,5 km	6	---	✿ ☀️	🏡
GR 11. DEL MEDITERRÁNEO AL CANTÁBRICO	●	---	26.870 m+	421 km	24	---	✿ ☀️	🏡
GR 92. CATALUÑA CON VISTAS AL MAR	●	---	18.295 m+	583 km	31 días	---	✿ ☀️	🏗️
CS. RUTA DE PELEGRINAJE. CAMÍ DE SANT JAUME	●	---	6.200 m+	388 km	15 días	---	✿ ☀️	🏗️
GR 107. CAMÍ DELS BONS HOMES	●	---	9.250 m+	189 km	8-9 días	---	✿ ☀️	🏡
CV. TRAVESÍA CON INSPIRACIÓN TIBETANA	●	sí	5.600 m+	84,2 km	4-5	---	☀️	🏡
4. REFUGIOS DEL TORB	●	---	4.514 m+	78 km	5	12-16	☀️	🏡
5. DEL PIRINEO AL MAR	●	---	5.200 m+	107 km	5	12-16	✿ ☀️	🏡
10. AIGÜESTORTES	●	---	3.300 m+	54 km	4 días	12-16	☀️	🏡
32. RUTA DE LOS REFUGIOS	●	---	4.448 m+	90 km	4 días	---	✿ ☀️	🏡

Rutas de iniciación y/o para todos

37. DE GIRONA A LA COSTA	●●	sí	3.887 m+	140 km	8	12-16	✿ ☀️	🏡
38. PIRINEO DE GIRONA	●●	---	---	---	1	+ 13	✿ ☀️	🏡
3. SERRA DE MONESTIRS	●	sí	2.490 m+	65 km	5	12-16	✿ ☀️	🏡
7. VALL DE BARCEDANA	●	---	237 m+	9,86 km	1	12-16	✿ ☀️	🏡
8. MONT-REBEI	●	sí	355 m+	6,9 km	1	6-11	✿ ☀️	🏡
13. LA VALL DE BOÍ	●	---	120 m+	10 km	1	6-16	☀️	🏡
15. LA GARROTXA	●	---	480 m+	21 km	3 días	---	✿ ☀️	🏡
16. LA VALL FOSCA	●	---	200 m+	---	6 salidas	6-16	✿	🏡

	Dificultad	Circular	Desnivel	Distancia	Etapas	Edad	Época del año	Interés
17. POR EL PALLARS JUSSÀ	●	---	400 m+	7-15 km/etapa	4	12-16	✿ ☀️	🏡
18. LA ROCA DEL CORB	●	---	570 m+	10,1 km	1	12-16	☀️	🏡
22. VALLS D'ÀNEU	●	---	230 m+	8,4 km	1	6-16	☀️	🏡
23. ESTANQUES PIRENAICOS	●	---	281 m+	5,5 km	9 horas	6-11	☀️	🏡
24. VALL DE NÚRIA	●	---	1.100 m-	6,5 km	1	6-16	✿ ☀️	🏡
26. CAMÍ REIAU	●	---	6.070 m+	150 km	10 días	---	✿ ☀️	🏡
27. VIA CALDA	●	---	4.445 m+	88 km	4-5 días	---	✿ ☀️	🏡
28. SIERRA DEL LITORAL	●	---	3.656 m+	106 km	6	---	✿ ☀️	🏡
29. GR 151. CAMÍ OLIBA	●	---	486,7 m+	115,18 km	6	---	✿ ☀️	🏡
30. DE MONTserrat A VIC	●	---	334,6 m+	88 km	5	---	✿ ☀️	🏡
31. EL PRIORAT	●	---	---	370 km	1	---	✿ ☀️	🏡
33. EL BROGIT DE LA VALL	●	sí	800 m+	70 km	4	---	✿ ☀️	🏡
36. LÍNEA DE COSTA	●	---	1.226 m+	43 km	3	12-16	✿ ☀️	🏡
GR 175. RUTA DEL CÍSTER	●	---	3.295 m+	105 km	3 días	---	✿ ☀️	🏡
5LL. EL CINQUÈ LLAC. CAMINOS DE MAGIA Y MISTERIO	●	sí	6.299 m+	105,30 km	5	---	✿ ☀️	🏡
12. PIRINEO ROMÁNICO	●	---	160-200 m+	5-6 km	3 días	6-16	✿ ☀️	🏡
19. SON, EL PALLARS SOBIRÀ	●	---	---	2 km	---	---	✿ ☀️	🏡
20. MIRADORES DEL CADÍ	●	---	250 m+	7-8 km	1 día	0-11	✿ ☀️	🏡
21. BOSQUE DEL GERDAR	●	---	180 m+	2,5 km	1	0-16	✿ ☀️	🏡
25. EL RIPOLLÈS	●	---	150 m+	4 km	1/2 día	6-16	✿ ☀️	🏡
34. TREK&VINO EN PRIORAT	●	---	350 m+	8-13 km	3	12-16	✿ ☀️	🏡
35. DEL URGELL A LA SEGARRA	●	---	134 m+	9,17 km	2 horas	6-16	✿ ☀️	🏡
6. EL RIPOLLÈS-EL ALT EMPORDÀ	●	---	---	500 km	---	---	✿ ☀️	🏡
39. GR 5. SENDERO DE LOS MIRADORES	●●●●	---	---	201,72 km	8	---	✿ ☀️	🏡
40. GR 4. DE PUIGCERDÀ A MONTserrat	●●●●	---	---	171,58 km	11	---	✿ ☀️	🏡
41. GR 1. DEL EMPORDÀ AL PALLARS JUSSÀ	●●●●	---	---	400,44 km	14	---	✿ ☀️	🏡
42. GR 83. DE MATARÓ AL CANIGÓ	●●●●	---	---	201,77 km	10	---	✿ ☀️	🏡

Más información

Entidades de promoción turística

Patronat de Turisme de la Diputació de Tarragona
www.costadaurada.info
www.terresdelebre.travel

Patronat de Turisme Costa Brava Girona
www.costabrava.org

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida
www.aralleida.cat

Oficina de Promoció Turística de la Diputació de Barcelona
www.barcelonaesmoltmes.cat

Turisme de Barcelona
www.barcelonaturisme.com

Agencia Catalana de Turismo

www.catalunya.com

 [@catalunyaexperience](http://www.facebook.com/catalunyaexperience)

 [@catexperience](http://www.twitter.com/catexperience)

 [@catalunyaexperience](http://www.instagram.com/catalunyaexperience)

 www.youtube.com/user/CatalunyaExperience

Palau Robert
(Centro de Información Turística de Cataluña)
Passeig de Gràcia, 107 – 08008 Barcelona
+ 34 93 238 80 91 / 92 / 93
www.gencat.cat/palaurobert

Horarios:

de lunes a sábado: 10-20 h
domingos y festivos: 10-14.30 h

Información turística:

012 (Cataluña)
902 400 012 (fuera de Cataluña)
+ 34 902 400 012 (fuera de España)

Reservas

Experience Catalunya
<https://experience.catalunya.com>

Oficinas en el exterior de la Agencia Catalana de Turismo

Benelux
info.act.bn@gencat.cat
+ 32 26 406 151

Países nórdicos
info.act.nordic@gencat.cat
+ 358 40 7177 295

Francia
info.act.fr@gencat.cat
+ 33 140 468 448

Reino Unido
info.act.uk@gencat.cat
+ 44 20 7583 8855

Europa central
info.act.de@gencat.cat
+ 49 69 7422 4873

Italia
info.act.it@gencat.cat
+ 39 02 873 935 73

China
promotion.act.cn@gencat.cat
+ 86 10 848 682 84

Sudeste asiático
info.act.sea@gencat.cat
+ 65 622 04 022

Estados Unidos
info.act.usa@gencat.cat
+ 1 212 7823332

España
turisme.blanquerna@gencat.cat
+ 34 915 241 000

Rusia
info.act.ru@gencat.cat
+ 7 495 567 1871

América del Sur
info.act.latam@gencat.cat

 Generalitat de Catalunya
Gobierno de Cataluña
Agencia Catalana de Turismo

Socios / Miembros ACT



Diputació de Lleida
Patronat de Turisme



Diputació de Girona
Patronat de Turisme



Girona
Patronat de Turisme
Costa Brava Girona



Patronat de Turisme



Diputació Tarragona



BCN+
Barcelona
és molt més



Diputació
Barcelona



Barcelona
Turisme

Fotografías:
Foto portada: © Inmedia Solutions, SL / ACT
Foto contraportada: © Marc Castellet / ACT

© Agencia Catalana de Turismo
B 13767-2019

Edición ©
Agencia Catalana de Turismo. Passeig de Gràcia, 105, 3.^a planta. 08008 Barcelona
Realización editorial: Ediciones Reunidas, SA www.grupozeta.es.

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del
copyright, bajo las sanciones establecidas por la ley, la reproducción total o parcial
de esta obra por cualquier procedimiento, incluyendo la reproducción y el tratamiento
informático, y la distribución de los ejemplares mediante alquiler o préstamos públicos.

Partners



FCBARCELONA
més que un club



Circuit de
Barcellona

CATALUNYA

vueling.



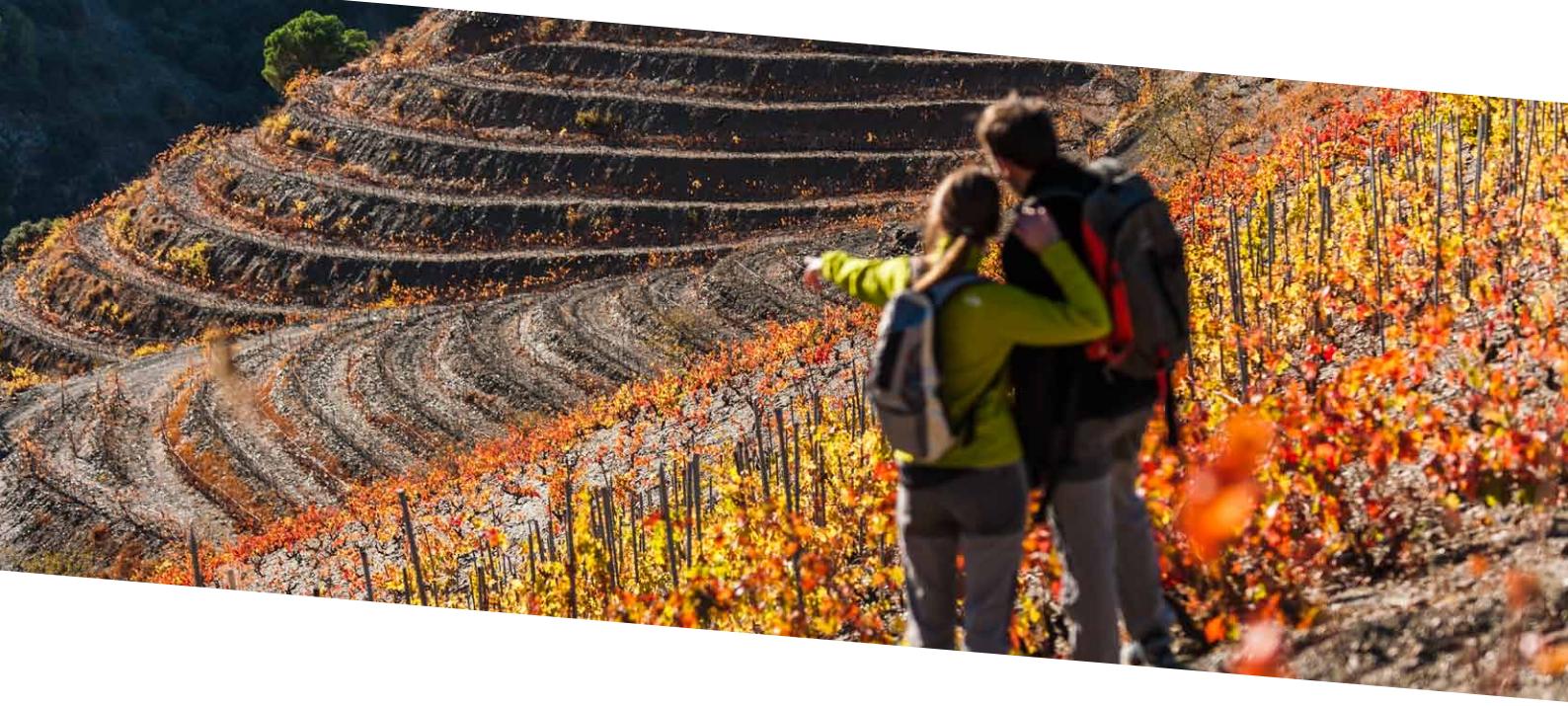
PortAventura
WORLD
PARKS & RESORT



LA ROCA
VILLAGE

A MEMBER OF THE BUCKSTER VILLAGE
SHOPPING COLLECTION





www.catalunya.com

 Generalitat de Catalunya
Gobierno de Cataluña
Agencia Catalana de Turismo



Senderismo en Cataluña



Año del
Turismo Cultural

