

La Cerdanya

Excursiones y Paseos

ES


Canillo
ANDORRA
Encamp
el Pas de la Casa
Porta
Porté
FRANÇA
Carlit
els Angles
la Llaguna
Targasona
Bolquera
Montlluís
Font-romeu
Dorres
Eina
Sallagosa
Llo
Er
Enveig
Ur
Llivia
la Tor de Querol
Guils de Cerdanya
Meranges
PUIGCERDÀ
la Guingueta d'Ix
Oceja
Bolvir
Ger
Gréixer
Eller
Talltendre
Olopte
Isòvol
Prats i Sansor
Alp
Das
Urús
Bellver de Cerdanya
Prullans
Martinet
Montellà
Nas
Pi
Masella
la Molina
Toses
Nevà
Planoles
Ventolà
Campelles
Castellar de n'Hug
Bagà
Josa
Tossa Plana de Lles
Lles
Aristot
Musser
Aransèr
Viliella
Castellnou de Carcolze
Bar
Ansovell
el Querforadat
Estana
la Rosa Gran
Refugi del Serrat de les Esposes
Refugi dels Cortalets
Refugi de Sant Jordi
Refugi de Rebost
Refugi de Prat d'Aguiló
Refugi de Malniu
Refugi de Cap del Rec
Refugi de Graciolet
Refugi dels Estanys de la Pera
Refugi d'Estoll i Gutona
Puigpedrós
Tossa del Bralsal
Pic de Ributs
Pic de Fontnegra
Port Envalira
Port Farrera
Puig de la Canal Bandana
Cadinell
Coma Oberta
Pic de Finestrelles
Puigmal
Puig de Dorria
Collada de Tosses
Pedra Picada
Mare de Déu de Montgrony
SERRA DEL CADI
PARC NATURAL CADI-MOIXERÓ
SERRA DE MOIXERÓ
1
2
3
4
5
6
7
8
9






Ascensiones

1. Carlit
2. Tossa Plana de Lles
3. Puigpedrós
4. Puigmal
5. Coma d´Or
6. Comabona
7. Tosa de Alp
8. Pico de los Moros
9. Pico de Moixeró

Paseos

1. Camino de Sant Marc
2. Rigolisa - Camino de los Enamorados
3. Subida a Bell-lloc
4. Prat de Cadí

Lagos

1. Lagos de la Pera
2. Lagos de Malniu
3. Lagos de Fontviva
4. Lagos de Lanós
5. Circuito de los lagos de la Bollosa

Valles

1. La Llosa
2. Angostrina
3. Campcardós
4. Eina
5. Llo
6. Ridolaina

Itinerarios
Alfons Brosel
Manel Figuera
Fauna y flora
Oriol Mercadal
Marcha nórdica
E.E de Marxa Nòrdica de La Cerdanya

Fotografía
Alfons Brosel
Albert Piñeira
Emili Giménez
Juan Reyes
Communauté de Communes
Manel Figuera

Tour virtual 360
cerdanyainteractiva.com
Diseño y maquetación
cisglobal.info


Ascensiones

1. CARLIT (2.921 m), desde la Bollosa

Montaña altiva y de formas piramidales, el Carlit es la atalaya más alta de la Cerdaña y del Pirineo Oriental. Este macizo, rodeado de lagunas y vegetación exuberante, es también el más frecuentado de toda la comarca ceretana, sobre todo en verano.

Situados al lado del aparcamiento del Hotel Bones Hores, tomamos el camino que empieza a su izquierda (indicaciones). Nos adentramos en el bosque y superamos una zona de bloques de granito. Más adelante el camino gira a la derecha y, siguiendo unos hitos muy marcados, llegamos al lado de la laguna de Viver (30 min.), que se encuentra ubicada a la derecha.

El camino continúa por una zona húmeda y pasa muy cerca de las lagunas Sec y de la Comassa. Seguidamente subimos por un pequeño lomo que nos lleva a una explanada desde la cual vemos el Carlit. Pasada esta llanura, hacemos un pequeño descenso y llegamos cerca de la laguna de la Vallell (2.143 m , 1 h).

En este punto clave, cruzamos el desagüe de esta laguna por una pasarela y giramos a la izquierda (O). Ahora tenemos que ir superando unas gradas rocosas rodeadas de césped. El camino nos lleva a un pequeño collado y posteriormente al inicio de una explanada, donde el Carlit parece muy cercano. Atravesamos una zona de rocas rojizas que se desprenden del Tossal Colomer y, superando una fuerte subida, salimos a la laguna Gelat de Subirà, la más alta de la Cerdaña (2.598 m , 1.50 h). Estamos situados en la base del Carlit. Giramos a la izquierda y si trepamos nos situamos al lado del Coll Colomer. Atacamos la arista este de la montaña siguiendo unos zigzag del camino y traspasamos una pequeña cresta hasta llegar a un collado, marcado con un gran hito. Inmediatamente después enfilamos por unas canales con buenas presas. Seguidamente, una travesía en diagonal y una subida en terreno descompuesto nos llevan directamente a la enforcadura de la montaña. Una vez allí, solo debemos girar a la izquierda y alcanzar, sin más dificultades, la cima del Carlit (2.921 m , 2.30 h).Panorama excepcional de las montañas del entorno y de los embalses de Lanós y de la Bollosa. La vista abraza desde el Canigó hasta el macizo de la Maladeta.



Acceso: *Desde Montlluís seguimos por la D-118 con dirección a la Llaguna hasta que encontramos, a la izquierda, el desvío de la D-60 que sube a la laguna de la Bollosa.* ***Inicio:*** *Aparcamiento de la Bollosa*

Dificultad*: Fácil-Media* ***Altitud máxima****: 2.921m*

Desnivel*: 900m* ***Duración total****: 4.45 h (2.30 h anada / 2.15 h tornada)*

Época del año*: Primavera, verano y otoño. En invierno es una excursión dura.*

Observaciones: *En el tramo final es necesario trepar (I+) por unas rocas con buenas presas. La carretera D-60 está cortada en invierno en el Pla dels Avellans. En verano tiene el tránsito restringido durante los meses de julio y agosto y se debe subir con los autobuses habilitados.*

2. TOSSA PLANA DE LLES (2.916m), desde el Pradell

Voluminosa, el cerro Plana de Lles o pico de la Portelleta es el segundo más elevado de la Cerdaña. Su ascensión sencilla desde el Pradell, accesible con automóvil desde Cap del Rec, se ve altamente compensada por el formidable panorama del cual se goza desde su cima.

Desde el Pradell (2.115 m) se toma la ruta núm. 19 (indicador) de Senders de Cerdanya, marcado con rectángulos amarillos. En seguida se entra en un pinar de pinos negros. A continuación viene una cuesta bastante pronunciada hasta que se sale del bosque y se llega al extenso llano de las Someres (2.335 m, 35 min), donde se aprecian restos de una cabaña.

Se sube por una cresta cubierta de hierba con pinos negros a la izquierda hasta el pie del ancho vertiente sur de la montaña. El camino queda un poco difuso, pero lo que queda de ascensión es evidente. Señales de pintura y numerosos hitos indican la ruta. A la izquierda un caminito que no se debe seguir se dirige a la próxima balsa de Setut. El itinerario gana altitud de manera constante hasta una primera altiplanicie, aumenta sensiblemente después y se atenúa en la parte superior, al inicio de la altiplanicie pedregosa granítica culminante.

Sin más obstáculos se alcanza la cima del cerro Plana de Lles (2.916 m, 2 h), mirador inmejorable de la Cerdaña, Andorra y el Pirineo a ponente hasta más allá de la Maladeta, en concreto hasta el pico de Mièidia de Bigòrra. A mediodía se domina el Cadí y el Baridà y a levante el panorama se alarga hasta el Canigó.



Acceso: *Desde Martinet se toma la carretera LV-4036 hasta Lles y a continuación una pista asfaltada hasta la recepción de la estación de esquí nórdico de Cap del Rec. Después se toma una pista de tierra, apta para automóviles, hasta el Pradell, donde hay un refugio libre.*

Inicio: *El Pradell* ***Dificultad****: Fácil-Media* ***Altitud máxima****: 2.916m*

Desnivel*: 801 m* ***Duración total****: 3.30 h (2 h ida + 1.30 h vuelta)*

Época del año*: Primavera, verano y otoño.*

Observaciones: *En invierno la pista está cerrada desde Cap del Rec y si no se traen esquís se debe seguir un camino señalizado para raquetas de nieve hasta el Pradell (45 min). La ascensión no deja de ser fácil. Ideal para principiantes.*

3. PUIGPEDRÓS (2.914 m), desde Malniu

La cima de Puigpedrós, situada al norte del Planell de Campcardós, es un mirador excepcional de buena parte de las montañas Pirineas, ya que su panorámica abraza desde el Canigó al macizo de la Maladeta pasando, naturalmente, por el pico más alto de Catalunya: la Pica d'Estats.

Desde el refugio de Malniu iniciamos el camino siguiendo las marcas del GR11 en dirección O para atravesar una pasarela de madera que salva el desagüe de la laguna Sec. A continuación salimos a un prado ancho, que atravesamos en la misma dirección, y que pronto nos hace ganar altura por una zona con algunas rocas de granito, hasta que llegamos a un palo indicador de madera. A partir de aquí, dejamos el camino del GR11 a la derecha, que nos llevaría al refugio de los Engorgs y, siguiendo las indicaciones del rótulo, giramos hacia la izquierda (NO) y empezamos a subir por una zona con hierba surcada por algunos arroyos que bajan de el Coll de les Molleres. El camino va girando al norte con una fuerte subida y remonta la cresta de hierba hasta que nos deposita en una zona de pasto más llana.Es el momento de atravesar esta falsa llanura en diagonal siguiendo el arroyo que baja a mano derecha (NNE) y que nos guiará durante un tramo del camino, ya que procede del Planell de Campcardós. Siguiendo los hitos encontramos una pendiente pronunciada por la que baja el arroyo nombrado. Dejándolo a la derecha vamos superando la fuerte subida, atravesando alguna zona rocosa, hasta que salimos a la parte meridional del Planell de Campcardós (1.15 h), una vasta explanada en la cual destaca la cúpula de la montaña a la que nos dirigimos. Vamos atravesando la explanada, que gana altura gradualmente, en dirección NE, hacia el amontonamiento de piedras que forma la cúspide del Puigpedrós. Cuando llegamos a la base de la montaña, esquivamos el pedregal final por la derecha, y llegamos a la cima del Puigpedrós (2.914 m, 2 h), donde encontramos una cruz y un vértice geodésico en el punto más alto. Si nos dirigimos más al norte, a parte de la inmensa perspectiva de las montañas pirineas y de las cimas próximas de Andorra, podremos ver toda la depresión que forma el valle de Campcardós hasta llegar al pueblo de Porta.



Acceso: *Tanto desde Meranges como desde la estación de Guils Fontanera salen pistas forestales, bastante transitables, que nos llevan hasta el refugio de Malniu (2.130 m).* ***Inicio:*** *Aparcamient del refugio de Malniu(2.130 m)* ***Dificultad:*** *Fácil-Media* ***Altitud máxima:*** *2.914 m* ***Desnivel:*** *784 m* ***Duración total:*** *3.30 h (2 h ida + 1.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Finales de primavera, verano y otoño.* ***Observaciones:*** *La pista que proviene de Guils Fontanera está cerrada en invierno. También la pista que sube desde la población de Meranges, en esta época, se vuelve a menudo intransitable por la acumulación de nieve o ventisqueros, cosa que deberemos tener en cuenta para la aproximación.*

4. PUIGMAL (2.911 m)

El Puigmal es la cuarta elevación de la Cerdaña y una de las cuatro montañas de esta comarca que superan los 2.900 m. También es el pico más alto del Ripollès. Por esta razón, su cima es muy frecuentada por los montañeros que suben tanto por el vertiente de la Cerdaña como por el del Ripollès.

Salimos del último aparcamiento habilitado de la estación de esquí del Puigmal y seguimos el tramo de carretera asfaltada hasta un edificio de tratamiento de aguas. A partir de aquí dejamos el asfalto y continuamos por una estrecha pista de tierra, envuelta de matojos de aulaga, que nos llevan a cruzar la acequia de Aiguaneix. Lo atravesamos y seguimos por una pendiente cubierta de hierba hasta encontrar una pista. En este punto clave, en lugar de seguir el curso del río, giramos a la derecha y en seguida vemos una gran piedra señalizada que nos muestra el camino al Puigmal. Iniciamos la subida (S), repentina, serpenteando entre matojos de rododendro y seguimos las marcas de pintura amarilla. Al final de esta subida encontramos una llanura. Aquí tenemos que girar hacia el este y subir por una fuerte pendiente con tierra descompuesta hasta salir a una explanada de hierba. Desde esta zona más lisa, iniciamos una traviesa en diagonal, pasamos por el lado de una cabaña en ruinas (1 h), y nos dirigimos hacia el sur para encontrar el visible Clot de la Pastera. Cuando llegamos, encontramos una ancha senda que proviene de la Tossa del Pas del Lladres a la derecha. Aún así, nosotros empezamos a subir hacia la izquierda por un camino descompuesto y vertical. Más arriba, el itinerario penetra dentro de un caos rocoso, donde la nieve perdura hasta mediados de la primavera. Varias sendas cruzan este pedregal, pero todas llegan hasta la cresta de la montaña (1.45 h). Cuando salimos a la cresta, ya vemos los paisajes ondulados del Ripollès. Ahora debemos seguir a la derecha (E), a través de la senda que sigue por el lomo cimero y llega a la base de una colina pedregosa. Superamos esta colina y llegamos a su parte más alta, desde donde divisamos la cima del Puigmal. Nos dirigimos a ella cruzando una zona de piedras planas y llegamos a la cruz y a la cima del Puigmal (2.911 m, 2 h), donde también encontramos una placa con un fragmento de Canigó, la obra del insigne Jacint Verdaguer.



Acceso: *Desde Bourg-Madame tomamos la N116 en dirección a Sallagosa hasta que encontramos, a la derecha, el desvío que lleva a la estación de esquí del Puigmal. Por esta carretera asfaltada recorremos los 11 km que nos llevan hasta el último aparcamiento.* ***Inicio:*** *Último aparcamiento de la estación de esquí del Puigmal.* ***Dificultad:*** *Fácil-Media* ***Altitud máxima:*** *2.911 m* ***Desnivel:*** *940 m* ***Duración total:*** *3.30 h (2 h ida + 1.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año.*

Observaciones: *Nos movemos por terreno de alta montaña y, por tanto, debemos ir equipados. En invierno se puede hacer con raquetas o con esquí de montaña.*

5. COMA D'OR (2.826 m)

Este itinerario, formado por una subida de pendientes suaves y onduladas, nos llevará a la cima del Coma d'Or, una atalaya con unas vistas sorprendentes del embalse de Lanós y de todo el macizo del Carlit con toda su extensión.

Una vez aparcado el vehículo al lado de la presa de captación de aguas, ascendimos por el centro del valle entre senderos, evitando de esta manera las vueltas de la pista. Cuando llegamos al final, encontramos una senda que remonta por una pendiente herbosa bastante inclinada, que subimos sin dificultades, hasta llegar a un collado imperceptible que da entrada a un pequeño valle. Atravesemos este valle y, remontando otra subida cubierta de hierba, salimos al primer collado de la jornada, la Portella d'en Garcia (2.534 m, 50 min). Desde este collado podemos distinguir, a la izquierda, los tres lomos característicos que forman el pico de Trespunts. Enfrente de nosotros vemos perfectamente el pico de Coma d'Or y todo el camino de subida. Descendemos ahora por un tramo con alguna zona rocosa y, en pocos minutos, llegamos al collado de Coma d'Or, desde donde vemos el lago homónimo situado a la derecha. El camino, señalizado con algún hito, serpentea nuevamente por una subida con hierba y, en la parte final, llega a un tipo de gradas de pizarra, cubiertas de nieve durante buena parte del año. Atravesemos estas gradas, siempre con la silueta del Coma d'Or delante de nosotros, y ganamos altura entre el pedregal llano hasta situarnos prácticamente a la base de la montaña. Con paciencia, vamos remontando el camino que enfila esta última subida, hasta que salimos a la cresta y a la cima previa del Coma d'Or (2.825 m.). La cima principal queda a la izquierda. No obstante, para llegar allí tendremos que superar todavía un paso aéreo bastante delicado, que se puede evitar por la derecha, y continuar por la corta cresta que lleva a la cima del pico de Coma d'Or (2.826 m, 2 h). Desde esta cima vemos perfectamente la laguna de Lanós a nuestros pies. El Carlit destaca al horizonte, delante de nosotros, mientras que las montañas del sector del Pas de la Casa permanecen emplazadas al oeste.



Acceso: *Siguiendo la N-20 llegamos al collado de Pimorent. Aquí cabe tomar la pista que sale a la derecha (NE) y se interna al valle Vall d'en Garcia. Tenemos que remontarla durante unos 3 km (en mal estado en el tramo final) hasta aparcar al lado de la pequeña presa de captación de aguas.*

Inicio: *Aparcament de la presa d'aigües.* ***Dificultad:*** *Fácil.*

Duración total: *3.45 h (2 h ida + 1.45 h vuelta)* ***Desnivel:*** *684 m*

Altitud máxima: *2.826 m* ***Época del año:*** *Tot l'any.* ***Observaciones:*** *Montaña de fácil acceso, pero de altura considerable. Es necesario ir equipado correctamente para evitar sorpresas. El paso aéreo que se debe superar a la cresta final es delicado y deberemos tomar precauciones.*

6. COMABONA (2.554 m), desde el prado de Aguiló

Al extremo oriental del Cadí se alza la montaña de Tancalaporta, más conocida dentro del ámbito excursionista con el nombre bergadán Comabona. Su situación estratégica convierte la cima en uno de los mejores miradores de la Cerdaña. La ruta de ascensión más sencilla sale de prado de Aguiló, accesible por una pista desde Montellà, para alcanzar el paso de los Gosolans y la cima siguiendo una cresta pedregosa sin dificultades.

Desde la zona de aparcamiento al final de la pista (1.980 m) que viene de Montellà, se debe continuar a pie —hay una cadena que impide el paso de automóviles no autorizados— hasta el próximo prado de Aguiló, con su refugio guardado (2.040 m, 10 min). Las franjas blancas y verdes del PR C-124, que sigue la Ruta dels Segadors —que recorrían antaño los segadores de Gósol que iban a segar a la Cerdaña— y los círculos naranja de Cavalls del Vent —circuito que enlaza los refugios guardados del Parc Natural del Cadí-Moixeró— indican un camino que pasa por una fuente y sube a un rellano cubierto de hierba con un pequeño bosque de pinos negros. Después se adentra a la cabecera del valle de Bastanist y haciendo una serie de curvas con fuerte inclinación atraviesa un pedregal calcáreo y llega a unas cornisas rocosas donde la pendiente disminuye. Así se alcanza el paso de los Gosolans (2.430 m, 1 h), que también cruzó el pintor Pablo Ruiz Picasso el verano de 1906 una vez puso fin a su estada en el pueblo de Gósol. Se deja el PR C-124 y se puede tomar a la izquierda el GR 150-1, sendero que atraviesa el Cadí y el Moixeró por la cresta. De todas formas es mejor no seguirlo porque no sube a la cima del Comabona, ya que lo evita por la vertiente meridional. Lo más práctico y atractivo consiste en recorrer la cresta del Cadí, situada a la izquierda, hasta la próxima cima de Aguiló (2.494 m, 1.10 h). Unos 200 m a la derecha se ven los abrevaderos de la fuente Tordera, de agua muy fría. La cresta gira a la derecha. Se cruzan unos prados, se supera un escalón calcáreo y se llega a la cima del monte de la Font Tordera (2.526 m, 1.15 h). Se baja al collado de Comabona y se continúa por la cresta. Después se bordea una pequeña falla del terreno y se alcanza la panorámica cima del Comabona o Tancalaporta (2.554 m, 1.30 h), donde hay los restos de una torrecita geodésica.



Acceso: *Desde Martinet se toma la carretera LV-4055 hasta Montellà y después una estrecha carretera asfaltada. En seguida se encuentra a la derecha la larga pista (13 km), no siempre en buen estado, que se enfila a prado d'Aguiló.* ***Inicio:*** *Prat d'Aguiló* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.554 m* ***Desnivel****: 604m* ***Duración total:*** *2.30 h (1.30 h ida + 1h vuelta)* ***Época del año:*** *Primavera avanzada, verano i otoño.* ***Observaciones:*** *En invierno la pista suele estar impracticable por la nieve y hasta mediados de primavera no se puede transitar. La ascensión al paso dels Gosolans se complica por la inclinación de la pendiente nevada (35°). Hasta mediados de mayo aun suele haber ventisqueros antes del paso de los Gosolans (piolet y crampones, útiles).*

7. LA TOSA D'ALP (2.537 m), desde coma Oriola

La Tosa o Tossa d'Alp es probablemente la montaña más humanizada de la Cerdaña por el hecho de que allí se encuentra el dominio Alp-2500, que engloba las estaciones de esquí de la Molina y de la Masella. Es muy frecuentada porque un conjunto de remontadores, entre los cuales un telecabina, llevan a la altiplanicie culminante, donde hay el refugio Niu de l'Àliga. No obstante, si se sale de las pistas esta humanización desaparece y se entra en el Parc Natural del Cadí-Moixeró. El panorama de la cima, por otra parte, abraza toda la Cerdaña y buena parte de Cataluña.

Desde el aparcamiento de la coma Oriola (1.940 m) debemos dirigirnos al hoyo de igual nombre, pero se deja a la izquierda la pista de esquí que lo recorre. En el primer rellano cubierto de hierba (2.000 m, 5 min) se toma el camino de la derecha, desdibujado inicialmente por el paso del ganado. Este camino bordea un contrafuerte calcáreo y se adentra en una pineda de pinos negros. Señalizado con hitos, en seguida gana altura con una pendiente pronunciada y constante a través del bosque. Cuando se sale se encuentra el prado de la Tosa (2.200 m, 45 min), un rellano con rocas alrededor.Se gira a la izquierda y se continúa por el fondo de un torrente seco. La cima de la Tosa con su antena de TV es visible más a la izquierda. Se atraviesan los rasos de Urús y después, haciendo revueltos entre el pedregal, se alcanza la cresta de la cordillera de las Pedrusques, desde la cual se domina el Moixeró, el Cadí y el Pedraforca. Siguiendo esta cresta hacia la izquierda se encuentra la cima del cerro de Das (2.448 m, 1.15 h), con una buena perspectiva del hoyo de Fontllebrera a la derecha.

Por la misma cresta, sin obstáculos, se baja al collado donde hay los restos de la barraca de los Minaires y se atraviesa la antigua pista que llevaba a la Mena, una mina de manganeso. Se emprende la ascensión final, de inclinación notable pero corta, hasta la antena de TV y poco después hasta la torrecita geodésica de la cima de la Tosa (2.537 m, 1.30 h). Desde aquí arriba en una día claro se puede llegar a ver la antena de Collserola y a poniente sistemas montañosos del Prepirineo de Aragón como el Turbó, el Cotiella o la sierra de Guara.



Acceso: *Desde Alp se toma la carretera que lleva a la recepción de la estación de esquí de Masella. Después se continúa por otra carretera a la derecha hasta que se llega al aparcamiento de la coma Oriola.*

Inicio: *Aparcamiento de la coma Oriola* ***Dificultad:*** *Fácil.*

Altitud máxima: *2.537 m* ***Desnivel:*** *615 m*

Duración total: *2 h (1 h ida + 1 h vuelta)*

Época del año: *Primavera, verano y otoño.*

Observaciones: *En invierno es una ascensión un poco dura por la inclinación de su pendiente nevada, con un tramo final donde si la nieve es muy dura serán útiles el piolet y los crampones.*

8. PICO DE LOS MOROS (2.137 m)

Avanzada al sur, esta modesta montaña no deja de ser un mirador excelente de la Cerdaña. Situada al extremo meridional de la Calma, es accesible desde la recepción de la estación de esquí de Font-Romeu. No obstante, des de la central solar Thémis el itinerario es más directo y atractivo. La cima es utilizada para lanzarse en parapente.

Desde el descampado previo a la central Thémis (1.622 m) se toma una pista y después un camino señalizado que bordea por la derecha el recinto de los espejos en dirección a los hoyos de Vilalta. Esta central, que tiene una gran chimenea inconfundible y que se ve desde lejos, es constituida por un conjunto de espejos cónicos que concentran la luz del sol en un horno que alcanza los 3.000 °C. Una vez a los hoyos, sin cruzar el torrente, se sigue un camino a la derecha que gana altura entre matorrales de aliaga y enebro común. Se deja a la izquierda la fuente Grossa (1.860 m, 30 min), el agua de la cual sale de unas losas esquistosas. Al otro lado del torrente se ven los restos de una cabaña.

El camino gira sensiblemente a la derecha y entre prados, donde el ganado si no hay nieve puede pasturar en pleno invierno, por inclinación moderada y constante se llega a la Calma, extensa altiplanicie con más pastos. Entre algunos pinos negros y saltando una alambrada para el ganado, se enlaza con la pista que viene de la turbera dels Clots, a la recepción de esquí de Font-Romeu. Si hay nieve esta pista es un circuito de esquí nórdico. Se sigue hacia la derecha hasta que se encuentra una desviación en el mismo sentido, a la derecha.



Después de un par de curvas se llega a la cima del pico de los Moros (2.137 m, 1.15 h), desde el cual se domina toda la Cerdaña.



Acceso: *Desde Ur se toma la D-618, que pasa por Vilanova de les Escaldes y por Angostrina y que atraviesa el Caos de Targasona, paraje con curiosas rocas graníticas que sirven de escuela de escalada. Poco antes de Targasona se toma a la izquierda la carretera que lleva a la central.*

Inicio: *Aparcamiento de la central Thémis.* ***Dificultad:*** *Fácil.*

Altitud máxima: *2.137 m* ***Desnivel:*** *515 m*

Duración total: *2 h (1.15 h ida + 45 min vuelta)*

Época del año: *Todo el año (en invierno si hay poca nieve).*

Observaciones: *Con nieve la ascensión sigue siendo sencilla y es práctico pasear hasta la cima con bastones y raquetas.*

9. PICO DEL MOIXERÓ (2.091 m)

A pesar de su modesta altitud, el pico del Moixeró goza de una perspectiva espectacular de la plana ceretana, de la Sierra del Cadí y del Pedraforca. Desde su cima también divisamos gran parte de la depresión central catalana por la cual serpentean las aguas del Llobregat.

Cruzamos la barrera metálica que cierra el paso a los vehículos y, en lugar de seguir hacia el sur, en seguida tomamos la pista que gira a la izquierda. El itinerario sigue esta pista hasta el collado de Trapa (1.824 m). Desde aquí, en vez de descender, seguimos su trazado, ahora en clara dirección sur.

Vamos remontando suavemente por este itinerario hasta llegar a una explanada verde, a partir de la cual el camino baja un poco hasta que, en su parte más baja, pasamos por las Bagues de Riu, una zona sombría y húmeda con unos abrevaderos para el ganado. A continuación empezamos a subir de nuevo hasta que la pista prácticamente desaparece en un prado, desde donde ya vemos, frente a frente, el collado de la Font Freda de Riu. Podemos llegar a este collado haciendo una traviesa en diagonal o bien siguiendo los rodeos de la pista, que suben a la derecha del prado hasta llegar allí. Collado de Font Freda de Riu (1.979 m). El panorama se abre de repente y vemos, al final de los prados de pasto, el pico del Moixeró y, más a la izquierda, las Penyes Altes, que nos muestran claramente su altura superior. Ahora cabe atravesar los prados por un sendero que sale a la derecha de las pasturas y que nos lleva, por una zona prácticamente plana y en pocos minutos, al collado del Moixeró (1.972 m, 1 h).

Desde este collado vemos perfectamente los perfiles de la Sierra del Cadí, el Pedraforca por su cara norte y el camino que baja al refugio Sant Jordi, situado al fondo del valle. Desde el collado donde nos encontramos giramos a la izquierda y subimos por una senda que nos lleva a la cresta de la montaña donde encontramos unos piquetes de granito que marcan la divisoria entre la Cerdaña y el Bergadán. Ya solo nos queda hacer un último esfuerzo para superar unos pequeños escalones de roca calcárea y llegar a la cima del Moixeró (2.091 m, 1.15 h). Los macizos del Montseny y de Montserrat sobresalen al sur, a menudo entre un mar de nubes.



Acceso: *Situados a Riu de Cerdanya atravesamos el pueblo y tomamos la pista, al principio asfaltada, que se dirige al refugio del Serrat de les Esposes y después a la colina de Pendís. La seguimos hasta cerca del desvío que nos llevaría al refugio de Ingla, donde una reja nos cierra el paso. Hay sitio para aparcar.* ***Inicio:*** *Aparcamiento situado delante del cierre metálico.*

Dificultad: *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.091 m* ***Desnivel:*** *340 m*

Duración total: *2.15 h (1.15 h ida + 1 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año.*

Observaciones: *Itinerario con poco desnivel y muy recomendable para pasear con la familia. No obstante, es una excursión agradecida, ya que desde la cima del Moixeró gozaremos de una panorámica insospechada y espectacular.* Cabe respetar las normas del Parc Natural.


Paseos

1. CAMINO DE SANT MARC

Este paseo nos llevará mediante un itinerario llano y agradable desde Puigcerdà a la ermita de Sant Marc, ubicada dentro del término municipal de esta población. Después iremos hasta la ribera del Segre y volveremos a Puigcerdà por el camino que viene de las Pereres. Este itinerario forma parte de uno de los itinerarios saludables de DipSalut (Diputació de Girona).

Podemos dejar el vehículo a los aparcamientos situados al lado sur de la N-152, alrededor de la plaza Sant Martí del Canigó y cerca de la zona del Polígono Sant Marc. Al principio de la carretera Age, un rótulo situado en el camino de la derecha nos indica: "camino de Sant Marc". Aquí empieza verdaderamente el itinerario reseñado. El camino, completamente llano y hoy en día asfaltado, toma la dirección sur. Empezamos a caminar tranquilamente siguiendo la recta que traza este ancho camino. Estamos rodeados, a banda y banda, de una hilera de árboles que nos acompañarán en todo momento y donde vemos fresnos, alisos comunes, álamos, plátanos, etc. Este trayecto, de aproximadamente 900 m, nos llevará a la plaza que hay delante de la ermita de Sant Marc. Desde aquí podremos contemplar haciendo un giro de 360º los macizos que rodean la Cerdaña: Puigpedrós, Carlit, Puigmal, Tossa d'Alp, Moixeró y Cadí.Para completar este paseo seguiremos por la carretera local asfaltada que pasa por el lado de la ermita y que, en dirección oeste, sigue entre prados. Finalmente pasaremos muy cerca del campo de golf de Sant Marc. Tenemos que tomar el primer desvío a la izquierda y continuar en dirección sur por un bonito paseo, ahora sin asfaltar, tupido de árboles a cada lado. Después de dejar el Mas Prat a la izquierda del camino, este sigue entre prados y árboles hasta que una pequeña bajada nos lleva muy cerca del río Segre, el cual cruzamos a través de un puente original. Estamos en una encrucijada de caminos en la que los rótulos nos indican la dirección a Queixans a la derecha o a Puigcerdà a la izquierda. Seguiremos esta última. En esta dirección, el camino nos lleva por un recorrido de unos 300 m nuevamente hasta la carretera asfaltada. La tomamos en la misma dirección hasta que encontramos un puente ancho, apto para vehículos, que vuelve a cruzar el río y, siguiendo hacia el norte, nos conduce de nuevo hasta el campo de golf y a la ermita de Sant Marc desde donde volveremos al punto de salida por el camino que ya conocemos.



Acceso: *Desde el barrio de la Baronia, cruzamos la N-152, aparcamos el vehículo en una zona habilitada alrededor de la plaza Sant Martí del Canigó, y nos dirigimos al polígono Sant Marc y al principio de la carretera d'Age (indicadores).*

Inicio: *Aparcamiento de la Plaza Sant Martí del Canigó y al polígono industrial Sant Marc.*

Dificultad: *Muy fácil* ***Altitud máxima:*** *1.200 m* ***Desnivel:*** *Inapreciable*

Duración total: *1.45 h* ***Época del año:*** *Por la proximidad al pueblo de Puigcerdà, este itinerario se puede llevar a cabo durante todo el año.*

Observaciones: *Recorrido recomendado para hacer con toda la familia.*

2. CAMINO DE LOS ENAMORADOS DE PUIGCERDÀ–RIGOLISA

Se trata de un itinerario muy frecuentado que se lleva a cabo saliendo principalmente de la orilla del lago de Puigcerdà. Su recorrido, rodeado de árboles y con bonitas vistas de Cerdaña, recorre la red de Senderos de Cerdaña y un tramo de la acequia que transporta el agua al lago. Este también era el antiguo camino de Sant Jaume. También forma parte de la red de itinerarios saludables de la Diputació de Girona.

Situados a la plaza de Dionis Puig, a la parte nordeste del lago de Puigcerdà, seguimos las indicaciones de los rótulos de Senderos de Cerdaña que nos marcan la dirección del camino de Ur (itinerario 221). Así pues, tomamos la dirección de este camino (N) y dejamos a la derecha la edificación de la Villa San Antonio, la cual se encuentra dentro del itinerario de la Ruta Literaria Ruiz Zafón de Puigcerdà. Pronto dejamos las últimas casas del pueblo y nos dirigimos hacia el edificio del Hospital Transfronterer de Cerdaña.

Pasado este hospital, las vistas de las montañas situadas al norte de la Cerdaña, Puigpedrós, Coll Roig, pico de los Moros, etc., son espectaculares. El camino asfaltado continúa hasta llegar a una encrucijada donde encontramos la acequia y más rótulos indicadores. En este sitio debemos girar a la derecha y tomar el itinerario marcado con el número 222 con el nombre de "el Camí dels Enamorats" (1.6 km). Este recorrido recorre un tramo de la acequia y es muy bonito, sobre todo en otoño, ya que se encuentra rodeado de árboles que le otorgan un aspecto bastante bucólico. En medio del camino de los enamorados, podemos seguir el camino o, si queremos, podemos desviarnos a la izquierda para tomar otra pista sin asfaltar que nos lleva a la plaza donde se encuentra la iglesia de Sant Jaume de Rigolisa con una capilla de estilo neogótico que consta de tres partes: una cripta bajo el presbiterio, la misma capilla y un campanario cuadrado de 17 m de altura. Dejamos atrás este paraje i tomamos, hacia el oeste, un ancho paseo rodeado de álamos con un trazado que nos conduce nuevamente al final del paseo de los enamorados –en este caso, en la entrada sur. Desde aquí seguimos el paseo de Rigolisa, de nuevo con la acequia a nuestra derecha y, amparados por la amplia estructura de la pared que custodiaba la antigua prisión de Puigcerdà, llegamos nuevamente al trazado de la Ruta Zafón y al punto de salida.



Acceso: *Desde la plaza Barcelona de Puigcerdà nos dirigimos, por la calle Pons i Gasch, al lago de Puigcerdà. Cuando lleguemos, tendremos que seguir a la derecha por el paseo de Pere Borrell, que bordea el lago por el sur, y llegar a la plaza de Dionis Puig.* ***Inicio:*** *Plaza de Dionis Puig, al este del lago.* ***Dificultad:*** *Muy fácil* ***Altitud máxima:*** *1.230 m* ***Duración total:*** *De 45 min a 1 h* ***Época del año:*** *este recorrido se puede dar a cabo durante todo el año.*

Observaciones*: La longitud de este paseo es de 3,5 km si tomamos el itinerario directo por el paseo de los Enamorados, y de 4,1 km si tomamos la variante de Rigolisa. Recomendado para hacerlo con toda la familia, a pie o paseando con bicicleta.*

3. SUBIDA A BELL-LLOC, desde Dorres

Agradable paseo que se puede hacer sin prisas a media mañana. El itinerario más sencillo recorre un camino empedrado hasta el collado de Jovell, después alcanza la cima de la Argila y llega al monasterio de la Mare de Déu de Bell-lloc, desde el cual se goza de un panorama dilatado de la Cerdaña.

La excursión se puede iniciar a la plaza principal de Dorres o 10 min más arriba, a la capilla de Mageta. Como que Dorres, con la iglesia parroquial románica de Sant Joan Evangelista, del siglo XII –al interior se venera la imagen de la Virgen de Bell-lloc-, es bastante atractivo, quizás es mejor empezarla a la plaza (1.431 m). Dorres es conocido también por las aguas termales. El itinerario está bien indicado. Se toma una calle estrecha donde hay franjas rojas y amarillas de dos GR De Pays (senderos de pequeño recorrido franceses): el del Tour du Carlit y el del Tour de Cerdagne. En seguida se deja a la izquierda el GR P du Tour de Cerdagne, que se desvía por una calle. El otro, el GR P du Tour du Carlit, continúa por la misma calle. Cuando gira a la derecha se encuentra la capilla de Mageta, con un oratorio dedicado a Sant Marc, en Dorres considerado protector de intemperies y de los rayos. Las señales continúan a la izquierda por un interesante camino con tramos empedrados. El camino, entre abedules y avellanos, cruza la acequia de Jovell y unos pocos pasos después hay a la izquierda una desviación (indicador) con señales amarillas. La pendiente se acentúa un poco, se sale del bosque y se alcanza unos pastos poco antes de llegar a el collado de Jovell (1.633 m, 50 min), paso para ir a los pueblos de Brangolí y Feners, a los que se dirige el GR P du Tour du Carlit.El GR P du Tour de Cerdagne va por una pista que se dirige directamente a Bell-lloc, pero es preferible ir por otro camino señalizado con franjas amarillas un poco más arriba a la izquierda (indicador), que después de un corto tramo de pendiente pronunciada pasa muy cerca de la cima de la Argila (1.704 m). A partir de aquí va perdiendo altitud por las llanuras culminantes del turón de Bell-lloc hasta el legendario monasterio (1.685 m, 1.10 h) mirador espléndido de la Cerdaña y del Alt Conflent hasta el Canigó. El templo es un edificio románico del siglo XII.





Acceso: *Desde Ur se toma la D-618, que pasa por Vilanova de les Escaldes. Allí, en una rotonda, se toma a la izquierda la D-10 por las Escaldes hasta Dorres.* ***Inicio:*** *Dorres* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *1.704 m* ***Desnivel:*** *375 m* ***Época del año:*** *Todo el año.* ***Duración total:*** *1.45 h (1.10 h ida + 35 min vuelta).* ***Observaciones:*** *En invierno puede haver hielo en los tramos cercanos al riego de Jovell.*

4. PRAT DE CADÍ, desde el collado de Pallers

Pasear hasta Prat de Cadí se ha convertido hoy en una de las actividades preferidas por el turismo que viene a la Cerdaña. La verdad es que se trata de una pequeña excursión muy agradecida que lleva a uno de los lugares más bonitos y espectaculares de la Cerdaña y del Parc Natural del Cadí-Moixeró.

En el collado de Pallers (1.490 m) se deja a la derecha –llega a Querforadat- y se toma en sentido sur el PR C-121, indicado con franjas blancas y rojas. Primero va por una pista y en seguida por un camino a la derecha que enfila a unos prados. Después entra en un pinar de pinos rojos con sauces cenicientos y bojos. Más arriba transcurre por la cresta del contrafuerte que forma la sierra de Mataplana y se encuentra a la collada de Reineres, a la entrada de la cual hay un portillo de madera.



El camino pasa a la vertiente del valle del Quer y toma relieve a la derecha el Vulturó, cima más elevada del Cadí. La pared calcárea norte de esta sierra se ve en buena parte de su extensión. Una vez se ha llegado al collado Roig (1.770 m, 45 min) el camino se vuele llano y atraviesa una vertiente, de nuevo al valle de Bastanist, rico en vegetación: pinares de pinos negros con abetos, serbales, abedules, serbales de los cazadores y rododendros. Se enlaza con una pista y se alcanza el Prat de Cadí (1.820 m, 1 h), magnífico paraje al pie de la muralla norte del Cadí. Delante, entre las rocas Verda y del Ordiguer, destaca la canal del Cristall, hacia donde se dirige el PR C-121, hasta el collado de la canal del Cristall, a la cresta del Cadí. Sin embargo, esta ascensión es solo recomendable para excursionistas con cierta experiencia en alta montaña. Al extremo sur del prado se encuentra la fuente del Pi, al lado de unos abrevadores para el ganado.

Acceso: *Desde Martinet se toma la carretera LV-4055 con dirección a Montellà, pero en seguida se deja a la derecha por otra carretera estrecha, que baja a cruzar el río de Bastanist. Se deja también a la izquierda la carretera de Bastanist y a la derecha la de Béixec. Después de algunas curvas para ganar altitud se llega a Estana. Desde aquí se sigue una corta y estrecha pista hasta la colina de Pallers, con un descampado para dejar el automóvil.*
Inicio: *Collado de Pallers* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *1.820 m*
Desnivel: *330 m* ***Duración total:*** *1.45 h (1 h ida + 45 min vuelta)*
Época del año: *Primavera, verano y otoño.*
Observaciones: *En invierno y con nieve es probable que se tenga que empezar la excursión a Estana, a 10 min del collado de Pallers.*


Lagos

1. LAGOS DE LA PERA

A la Cerdaña las lagunas de la Pera han sido durante muchos años un punto de paso de contrabandistas que iban y venían de Andorra. Estos dos lagos se encuentran a la cuenca de recepción del río del Molí, en un pequeño circo glacial situado a la cabecera del valle de Aràn ser.

Desde las Pollineres (2.140 m) se toma el camino núm. 1 (indicador) de Senders de Cerdanya (rectángulos amarillos), que viene del Fornell. Este camino continúa arriba por la derecha y evita una curva de la pista. Después sigue unos metros hacia la derecha donde la pista se dirige al Cap del Rec hasta que cruza por un puente del río del Molí. A continuación el camino a seguir, por donde pasa también el GR 11-10 –franjas blancas y rojas, variante del GR 11, sendero de gran recorrido que atraviesa el Pirineo desde el golfo de Vizcaya hasta Cap de Creus- y la Ruta dels Estanys Amagats –puntos azules, circuito de alta montaña que une una serie de refugios ceretanos y andorranos -se desvía a la izquierda, entra al bosque y atraviesa a vado el río del Molí. Más arriba cruza dos veces la pista de acceso al refugio d'Estanys de la Pera y recorre el fondo del valle, alternando bosque de pinos negros con claros, hasta que llega al pie de un acantilado granítico por donde se precipita un bonito salto de agua. A partir de aquí la inclinación aumenta hasta que se reencuentra la pista poco antes del lago pequeño de la Pera, a la izquierda. El cerro de la Truita o pico de Perafita de forma piramidal destaca a al fondo. El camino evita la pista por la derecha, atraviesa unos pastos y llega al refugio d'Estanys de la Pera (2.357 m, 45 min), guardado en verano, en períodos de vacaciones y algunos fines de semana. Al lago grande de la Pera se puede llegar por la pista y por un caminito llano a la derecha que llega allí en pocos minutos (2.350 m, 1 h). Cabe decir que el topónimo la Pera no tiene nada que ver con una pera (fruta), sino que se refiere a una piedra como señal. Topónimos parecidos de Cataluña son Peramola, Peralada, Peratallada o Peramea, entre otras.

Accede
Visita virtual 360



Acceso: *Desde Martinet se toma la carretera LV-4036 con dirección a Lles, pero poco antes de llegar se toma la carretera de la izquierda que lleva a Aràn ser. Después se continúa por una pista asfaltada que sube al Fornell, a la recepción de la estación de esquí nórdico de Aransa. A partir de aquí la pista se vuelve de tierra, pero generalmente en buen estado hasta el prado Miró y las Pollineres, donde hay un refugio y un área recreativa. Este punto es también accesible desde Lles por Cap del Rec. La pista que se dirige a los lagos de la Pera, en cambio, está cerrada al tránsito de vehículos motorizados.*

Inicio: *Les Pollineres* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.140 m* ***Desnivel:*** *217 m*

Duración total: *1.45 h (1 h ida + 45 min vuelta)*

Época del año: *Sedundamitad de la primavera, verano y otoño.* ***Observaciones:*** *Si la estación de esquí nórdico de Aransa está abierta no se podrá circular por la pista de tierra desde el Fornell. De todas formas hay un camino señalizado para raquetas de nieve que en 1 h llega a las Pollineres. Este paseo y el posterior hasta el refugio de Estanys de la Pera son altamente recomendables.*

2. LAGOS DE MALNIU

Debido a su belleza y reputación, en verano los lagos de Malniu se encuentran entre los más visitados de la Cerdaña, incluso más que los lagos de la Pera. Su facilidad de acceso y la ubicación del refugio de Malniu, sin duda, tienen mucho que ver.

Una vez aparcado nuestro vehículo, retrocedimos unos metros para ir a buscar la entrada del aparcamiento. Justo antes de cruzar el arroyo que proviene del desagüe del lago de Malniu, encontramos a la derecha los rótulos que nos indican el inicio del itinerario. Este empieza al lado mismo del río, penetra en el bosque y durante un rato bordea su riba. Vamos siguiendo durante un tramo las marcas blancas y rojas del trazado del GR 11, pintadas en las rocas y también las marcas blancas y amarillas que marcan el circuito los lagos. Hacemos una primera subida suave con tendencia a la derecha y después otra subida más pronunciada que nos permite ganar altura. El camino es amplio y los hitos y las marcas de pintura nos orientan dentro del bosque. Así llegamos a una pequeña explanada desde la cual podemos ver, en un claro, el refugio de Malniu y su aparcamiento. Más adelante, el sendero del GR 11 se desvía hacia la derecha con dirección al refugio de la Feixa, pero nosotros tenemos que seguir subiendo por el camino de la izquierda, ahora solo marcado con pintura blanca y amarilla. Pasamos muy cerca de una zona con grandes rocas de granito llena de matojos de rododendro. Después salimos a un sitio más llano donde hay una encrucijada con rótulos indicadores. Uno de estos rótulos nos señala hacia la derecha la dirección correcta a los lagos. De este modo, atravesamos una zona bastante plañera y llegamos al desagüe de los lagos.Lagos de Malniu (2.250 m, 0.35 h). Se encuentra situado en un lugar muy bonito, debajo de las rocas que se desprenden del Castell dels Lladres y del Pedró de la Tossa. Las dimensiones de este lago nos sorprenden. Es recomendable dar un paseo por el lado del lago para poder admirar su belleza. Si seguimos el camino, ahora menos marcado, podremos llegar hasta el lago de Guils, rodeado de piedras.



Accede
Visita virtual 360

Acceso: *Se puede llegar al refugio de Malniu desde Meranges, siguiendo la pista forestal que sube hasta allí. También se puede acceder desde la estación de esquí nórdico de Guils Fontanera, siguiendo la pista que continúa por Pla de la Feixa y baja después hasta el mismo refugio, donde hay el aparcamiento.*

Inicio: *Aparcamiento del refugio de Malniu.*

Dificultad: *Muy fácil* ***Altitud máxima:*** *2.250 m* ***Desnivel:*** *120 m*

Duración total: *1 h (35 min ida + 25 min vuelta)*

Época del año: *Todo el año. En invierno se puede llevar a cabo con raquetas.*

3. LAGO DE FONT VIVA

En un rincón del valle de Porté encontramos el pintoresco lago de Font Viva, que permanece emplazado a la misma base de la sierra homónima. Este lagos de forma redondeada y rodeado por pequeñas colinas hace las delicias de los pescadores que en verano se acercan hasta sus contornos.

Tomamos el camino que empieza a subir delante del aparcamiento de Passet con dirección al lago de Lanós. Unos metros a continuación encontramos, a la derecha, otro sendero menos marcado que emerge de un matojo de aliagas. Lo seguimos, pasamos por el lado de algunos pinos verdes y atravesamos un primer arroyo que baja de la sierra de Font Viva. Continuamos ahora por un pequeño lomo y cruzamos otro arroyo. Mientras avanzamos vemos el lago del Passet, a la derecha, al fondo del valle.

Más adelante subimos por unas pequeñas terrazas rocosas y pasamos por el lado de un cubierto de pastores de piedra, que queda emplazado a la izquierda del camino. Finalmente salimos a una explanada cubierta de hierba, donde el paisaje se ensancha. Cabe cruzar esta llanura inclinada en diagonal con dirección a una pequeña colina que se alza al final del llano. Cuando llegamos, traspasamos esta colina por la izquierda y seguimos el camino marcado que pasa ahora por una zona donde encontramos varias paredes de piedra seca. Seguimos remontando por la senda que siempre se encuentra situada debajo de la misma falda del pico de Font Viva. Todavía deberemos superar un par de escalones más para llegar a un collado, desde la cual ya vemos el lago de Font Viva delante de nosotros. Detrás de este collado vemos todo el itinerario que hemos recorrido y también la muela del pico de Font Freda, que destaca poderosamente al horizonte. Un mínimo descenso nos llevará en pocos minutos muy cerca de la riba del lago de Font Viva, donde vemos los restos del antiguo refugio. El camino bordea el lago por la izquierda y llega a una explanada verde que está situada al lado oeste del lago (45 min). Es el momento de gozar del paisaje encantador que nos rodea. Al oeste vemos las montañas situadas al sector del Pas de la Casa, mientras que al sur destacan claramente el collado y los picos de Coll Roig.



Acceso: *Siguiendo la N-20 con dirección al collado de Pimorent, pasamos por los pueblos la Tor de Querol y Porta. Cuando llegamos a Porté debemos tomar un desvío a la derecha con unos rótulos que nos indican: massís del Carlit. Continuamos por la pista asfaltada hasta el aparcamiento situado encima mismo de la presa del lago del Passet.* ***Inicio:*** *Aparcamiento del lago del Passet.*
Dificultad: *Muy fácil* ***Altitud máxima:*** *1.890 m* ***Desnivel:*** *185 m*
Duración total: *1.30 h (45 min ida + 45 min vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año. En invierno es un itinerario muy recomendado para hacer con raquetas.*
Observaciones: *Paseo fácil y tranquilo que nos llevará a un rincón de una belleza acaparadora. Para toda la familia.*

4. LAGO DE LANÓS

La masa de agua más grande de la Cerdaña, el lago de Lanós, se encuentra situado en un lugar idílico y está rodeado por una multitud de montañas espectaculares. Al mismo tiempo, este lago es uno de los puntos de salida más utilizados para recorrer el macizo del Carlit.

Al aparcamiento del Passet (1.705 m) muy cerca de los rótulos de la izquierda vemos el camino que enfila entre matojos de aliaga y algunos pinos negros. Tomamos este camino muy marcado y siguiendo sus curvas vamos ganando altura. Al cabo de pocos minutos encontramos, a la izquierda, el sendero que proviene de la N-20 que sube al collado de Pimorent. Sin embargo, nosotros continuamos a la derecha y vamos remontando con paciencia la vertiente sur de la sierra de Font Viva, siempre rodeados de aliagas.

Cuando llegamos a los cables del antiguo teleférico (50 min), vemos el lago de Font Viva hundido a la derecha. A partir de aquí el camino llanea, pasa por un contrafuerte un tanto sombrío y gira definitivamente a la izquierda, en dirección norte. Pronto atravesamos un pequeño ribazo y ya vemos, al fondo del valle, la magnitud de la espectacular presa de Lanós. Continuamos por el nombrado *camí dels Enginyers,* un balcón colgado a la izquierda del valle. Las marcas blancas y rojas del GR 7 nos guían en dirección inequívoca hacia la presa. Tenemos que seguir el trazado de este camino, prácticamente llano, durante un rato. Cuando nos acercamos al embalse, el camino atraviesa un pequeño puente de madera que salva las aguas de la acequia de Lanós. Siguiendo en dirección norte, dejamos a la derecha el camino que nos llevaría al Carlit y continuamos por un rellano cubierto de hierba, donde un sendero se enfila a la izquierda del embalse. Así llegamos cerca del lago. Lago de Lanós (2.213 m, 1.45 h). Lugar espectacular. La inmensa masa de agua parece no tener final. Vislumbramos a la derecha el monte de Coma d'Or y la agreste silueta del Puigpedrós de Lanós. Al este destacan claramente el pico del Castell Isard y, por supuesto, la majestuosa silueta del Carlit, que nos muestra su hegemonía frente al resto de montañas.



Acceso: *Siguiendo la N-20 con dirección al collado de Pimorent, pasamos por los pueblos de la Tor de Querol y Porta. Cuando llegamos a Porté debemos tomar un desvío a la derecha con unos rótulos que nos indican: massis del Carlit. Continuamos por la pista asfaltada hasta el aparcamiento situado encima mismo de la presa del lago del Passet.* ***Inicio:*** *Aparcamiento del lago del Passet.* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.213 m* ***Desnivel:*** *508 m* ***Duración total:*** *3.15 h (1.45 h ida + 1.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año* ***Observaciones:*** *La subida a Lanós no tiene ninguna dificultad durante los meses de verano, pero cabrá prestar más atención en invierno si vamos cuando haya nieve acabada de caer, ya que a partir de la curva de debajo de los cables del teleférico, a menudo se forman avalanchas. Es mejor no ir con estas condiciones.*

5. CIRCUITO POR LA LAGUNA DE LA BOLLOSA

El sendero local del PR 8 sigue íntegramente el recorrido de los cinco lagos que se encuentran situados por debajo del embalse de la Bollosa. Se trata de un itinerario precioso y sencillo que nos llevará a conocer uno de los lagos más bonitos de Cerdaña: la Pradella.

Desde el aparcamiento donde hay la barrera (1.740 m) nos dirigimos al sur por la pista que lleva a la llanura de los Avellans. Después de atravesar un puente salimos al medio del llano, donde giramos al norte para ir a buscar las instalaciones del telesilla. Detrás encontramos el inicio de los itinerarios (indicadores). Penetramos al bosque y seguimos el camino que en seguida gira al oeste. Empezamos a ganar altura siguiendo las marcas de pintura amarilla y enfilamos por la última pendiente que sube a través de un bosque de abedules, hasta que salimos a una pista forestal con más indicadores.



Estos nos indican la dirección de la Bollosa (GR 10). Así pues, giramos a la derecha y, ya por terreno más llano, avanzamos a partir de un pequeño bosque. Después el camino remonta por tramos más rocosos hasta que, finalmente, llegamos a un pequeño collado detrás del cual aparece el gran lago de la Pradella (1.960 m, 55 min). A la derecha del lago vemos el camino del PR 8 y lo tomamos. Continuamos por este camino que durante un tramo resigue la riba de la Pradella para después superar una colina pequeña y bajar hasta el lago Negre situado en un lugar más sombrío (1.947 m, 1.10 min). Ahora el sendero continúa por la izquierda de este lago hasta llegar a su extremo oeste. A partir de aquí iniciamos una fuerte subida entre grandes rocas y subimos sin descansar hasta el lago Llarg, que queda hundido a la derecha.

Pasado este lago, tendremos que seguir por una hondonada de hierba que nos lleva al lago del Racó de poca profundidad. Lo dejamos atrás para cruzar un tramo de bosque, girar a la izquierda y salir a una explanada donde encontramos la Bolloseta (2 h), que en realidad es un marjal. El camino continúa al oeste, por debajo de la presa de la Bollosa, y va a buscar nuevamente el GR 10. Cuando llega al llano de Bones Hores, gira finalmente hacia el sur y nos lleva de nuevo al lago de la Pradella y al llano de los Avellans (3.10 h).

Acceso: *Desde Montlluís seguimos por la D-118 con dirección a la Llaguna hasta que encontramos a la izquierda el desvío de la D-60 que sube al llano de los Avellans y al lago de la Bollosa.*

Inicio: *Aparcament del llano de los Avellans.* ***Dificultad:*** *Fácil.*

Altitud máxima: *2.005 m* ***Desnivel:*** *300 m*

Duración total: *3.10 h para todo el circuito.* ***Época del año:*** *Todo el año.*

Observaciones: *La carretera D-60 está cortada en invierno en el llano de los Avellans que, por este motivo, es precisamente el punto de salida de esta excursión. En verano la D-60 tiene el tránsito restringido durante los meses de julio y agosto y se tendrá que subir con los autobuses habilitados.*


Valles

1. VALLE DE LA LLOSA

Este itinerario, que atraviesa el todavía salvaje valle de la Llosa, ya era utilizado antiguamente por contrabandistas, pastores, bandoleros y labradores para pasar a Andorra. También lo atravesaban los arrieros que transportaban el hierro que se extraía de la mina situada en Pimorent.

Desde Can Jan de la Llosa (1.610 m) vamos a buscar un camino empedrado a mano derecha y cuando llegamos al río de la Llosa, cruzamos el puente. Al principio el camino, muy ancho, traza varias curvas entre prados y paredes de piedra seca hasta que enlaza con la pista que viene de Coborriu.

En seguida giramos al norte y encontramos un tramo cimentado que llega hasta la valla metálica que cierra el paso a los vehículos.

Empezamos a ganar altitud mientras vemos, a la izquierda, los restos del Castell de la Llosa. Vamos adentrándonos al valle caminando por la pista GR 11-10 y 107 que atraviesa un bosque espeso de pinos negros, hasta que pasamos por el lado de la barraca de la Farga, situada a nuestra derecha. Continuando por la pista, salimos a una ancha explanada cruzada por el torrente de Calm Colomer, que proviene del lago homónimo.

La pista hace un rodeo, primero a la derecha, y pasamos por un pequeño torrente. Después gira a la izquierda hasta que, finalmente, llegamos a un tramo donde giramos definitivamente hacia el norte por una pendiente moderada. De esta forma llegamos al llano de la Molina, donde nos vamos acercando al curso del río de la Llosa, hasta que lo traspasamos por un puente y salimos a una ancha y preciosa llanura de pastos. El río queda ahora a la derecha un poco separado. Cruzamos este llano y continuamos por la pista, que ahora vuelve a subir. Al llegar a la parte más alta vislumbramos un gran claro delante de nosotros. Prado Xiuxirà (2.011 m). Lugar espectacular y acogedor (2.15 h). El río discurre a la derecha, muy cerca de los pinos. La esbelta silueta de la Muga se recorta hacia el oeste.

Al medio de esta explanada encontramos un oratorio de la Virgen de la Llosa, al lado de unas mesas de piedra. A partir de aquí la pista se convierte en sendero y se puede continuar siguiendo las marcas del GR 107 hasta el pequeño puente que salva las aguas del río de Vallcivera y llega a la barraca dels Esparvers (2.30 h).



Acceso: *Desde Martinet nos dirigimos a Lles. A la salida de este núcleo encontramos, a la derecha, un desvío que nos llevará a Viliella. Cruzamos este pueblo y seguimos la pista que nos lleva hasta Can Jan de la Llosa (3 km), donde hay sitio para aparcar.* ***Inicio:*** *Aparcamiento de Can Jan de la Llosa.*

Dificultad: *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.060 m* ***Desnivel:*** *400 m*

Duración total: *4.30 h (2.30 h ida + 2 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año.*

Observaciones: *En invierno, la pista de la Llosa permite hacer perfectamente este itinerario hasta la Barraca de los Esparvers con raquetas o esquís de montaña. A partir de aquí, si seguimos en dirección a la Portella Blanca d'Andorra, el camino se vuele más costoso.*

2. VALLE DE ANGOSTRINA

El valle de Angostrina comunica la Cerdaña con el macizo del Carlit. Por este motivo es utilizada como vía de paso para el ganado que, desde Llívia sube a pasturar por el sector de la Bollosa, aprovechando los derechos de pastoreo que tienen los ganaderos en esta población.

Desde el aparcamiento pasamos una barrera con unos rótulos de color amarillo. Avanzamos con dirección norte por un tramo sombrío hasta que llegamos al área de descanso situada al lado de la ermita de Sant Martí d'Envalls. Pasada la ermita el camino enfila por un tramo pedregoso con pequeños arroyos de agua. Cuando termina esta subida salimos a una llanura soleada y con algunas paredes de piedra seca, donde el valle se ensancha definitivamente. Seguimos las marcas del "Tour du Carlit" y llegamos a una pequeña presa de aguas. La atravesamos y enfilamos una subida desde donde vemos el monte del Cap de l'Home delante de nosotros. Después de pasar por una zona de pastos llana, penetramos a un bosque de pinos negros y avellanos. Las marcas nos llevan hasta el pequeño puente de los Empedrats, que nos sirve para cruzar nuevamente el río de Angostrina (1 h). El camino sube ahora por el lado este del monte del Cap de l'Home. Mientras andamos vamos dejando atrás este monte y atravesamos por otra zona llana, donde el camino está rodeado de matojos de aliaga y rododendro. Con paciencia vamos avanzando entre los matojos con dirección a los remontadores de la estación de esquí de Font-Romeu, que vemos lejanos a mano derecha. Más adelante el camino que seguimos nos aboca a una zona ancha, cubierta de césped, donde predominan los claros. Traspasamos estos claros por la izquierda para evitar algunas zonas húmedas y llegamos al bonito lago de la Pradella con un refugio al lado (1.960 m, 2.15 h). Una vez contemplado este lago, tenemos dos opciones para llegar a la Bollosa. La primera, y más fácil, es girar un poco a la izquierda para tomar la ancha pista que nos lleva directamente al embalse. La segunda, y más bonita, es continuar por el sendero del GR-10 que sale al lado del refugio y que, serpenteando entre un bosque de pinos negros adornado con rododendro, llega igualmente hasta el lago de la Bollosa (2.017 m, 2.45 h).



Acceso: *Desde Puigcerdà nos dirigimos a Angostrina. Pasada esta población y antes de cruzar el río homónimo encontramos en seguida un desvío con indicadores a la izquierda que conduce a este valle. Lo tomamos y subimos por la carretera, al principio asfaltada, que nos lleva hasta el aparcamiento anterior a la ermita de Sant Martí d'Envalls.* ***Inicio:*** *Aparcamient anterior a la ermita de Sant Martí d'Envalls.* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.017 m* ***Desnivel:*** *475 m* ***Duración total:*** *5.15 h (2.45 h ida + 2.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año.* ***Observaciones:*** *La carretera que desde el desvío de Angostrina sube al aparcamiento de Sant Martí d'Envalls está cerrada durante los meses de veranos a la altura de un aparcamiento anterior habilitado, cosa que incrementa a una media hora este horario.*

3. VALLE DE CAMPCARDÓS

Este valle, cerrado al oeste por la Portella Blanca d'Andorra, se encuentra protegida de los vientos del norte por la cordillera que forman los Picos de Fontfreda, de Font Negra y de Envalira. Las esbeltas siluetas del Pedraforca y el Roc Colom nos acompañarán durante todo el recorrido.

Desde el aparcamiento situado junto al río Querol tomamos, en dirección oeste, la pista asfaltada que empieza a remontar el valle y que llega hasta un repetidor. A partir de aquí empieza la pista sin asfaltar. Invertimos esfuerzos para remontar el primer tramo del itinerario, el más empinado, delimitado por hermosas paredes de piedra seca.

Al final de esta subida llegamos a unas vallas para el ganado, a partir de las cuales el camino ya planea y el valle se ensancha cada vez más (30 min). Desde aquí ya tenemos las primeras vistas del Roc Colom y del Pedraforca, que presiden el valle. De vez en cuando, vemos en las rocas las marcas blancas y rojas del sendero GR 7, que proviene de Andorra, y del GR 107, que viene del valle de la Llosa. Continuamos por el valle bordeando el río de Campcardós, que baja a la izquierda. Mientras caminamos vamos encontrando diversas barracas, de dimensiones reducidas, hechas por los pastores, con las paredes de piedra y el tejado recubierto de glebas de hierba. Un tramo más llano nos conduce a una subida, perfectamente empedrada, que subimos sin dificultades. Al llegar a la parte alta de esta subida aparece la silueta del refugio, situado a la izquierda del camino. Seguimos la ancha senda y llegamos a este refugio (1.950 m, 1.15 h).

La pista se transforma en sendero y el camino sube primero por un área de prados, que en verano están ocupados por el ganado. Después de estos prados penetramos en un tramo no tan bonito, recubierto con matorral de aliaga. Por una zona inclinada nos dirigimos al fondo del valle y nos vamos acercando al curso del río de Campcardós. Al poco rato, cruzamos el río por unas piedras y llegamos al lago Petit y, tras pasar por unos montículos cubiertos de rododendro, en el lago Gros (2.076 m, 1.45 h). A partir de los lagos se podría continuar hasta la Portella Blanca d'Andorra.



Acceso: *Situados al municipio de Porta (N-20), giramos a la izquierda y cruzamos el puente que pasa por debajo de la vía del tren. Encontramos una pista asfaltada y la seguimos a la izquierda, sur, para ir a buscar un pequeño puente que salva el río Querol. Hay un pequeño aparcamiento donde es obligatorio dejar los vehículos.* ***Inicio:*** *Aparcamiento junto al río Querol.*
Dificultad: *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.076 m* ***Desnivel:*** *566 m*
Duración total: *3.15 h (1.45 h ida + 1.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año*
Observaciones: *Este itinerario se puede hacer todo el año, pero es especialmente interesante llevarlo a cabo en invierno, cuando las condiciones meteorológicas no sean favorables en otros lugares, ya que nos movemos por una zona bastante segura, resguardada del viento y sin pérdida posible.*

4. VALLE DE EINA

Desde el siglo XVII muchos naturalistas han recorrido el pintoresco valle o coma de Eina por su diversidad botánica: más de mil especies de plantas, algunas de las cuales endémicas, y otras de interés científico o medicinal. También vive una comunidad muy variada de insectos, con más de setenta especies de lepidópteros. Con el objetivo de proteger este espacio y su rico patrimonio se creó en su momento la Reserva Natural d'Eina. El camino que se seguirá, bien trazado, es una de las rutas clásicas para dirigirse a Núria desde la Cerdaña.

A la izquierda del descampado (1.599 m) se inicia un camino que pasa por unos prados y se adentra en un bosque de pinos negros. No tarda en enlazar con una pista que viene por la derecha. Se toma a la izquierda y se recorre hasta el final. Después hay que continuar por un camino ancho a través del bosque de Eina. Se cruza una vieja acequia y más adelante una valla para el ganado. Con el río de Eina a la izquierda se pasa por la parte más estrecha del valle. Se encuentra otra valla y se llega al llano del Orri (2.015 m, 1.15 h), donde el valle comienza a abrirse. Se sigue hacia arriba por el camino. La vertiente de la solana está poblada de aliagas y el de la umbría de rododendros. En junio, cuando estos arbustos florecen, su contraste se vuelve vistoso. Se superan unos escalones esquistosos mediante curvas y se descubre a la izquierda un bonito salto de agua. El camino, al cabo de un rato, atraviesa a vado el río y se sube a un lomo. Después de una fuente y de una ascensión corta entre pedregales y rododendros se deja a la derecha una cabaña, se sube a otro lomo y se entra en el plano de la Beguda (2.335 m, 2.15 h), extensos pastos situados entre el pico de Finestrelles y la torre de Eina. El camino, señalizado con grandes hitos de piedras, a partir de aquí gana altitud en curvas para llegar al paso elevado que domina todo el valle: el collado de Eina o de Núria. Superando una cuesta pronunciada y constante, bastante inclinada al final, se alcanza este collado (2.684 m, 3 h), detrás del cual se puede ver el santuario de Núria. Por el camino que baja por la vertiente del Ripollès se llegaría en 1.30 h. Otra opción, muy recomendable, es subirse a la próxima cima del pico de Eina (2.786 m), a la izquierda, a unos 20 min. Más allá, la cumbre del elevado pico de Noufonts (2.861 m) queda a 45 min. Desde la colina también se puede ir sin dificultades a la panorámica cima del pico de Finestrelles (2.828 m) en unos 30 min.



Acceso: *Desde Sallagosa se sigue la carretera N-116 con dirección a la Perxa hasta que se encuentra a la derecha un desvío que lleva a Eina. Aquí se sigue a la derecha la carretera de Llo, que enseguida cruza el río de Eina. Poco después se encuentra a la izquierda un descampado para aparcar.*

Inicio: *Descampado en las afueras de Eina.*

Dificultad: *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.684 m* ***Desnivel:*** *1.085 m*

Duración total: *5.30 h (3 h ida + 2.30 h vuelta).*

Época del año: *Finales de primavera, verano y primera mitad del otoño.*

Observaciones: *Si hay nieve la parte baja del valle es fácil con raquetas, pero a partir del llano del Orri y sobre todo en la ascensión a la colina de Eina a menudo son necesarios el piolet y los crampones.*

5. VALLE DE LLO

Esta interesante excursión nos permitirá recorrer las bellas gargantas que forma el río Segre en su inicio. Si queremos llegar hasta el nacimiento de este río, tendremos que seguir la caminata en dirección al collado de Finestrelles y desviarnos, antes de llegar, hacia las Fonts del Segre.

Empezamos a caminar pasando por debajo del puente colgado que lleva al comienzo de la vía herrada de las Escadilles. Dejando esta vía equipada a la izquierda, seguimos por la carretera asfaltada durante un tramo en el que tenemos el río Segre también a la izquierda. Pronto vemos la impresionante pared sur del cerro de Sant Feliu de Castellvell y las primeras curvas estrechas que forman las gorgas del Segre. Más adelante, la carretera cruza un pequeño puente a partir del cual el río queda situado a la derecha. Rodeados de paredes esbeltas e impresionantes, y admirando las hermosas formas del río, llegamos al final de la carretera, donde encontramos un último puente, el desvío al Mas Patiràs y unos carteles indicadores (35 min).

Aquí empieza el inicio de la pista forestal sin asfaltar. La seguimos hasta llegar a una valla metálica y a un paso canadiense para el ganado (1.604 m). Procedemos por la pista hacia el sur. El río baja ahora a nuestra izquierda, impetuoso. El trazado de la pista va ganando altura al principio y planea, después, buscando el río. Cruzamos un bonito bosquecillo de pinos negros y continuamos por la pista. A mano izquierda sobresale la Sierra dels Clots, que nos separa del valle de Eina. El itinerario de la pista va ganando altura gradualmente, y el río queda ahora hundido al este. La vamos siguiendo, siempre hacia el sur, hasta que al fondo, un poco a la izquierda, ya se distingue el refugio de la Culassa.

Finalmente llegamos al último puente del trayecto. Aquí dejamos la bifurcación que sigue a la derecha y que asciende en una curva pronunciada hasta el Pla de la Creu. Nosotros, sin embargo, tenemos que atravesar este puente, girar a la izquierda y dirigirnos a las inmediaciones del visible refugio de la Culassa (1834 m, 1.45 h). Unos hitos situados en la parte alta del prado que hay delante del refugio nos indican el comienzo del sendero que lleva a las Fuentes del Segre y al collado de Finestrelles.

Accede
Visita virtual 360



Acceso: *N-116 con dirección a Sallagosa. En esta población nos desviamos a la derecha para tomar la carretera que nos lleva a Llo. Antes de entrar a este núcleo encontramos un desvío a la derecha que lleva al aparcamiento de los Baños de Llo, donde dejaremos el vehículo.*

Inicio: *Aparcamiento de los Baños de Llo.* ***Dificultad:*** *Fácil.*

Altitud máxima: *1.834 m* ***Desnivel:*** *450 m*

Duración total: *3.15 h (1.45 h ida + 1.30 h vuelta)* ***Época del año:*** *Todo el año. En invierno es un recorrido muy recomendado para hacer con raquetas hasta el mismo refugio de la Culassa.* ***Observaciones:*** *Actualmente, el acceso al valle de Llo se encuentra cerrado para los vehículos en su mismo inicio, a la altura de la vía herrada de Les Escadilles.*

6. VALLE DE RIDOLAINA

Se puede acceder a prado de Aguiló por una pista desde Montellà, pero hacerlo desde Nas, siguiendo la Ruta de los Segadors a través del valle de Ridolaina, es la opción a pie más recomendable. Conocido como el camino de Cerdanya, por aquí pasaban los grupos de segadores de Gósol que se alquilaban en masías de la Cerdaña. El verano de 1906 pasó también el pintor Pablo Ruiz Picasso.

Desde Nas (1.225 m) se sigue una pista con las franjas blancas y amarillas del PR C-124. Se cruza el llano de Nas y se deja por un atajo a la derecha que sube al Collet (1.360 m, 20 min). Aquí se enlaza con la pista. En las llanuras d'Hereus se ven al otro cayendo del valle las ruinas de la torre de Sant Romà, fortificación medieval. Más arriba se toma otro atajo a la derecha que atraviesa una acequia y enlaza de nuevo con la pista delante de la fuente Tosca. A pocos pasos a la derecha, por la pista, se llega a la fuente del Cortal de Oriol (1.560 m, 1.15 h). Sobre él hay un prado con un refugio de pastores.

Sin dejar la pista, se baja a la Baga, donde la pista vuelve a ganar altitud. Se cruza el torrente del Abeurador y bordeando un contrafuerte se atraviesa el torrente de las Eres. Un poco más arriba se encuentra un desvío a la izquierda (1.640 m, 1.45 h) que se debe tomar. Se deja la pista principal y se sube por una pista secundaria. No mucho más arriba hay que dejarla por un camino, también a la izquierda, que transcurre muy cerca del torrente de las Eres pero que no lo llega a atravesar. La inclinación aumenta, pero es amena gracias al panorama de la vertiente norte del Cadí. Después de un rato se llega a un prado entre el bosque y se encuentra una pista forestal que pasa junto a una cabaña metálica. La pendiente se modera y por esta pista enlaza con la que va de Montellà a prado de Aguiló a la colina del Home Mort (1.850 m, 2.30 h).

Se continúa por la pista hacia la izquierda, donde un atajo también a la izquierda lleva muy cerca del lugar para aparcar los coches del final de la pista. La misma pista lleva al refugio guardado de Prat d'Aguiló (2.040 m, 3 h). Desde este prado, al pie de la muralla norte del Cadí, se domina desde arriba todo el valle de Ridolaina.



Acceso: *Desde Bellver de Cerdaña se toma la carretera local que va a Pi. Luego se continúa a la derecha por otra carretera hasta Nas. Se puede dejar el coche en la entrada del pueblo.*

Inicio: *Nas* ***Dificultad:*** *Fácil* ***Altitud máxima:*** *2.040 m* ***Desnivel:*** *815m*

Duración total: *5.30 h (3 h ida + 2.30 h vuelta)*

Época del año: *Segunda mitad de la primavera, verano y los dos primeros meses del otoño.*

Observaciones: *En invierno es un recorrido apto para hacer con raquetas de nieve.*

PAISAJE, VEGETACIÓN, FLORA Y SETAS DE CERDAÑA



La orientación de la comarca hace que se estructure en la solana, el llano y la umbría. En la primera predominan los matorrales y los pastos.

El paisaje granítico que abraza la parte alta del sector de Lles y el valle del Querol, como la corona de pizarras y de esquistos, bien representada en la franja de Bolvir-Ger, la parte baja de Bellver y el sector de Vallsabollera.

La umbría presenta importantes claros de matorrales de aulaga y aliaga, bosques de pinos silvestres y pinos negros, abetales (en Riu de Cerdanya, el valle de Pi, la Mena, Saltèguet, Sagramorta) y prados alpinos. La vegetación, alpina continental con rasgos mediterráneos, se ordena por pisos; de mayor a menor altitud, el alpino, el subalpino, el montano y la llanura. Hasta los 1.300m domina el robledal; de aquí hasta los 1.700m los pinares de pinos silvestres, sustituidos progresivamente por los de pinos negros, que alcanzan los 2.600m, por encima ya encontramos una ausencia total de árboles y una presencia masiva de suelo herbáceo. La flora, en los prados naturales o alpinos, vegetación de peñascal y roquedal donde destacan el perejil de rebeco, la oreja de oso, la corona de rey y los pequeños arbustos como el enebro que soportan bien el manto nivoso. Por su tamaño y color, el azafrán de montaña, las gencianas, el áster alpino, la silene acaulis y la orquídea negra. En el sotobosque del piso subalpino abunda el rododendro –graníticos o esquistosos–, acompañado de los rosales silvestres y del arándano. Por el contrario, la amarilla y perfumada aliaga y la gayuba fundamentalmente hacen de alfombra a los suelos calcáreos. En el sector inferior los abetales, muy sombríos y de sotobosque pobre. Se mezcla con pequeños bosques de planifolios, el avellano y el haya.En la parte alta del piso montano dominan los pinos silvestres o albares, son la base de la explotación forestal. Y a la baja, el robledal de roble pubescente. En el sotobosque domina el boj, el guillomo, el majuelo y la hiedra. La inversión térmica –que mantiene las brumas húmedas y frías en el llano- hace que en la solana de



la Batllia encontremos un pequeño carrascal situado a mayor altitud. El llano, influenciado por una actividad tradicional agroganadera a la baja y por el incremento urbanístico, ha visto muy reducidos los bosques de ribera.

Mencionar *Delphinium montanum*, un endemismo pirenaico con más de la mitad de los ejemplares localizados en la Cerdanya, el perejil de rebeco, del que más de la mitad de la población mundial se encuentra en nuestra región, la dafne alpina (tenemos la única localidad al sur de los Pirineos), las orquídeas, el rododendro y la castaña de agua (que son fosiles vivientes), las glaciaciones cuaternarias (como la dryas octopetala). coloridas y curiosas; las androsaces y silenes, las pulsatillas, las pinguiculas, los geranios, las adonis, los martagones, las pyrolas, los ranunculus, los nomeolvides, los lirios, la tagarnina, la soldanella alpina, los crocus o el extravagante Botrychium lunaria. En relación a las plantas medicinales mencionaremos: la valeriana, el tomillo, la lavanda, la salvia, el hisopo, el orégano, la ajedrea, la hepática y el pericón. Y como a las plantas tóxicas: las diferentes toras, las digitales, el ajenjo, el estramonio, el saúco menor, la nueza, la adormidera, la hierba verruguera, la hiedra, el beleño negro, la hierba de ballesteros, el lirio de los valles, el pimiento salvaje, la paris, el cornejo, el tejo, el barbadejo la ballestera, el muérdago y la hierba de fuego.

La diversidad fúngica ceretana reúne, hasta ahora, cerca de 1.500 especies, en su mayoría crecen en los bosques subalpinos y los prados de corte. Por tradición y calidad gastronómica destacamos la seta calabaza, la senderuela, la seta de primavera, el ruiseñor, la mocosa blanca, el níscalo –de pino y de abeto–, la negrilla y la trompeta amarilla; algunas de ellas son primaverales y otras otoñales.

FAUNA DE CERDAÑA

En la alta montaña, en los brezales o prados alpinos y en las zonas de roquedal, abundan el rebeco, la marmota, el topo, la liebre, la lagartija ágil y la rana bermeja; y en el macizo del Carlit, el introducido muflón de Córcega. Entre las aves, las más majestuosas, como el quebrantahuesos, el águila real , el buitre común, el halcón peregrino, la perdiz blanca, el chorlito carambolo, el gorrión de ala blanca, la perdiz pardilla y el treparriscos. En el piso subalpino, del pinar de pinos negros encontramos una fauna más rica al ser un buen refugio, sobre todo por los pequeños mamíferos y las aves, entre ellos, citar la marta, la musaraña pequeña, el topillo montañoso, la ardilla, el urogallo, el mochuelo boreal, el pito negro y el piquituerto. Las condiciones de los brezales de boj de las solanas, secas, permiten la presencia de especies mediterráneas en altitudes considerables, como ocurre con las diversas currucas y algunos emberizidaes.

En la montaña media, los mamíferos son similares, no así para las aves, donde el gavilán destaca como rapaz –acompañado del azor y el cárabo–, el pico gordo, el camachuelo común, los diferentes herrerillos, el reyezuelo listado, el agateador y el arrendajo, entre otros. Los pequeños mamíferos como los topos, suelen vivir al límite con los prados, y en el llano, sobre todo en los prados de corte y los campos de secano, frecuentados por aves granívoras como las palomas torcaces, las codornices y las perdices rojas. En los valles de Pi, de Ingla y de Ridolaina podemos ver algún duque. Las poblaciones de conejos y de erizos comunes, abundantes en tiempos no muy lejanos, está hoy disminuyendo de forma importante. En los claros destaca como reptil el lagarto pirenaico, con una de las pocas localidades de Catalunya.

En las cuevas –como las de Anes, Olopte y la Fou de Bor– viven algunos



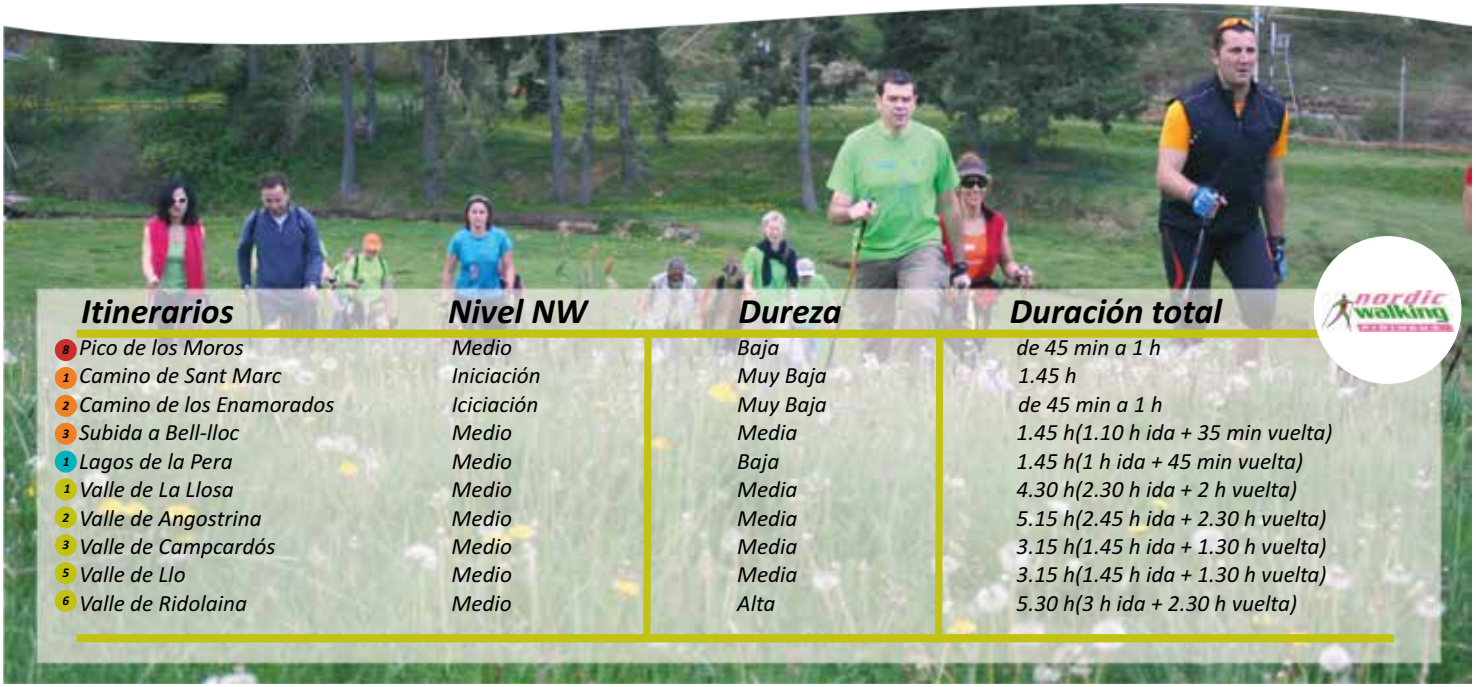
insectos troglobios, a menudo ciegos y translúcidos, los murciélagos, y en el pozo de entrada de alguna cavidad, como el Avenc de las Gralles, anidan la chova amarilla y la chova piquirroja. En cuanto a los animales cautivos o reintroducidos, aparte de los ya mencionados, podemos citar otros espacios o programas de seguimiento y protección relacionados con los ciervos del Parque de Monterròs (Bellver de Cerdanya), el ciervo y corzo son dos especies que reintrodujo en el territorio ceretano el Parque natural del Cadí-Moixeró, la nutria o el muflón. El Parque Fluvial de Gallissà, tiene por objetivo la conservación y protección de las especies acuáticas que viven en la Cerdanya. Y con un carácter más turístico existe el parque de fauna de los Angles, el Capcir. Cabe destacar, también, algunos pasos estratégicos de un elevado interés por el tráfico de aves migratorias, que se cuentan por miles algunos días del año. Mencionar la fauna invertebrada (moluscos, lepidópteros diurnos y nocturnos, coleópteros, arácnidos...) que por cuestiones de espacio no podemos incluir más información.

ITINERARIOS RECOMENDADOS PARA LA PRÁCTICA DE LA MARXA NÓRDICA (NORDIC WALKING)

El Nordic Walking -o marcha nórdica- nace en Finlandia y procede del esquí de fondo. Esta actividad física saludable consiste en caminar con la técnica y con la postura correcta, adaptando unos bastones de nordic walking, especialmente diseñados para la práctica, desarrollando su técnica con corrección.

Su técnica, correctamente aplicada, permite gozar de numerosos beneficios para la salud y se puede practicar en solitud o en compañía. Según la intensidad en que lo trabajamos, la INWA -International Nordic Walking Federation- distingue tres niveles de nórdico: nivel salud, fitness y deportivo. La técnica es muy sencilla, pero difícil de ejecutar, recomendado su aprendizaje con la ayuda de un instructor titulado.

Se aconseja beber agua en el transcurso de la caminata, llevar ropa y calzado deportivo, así como una pequeña mochila convenientemente ajustada y que permita hacer el movimiento de braceo adelante y atrás. Antes de la caminata estaría bien hacer unos ejercicios de calentamiento y, sobre todo, al terminar, una breve sesión de estiramientos.



Itinerarios	Nivel NW	Dureza	Duración total
8 Pico de los Moros	Medio	Baja	de 45 min a 1 h
1 Camino de Sant Marc	Iniciación	Muy Baja	1.45 h
2 Camino de los Enamorados	Icición	Muy Baja	de 45 min a 1 h
3 Subida a Bell-lloc	Medio	Media	1.45 h(1.10 h ida + 35 min vuelta)
1 Lagos de la Pera	Medio	Baja	1.45 h(1 h ida + 45 min vuelta)
1 Valle de La Llosa	Medio	Media	4.30 h(2.30 h ida + 2 h vuelta)
2 Valle de Angostrina	Medio	Media	5.15 h(2.45 h ida + 2.30 h vuelta)
3 Valle de Campcardós	Medio	Media	3.15 h(1.45 h ida + 1.30 h vuelta)
5 Valle de Llo	Medio	Media	3.15 h(1.45 h ida + 1.30 h vuelta)
6 Valle de Ridolaina	Medio	Alta	5.30 h(3 h ida + 2.30 h vuelta)

PARA SABER MÁS



RECOMENDACIONES

Cabe advertir que las excursiones a la montaña pueden convertirse en una actividad de riesgo, ya que transcurren por un entorno cambiante y, a veces, peligroso. La edición de esta guía solo pretende dar a conocer los itinerarios correspondientes, pero la práctica de este deporte es responsabilidad de cada uno.

Se recomienda tomar las siguientes precauciones:

-Escoger itinerarios que se adapten a nuestras condiciones físicas.

-Informarse de las predicciones meteorológicas.

-Mejor no ir solos.

-Dejar constancia del itinerario que queremos recorrer.

-Ir convenientemente equipados con buen calzado y suficiente ropa de abrigo.

-Llevar agua abundante y comidas energéticas.

-Llevar el móvil bien cargado.

-En la mochila no puede faltar: gorra, gafas, guantes, brújula, mapa, crema solar y un impermeable o Gore-tex.

-Se debe respetar el entorno: llevarse los residuos, no hacer fuego, seguir los caminos ya marcados, dejar las vallas del ganado como las

www.cerdanya.org ***www.puigcerda.cat*** ***www.pyrenees-cerdagne.com***


AJUNTAMENT DE PUIGCERDÀ
CONSELL COMARCAL DE LA CERDANYA
PUIGCERDÀ LA CERDANYA
CERDANYA La Gran Vall del Pirineu
Costa Brava Pirineu de Girona
Diputació de Girona
ara lleida
Diputació de Lleida Patronat de Turisme
Pirineus CATALUNYA
EDITORIAL ALPINA
IDAPA