



Wandelsport in Catalonië

www.catalunya.com

 www.facebook.com/catalunyaexperience

 @catexperience
www.twitter.com/catexperience

 @catalunyaexperience
www.instagram.com/catalunyaexperience

 www.youtube.com/user/CatalunyaExperience

 <https://plus.google.com/+Catalunyaexperience1>








Partners



Official Europe's
airline partner



Verklaring van gebruikte pictogrammen

-  Moelijkheidsgraad
 -  Laag
 -  Gemiddeld/laag
 -  Gemiddeld
 -  Gemiddeld/hog
 -  Hoog
-  Totaal hoogteverschil
 -  Omhoog
 -  Omlaag
-  Meer informatie
-  Download track voor GPS
-  Speciale routes
 -  Spiritueel
 -  Historisch
 -  Landschappelijk
-  Afstand
-  Aantal etappes
-  Meest geschikte jaargetijde
 -  Voorjaar
 -  Zomer
 -  Najaar
 -  Winter

Tips

Bekijk voor vertrek de route en de verwachte weersomstandigheden, en zoek uit welke kleding, schoenen en verdere benodigdheden het geschiktst zijn voor het gebied en de tijd van het jaar. Tochten met een lage moeilijkheidsgraad zijn geschikt voor iedereen. Tochten met een gemiddelde moeilijkheidsgraad voor geoefende wandelaars en die met een hoge moeilijkheidsgraad voor ervaren en goed getrainde wandelaars. Op de wandelpaden en op sommige routes kunt u soms moeilijke stukken tegenkomen.

Uitvoering editie: Sàpiens Publicacions (Sàpiens, s.c.c.l.) www.sapienspublicacions.cat
© Catalan Tourist Board. Paseo de Gràcia, 105, 3ª planta. 08008 Barcelona. DL: B 26061-2016

Alle rechten voorbehouden. Niets in deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, hetzij mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de rechthebbenden. Omslagfoto en foto achterkant: Turó de l'Home, natuurpark Montseny, van Kris Ubach / Quim Roser.



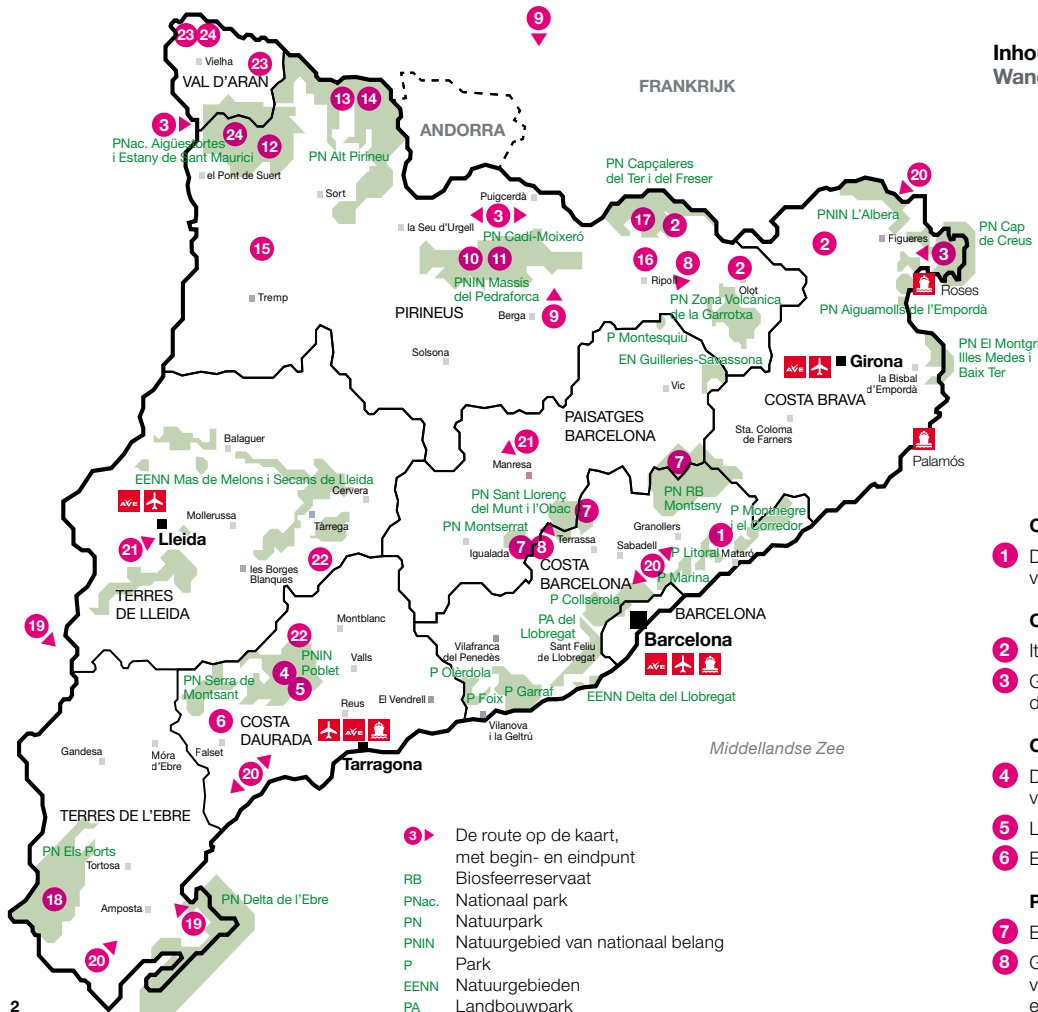
Lluís Carró

Catalonië, stap voor stap

Catalonië beschikt over een dicht netwerk van wandelpaden door landschappen vol natuur, geschiedenis en cultuur, van de Pyreneeën tot aan **Cap de Creus**, langs de slapende vulkanen van de streek La Garrotxa tot aan het moerasgebied van de **Ebro-delta**. Duizenden kilometers **langeafstandswandelpaden** nodigen u uit deze regio te doorkruisen en bijzondere plekken in het hooggebergte te verkennen, zoals het **natuurpark Aigüestortes**, monumenten te bezoeken, zoals de romaanse

kerken in de Vall de Boí, het **klooster van Poblet** of de Romeinse stad **Tarraco** (alle drie staan op de **Unesco Werelderfgoedlijst**), de **Pica d'Estats** te beklimmen, de hoogste berg van Catalonië, of zich spiritueel te laten betoveren in het klooster van Montserrat, op de gelijknamige berg. Na de kaarten wachten u de rivieren, valleien en gebergten waar u kunt genieten van een **eeuwenoude cultuur** en een **internationaal erkende gastronomie**. Stap voor stap nemen we u mee over de mooiste paden van Catalonië.

↑ Het nationaal park Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.



Inhoud

Wandelroutes en -paden door Catalonië

Pirineus

- 9 GR 107. Camí dels Bons Homes 11
- 10 Cavalls del Vent 12
- 11 Ruta de l'Ermità 12
- 12 Carros de Foc 13
- 13 Muntanyes de Llibertat 13
- 14 La Porta del Cel 14
- 15 El Cincquè Llac 14
- 16 Serra de Monestirs 15
- 17 Els Bastions 15

Terres de l'Ebre

- 18 Estels del Sud 17
- 19 GR 99. Camí de l'Ebre 18
- 20 GR 92. Sender del Mediterrani 19

Terres de Lleida

- 21 Camí Ignasià 21
- 22 GR 175. Ruta del Cister 22

Val d'Aran

- 23 Camin Reiau 23
- 24 Via Calda 23

Langeafstands-wandelpaden (GR) in Catalonië

Kaart, routes en routegegevens

Costa Barcelona

- 1 De wandelpaden van El Maresme 3
- 2 Itinerànnia 4
- 3 GR 11. Sender dels Pirineus 5

Costa Brava

- 4 De wandelpaden van El Priorat 6
- 5 La Ruta dels Refugis 7
- 6 El Brogit de la Vall 7

Costa Daurada

- 7 Els 3 Monts 8
- 8 GR 151. De paden van de bisschop en abt Oliba 9

Paisatges Barcelona

- 9 GR 107. Camí dels Bons Homes 11
- 10 Cavalls del Vent 12
- 11 Ruta de l'Ermità 12
- 12 Carros de Foc 13
- 13 Muntanyes de Llibertat 13
- 14 La Porta del Cel 14
- 15 El Cincquè Llac 14
- 16 Serra de Monestirs 15
- 17 Els Bastions 15

Costa Barcelona



Turismo Verde S.L.



Niet ver van de stad
Barcelona biedt
de streek El Maresme
een uitgebreid netwerk
van wegen en paden tussen
de Middellandse Zee
en de Serralada Litoral, het
gebergte achter de kustlijn.

← Wijngaarden van Alella.



Ideaal om de kust en
de bergen af te wisselen

De wandelpaden van El Maresme



km 500 km



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

El Maresme, een 50 kilometer lange en 5 tot 15 kilometer brede strook tussen de zee en de bergen, is een ideale streek voor wandelaars die de afwisseling zoeken tussen de kustlandschappen van de Middellandse Zee en de bergen in het binnenland, in dit geval de **beschermde natuurgebieden Serralada Litoral, La Marina, en Montnegre i el Corredor**. Variërend van wandeltochten vol historie naar de **Iberische nederzetting en het kasteel Burriac**, tot trektochten langs de kust met zijn prachtige stranden, zoals bij **Sant Pol de Mar**. En niet te vergeten de gastronomie van deze streek met zijn “mongetes del ganxet” (een bonenschotel) en de populaire **wijnen van Alella**.



Oriol Clavera



Meer dan
200 kilometer

aan stranden, baaien en
kliffen die goed toegankelijk
zijn dankzij de voormalige
patrouillepaden langs
deze wilde en ruige kust.

← Patrouillepad tussen Roses en Cala Montjoi.



Costa Brava + Pirineus

Ontelbare paden voor u Itinerànnia




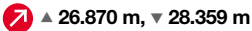
km 2.500 km

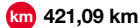

i itinerannia.net



Itinerànnia is een netwerk van paden langs meer dan **700 bezienswaardigheden** in de landstrekken **El Ripollès**, **La Garrotxa** en **Alt Empordà**. Dit netwerk is een soort van “wegenkaart” die u vanaf hun website helpt de tochten uit te stippelen die het beste bij u passen. Deze drie landstrekken in de Pyreneeën herbergen aantrekkelijke bezienswaardigheden, zoals het fantastische romaanse portaal van de kerk **Santa Maria de Ripoll** (kandidaat voor de Unesco-werelderfgoedlijst), de uitgedoofde vulkanen van het **natuurpark Zona Volcànica de la Garrotxa** of de wetlands van **Aiguamolls de l'Empordà** met hun uitbundige soortenrijkdom. En niet te vergeten de **Empordà**-wijnen en andere gerenommeerde producten, zoals de **ansjovis uit L'Escala**.


Van Cantabrië naar de Middellandse Zee


GR 11. Sender dels Pirineus - Wandelpad van de Pyreneeën





De GR 11, die van de Golf van Biskaje, in het noorden van Spanje, door de **Pyreneeën** naar de **Middellandse Zee** voert, is een langeafstandswandelpad voor doorgewinterde wandelaars. Het deel dat door **Catalonië** loopt, wordt gekenmerkt door een grote verscheidenheid aan landschappen, vanaf de **Val de Salenques** in de Aran-vallei tot aan **Cap de Creus** in de kuststreek L'Empordá. In de Aran-vallei komt u door schilderachtige dorpen, zoals **Arties**, waar u de typische Aranese stoofschotel kunt proeven. Noemenswaardig is het Sant Maurici-meer, te midden van het magische berglandschap van Els Encantats in het **Nationaal Park**

Aigüestortes. Ook het vooraanstaande klooster **Monestir de Núria** in de streek El Ripollès mag u niet missen, evenals twee interessante voorbeelden van romaanse architectuur in de streek La Garrotxa: de kerk Sant Cristòfol in **Beget** en de heremietkapel **Sant Aniol d'Aguja**. De mooiste middeleeuwse parels op deze tocht zijn het **kasteel Requesens** en het klooster **Sant Pere de Rodes**. Een duik in de prachtige mediterrane inhammen rond de kaap **Cap de Creus**, en aansluitend Cadaqués en het beschutte strandje van **Portlligat**, vormen de beloning voor de geleverde inspanningen.

De GR 11 doorkruist de gehele Pyreneeën, en komt door de natuurgebieden Aigüestortes, L'Alt Pirineu, Les Capçaleres del Ter i el Freser, en Cap de Creus.

↓ Cap de Creus.



Onoi Clavera



Costa Daurada



Miquel Flaunrich



Het binnenland achter de Costa Daurada, bekend om zijn mooie stranden, wordt gekenmerkt door ruig, bergachtig terrein met spectaculaire vergezichten op de bergketens van dit gebied.

← De kerk Santa Maria de Siurana.



Te midden van wijngaarden en olijfbosgaarden

De wandelpaden van El Priorat



km 370 km

 turismepriorat.org

Tussen de landstroken Camp de Tarragona en de Ebro-delta ligt El Priorat, een streek waar u over oude hoofdwegen en historische wandel- en ruitersporen het **natuurpark Serra de Montsant** en het berggebied van **Serra de Lliberia** kunt verkennen. Deze omgeving, die bekend staat om zijn kwaliteitswijnen (El Priorat en Montsant) en om zijn olijfolie (Siurana), is een prachtig gebied met een spectaculair landschap. Dit netwerk van paden verbindt unieke dorpjes, zoals **Falset** met zijn barokke kerk Santa Maria, **Bellmunt**, bekend om zijn mijnen, of **Gratallops**, met de romaanse heremietkapel Mare de Déu de la Consolació.

Langs de grotten en ravijnen van El Montsant

La Ruta dels Refugis - De route van de berghutten

! ● ▲ 4.448 m, ▼ 4.450 m

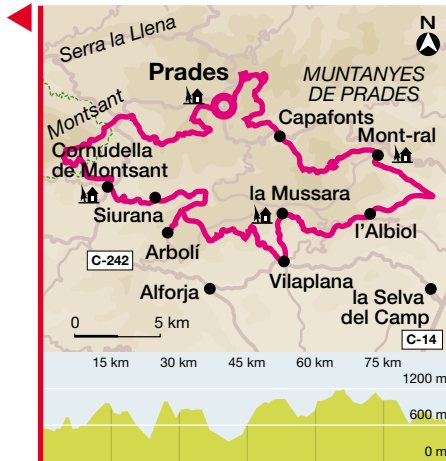
km 90 km ☀️ 🌸 🌻 ❄️

🚩 4 etappes 📷 🏠 🏔️

📄 larutadelsrefugis.com

📄 es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=10105823

Deze tocht, die begint en eindigt in het stadje **Prades** in de provincie Tarragona, voert u door het **natuurpark Serra de Montsant**, een bergmassief met een spectaculair reliëf dat is ontstaan door eeuwenlange erosie. Op deze tocht voor geïmproviseerde wandelaars ontdekt u bekoorlijke plekjes zoals het dorpje **Siurana**, opgetrokken op een hoge steile rots met spectaculaire vergezichten, de kloof **Els Gorgs**, de **heremietkapel L'Abellera**, de waterval **Niu de l'Àliga** of het verlaten dorpje **La Mussara**.



Begeleid door het geruis van de rivier de Brugent

El Brogit de la Vall - Het ruisen van de vallei

! ● ▲ 2.450 m, ▼ 2.350 m

km 70 km ☀️ 🌸 🌻

🚩 4 etappes 📷 🏠 🏔️

📄 elbrogitdelavall.com

📄 elbrogit.com/ca/descarregues-de-el-brogit-de-la-vall

Deze route voor meer geïmproviseerde wandelaars, met hetzelfde begin- en eindpunt, voert door de **bergen van Prades**. Hij volgt de **rivier de Brugent** vanaf zijn oorsprong in het idyllische plaatsje **Capafonts**, met zijn talrijke waterbronnen, door de hele vallei tot deze uitmondt in de **rivier de Francolí** in het dorp **Riba**. Op deze tocht langs wilde natuur en kristalhelder water kunt u het **kasteel Dalmou** bezoeken, de bakermat van de klimsport in deze contereien, en oude papier- en graanmolens ontdekken, met altijd op de achtergrond het geruis van de rivier.

Paisatges Barcelona



Het hart van Catalonië, in de beschutting van bergen met verrassende vormen, staat in het teken van de spiritualiteit van zijn kloosters, heremietkapellen, kastelen en andere overblijfselen uit het verleden.

De drie imposante bergtoppen boven woeste valleien

Els 3 Monts - De drie bergen

! ●●● ↗ ▲ 3.656 m, ▼ 2.828 m

km 106 km ☀️ 🌻 🌿

🏠 6 etappes 📄 🏠 🏠 🏠

[i els3monts.cat](https://els3monts.cat)

📄 els3monts.cat/apartats/index.php?apartat=124

← De berg Montserrat.



Javier Migueléiz Bessons

Op deze tocht komt u door landbouwgebieden en woeste valleien in de natuurparken El Montseny, Sant Llorenç del Munt en L'Obac en Montserrat. Vanaf de indrukwekkende bergtoppen **Pla de la Calma** en **Cingles de Bertí**, die de omgeving vormen van het klooster **Sant Miquel del Fai** en de omringende waterfallen, geniet u van een prachtig uitzicht op de imposante bergtoppen die deze route zijn naam geven: **Turó de l'Home** (1708 m), de **Agudes** en de **Matagalls**. Na **La Mola** (1104 m), rest alleen nog de beklimming van de **Montserrat** (1236 m), de heilige berg van Catalonië.

Het romaanse en spirituele Catalonië

GR 151. De paden van de bisschop en abt Oliba

! ● ▲ 9.578 m, ▼ 7.672 m

km 241,55 km

18 etappes

caminsoliba.cat

senders.feec.cat/gr-151/gr-151-etapa-1

Deze tocht, met als leidraad de romaanse kunst en het werk van de **bisschop en abt Oliba**, voert u door de streken **El Bages, Osona** en **El Ripollés** en onthult het spirituele leven van het binnenland van Catalonië. Deze wandeling begint in **het klooster van Montserrat**, in 1025 gesticht door Oliba, waar ook de beeltenis van La Moreneta, patroonheilige van Catalonië, wordt

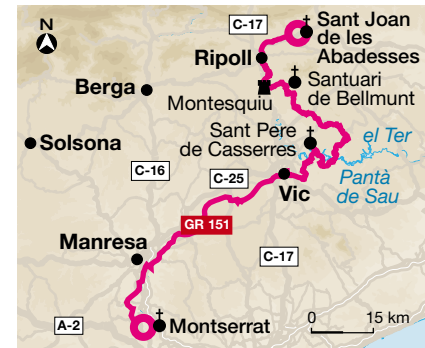
Van het klooster van Montserrat via de bisschopsstad Vic naar het klooster Sant Joan de les Abadesses.

bewaard. In de stad **Manresa**, die door de Saracenen werd vernietigd en op initiatief van deze abt werd herbouwd, vindt u boven op de heuvel Puig Caderner de monumentale basiliek La Seu. Vervolgens komt u door **Vic**, de stad waar Oliba bisschop was en die bekend staat om zijn middeleeuwse centrum en zijn goede vleeswaren. Andere middeleeuwse pareltjes zijn het **kasteel Montesquiú**, **het klooster Sant Pere de Casserres** en het **klooster Sant Joan de les Abadesses**. De kerk **Sant Romà** bevindt zich onder het wateroppervlak van het **Sau-stuwmeer** en of u een deel van de klokkentoren te zien krijgt, hangt af van de waterstand op de dag dat u langskomt. Een andere gelegenheid om te genieten van de schoonheid van het landschap, krijgt u bij de diepe kloven tussen de **steile rotsen van de Coll-sacabra** of bij het **Bellmunt-heiligdom** met zijn indrukwekkende vergezichten.

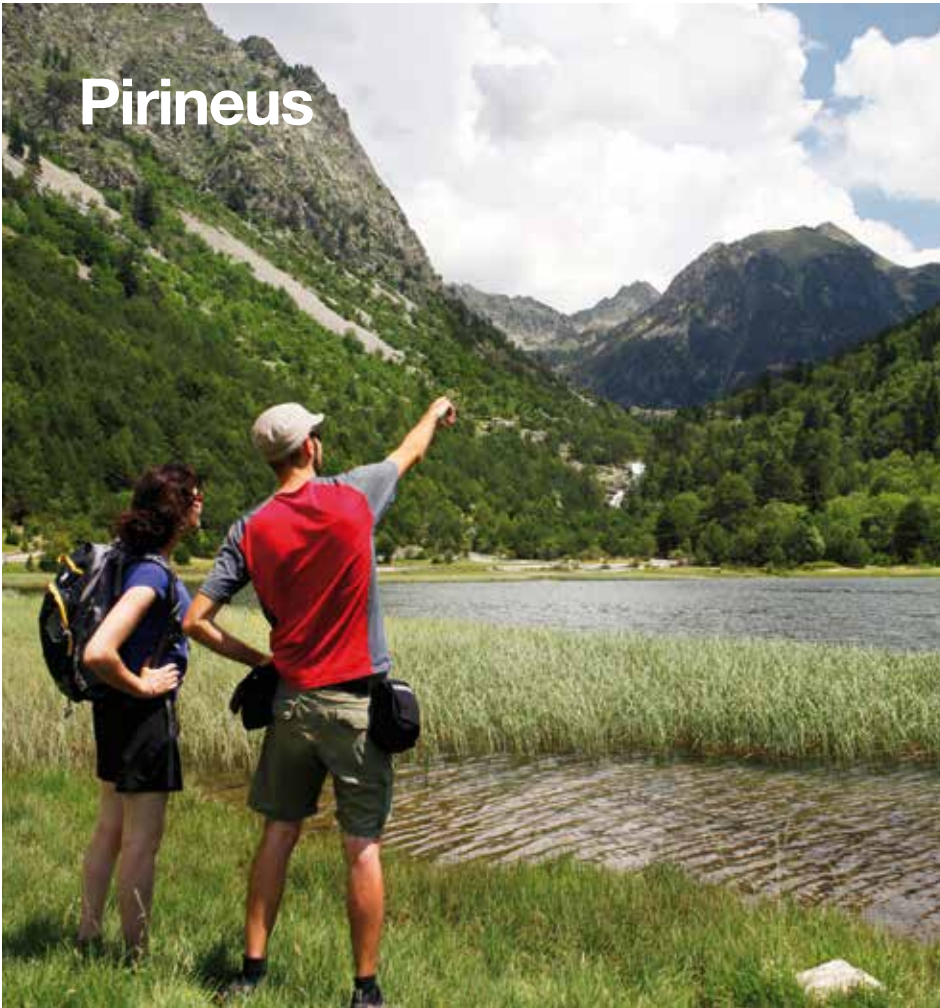
↓ Het klooster Sant Pere de Casserres.



Antoni Anguera



Pirineus



Felipe J. Alcega

↑ De top van de Perdraforca.

← Het nationaal park Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.



Dit grensgebied is in het verleden meermaals getuige geweest van de uittocht van vluchtelingen, bood een schuilplaats aan struikrovers en kluzenaars, en aan de voet van dit gebergte ontstonden de middeleeuwse graafschappen.

Oriol Clavera

Ter herinnering aan de Katharen

GR 107. *Camí dels Bons Homes* - Het pad van de Katharen

! ●● ▲ 5.130 m, ▼ 5.530 m

km 119 km 🗺️ 🌞 🌿

🚩 4 etappes 📹 🏠 🌿

i camidelsbonshomes.com

📄 catalunya.com/gr-107-cami-dels-bons-homes-24-1-1

Dit pad is vernoemd naar de Katharen, volgelingen van een stroming binnen het christendom die afwijzend stonden tegenover de Katholieke kerk en het feodale stelsel, en die in de 13e eeuw in de ban gedaan werden en in Occitanië in ballingschap gingen. Deze tocht dwars door de Pyreneeën ter nagedachtenis van dit feit is verrassend door zijn ongelooflijke schoonheid. Het vertrekpunt vanuit Catalonië is het **Queralt-heiligdom** in **Berga**, ook wel het *balkon van Catalonië* genoemd vanwege zijn hoge ligging in het gebergte **Serra de Queralt**. Het eindpunt van deze tocht is het **kasteel van Montségur** in Frankrijk, het decor van de grote neder-

laag van de Katharen. U trekt hier door een deel van de Pyreneeën met prachtige, afwisselende landschappen, zoals de **Serra d'Ensija-Rasos de Peguera** en **Tossa Plana de Lles-Puigpedrós**, twee mythische bergformaties, de **Pedraforca** en de **Cadí**, evenals het **natuurpark Cadí-Moixeró** en het **natuureservaat rond de rivier de Segre-Prullans**. Op

↓ Toegang tot het Queralt-heiligdom.



Na hun excommunicatie in de 13e eeuw vluchtten de Katharen over de Pyreneeën om niet volledig te worden uitgeroeid.

deze route liggen de romaanse heremietkapellen van **Sant Serni Coborriu** of **Mare de Déu del Talló** en schilderachtige dorpjes, zoals Bagà met zijn middeleeuwse brug, **Bellver de Cerdanya**, of het verlaten stadje **Peguera**.



Nano Ciaffas

Een op Tibet geïnspireerde tocht door El Cadí

Cavalls del Vent - De paarden van de wind

! ● ● ↗ ▲ 5.400 m, ▼ 5.400 m

km 74 km ⚙️ 🌻 🌞 🌿

🚶 8 etappes 🏠 🏠 🏠

i cavallsdelvent.com

📄 catalunya.com/travessa-cavalls-del-vent-24-1-29

Paarden van de wind is de naam van de Tibetaanse gebedsvaantjes die op de bergtoppen van de Himalaya wapperen. En het is ook de suggestieve naam die de beheerders van de acht berghutten van het **natuurpark El Cadí-Moixeró** kozen voor de wandeltocht langs deze berghutten. Op deze zware route, die in het verleden veelvuldig is gebruikt door smokkelaars en kwakzalvers, kunt u vanaf 2500 meter hoogte, vanuit de **berghut Niu de l'Àliga**, de iconische **Pedraforca** bewonderen. In **Saldes** kunt u een bezoek brengen aan de unieke **afgraving Fumanya** met haar 3500 voetafdrukken van dinosaurussen.



De oorsprong van de rivier de Llobregat

Ruta de l'Ermità - De route van de kluizenaar

! ● ● ↗ ▲ 6.270 m, ▼ 6.270 m

km 105 km ⚙️ 🌻 🌞 🌿

🚶 5 etappes 🏠 🏠 🏠














i rutaermita.com

📄 rutaermita.com/la-ruta

Op deze tocht betreedt u het **natuurpark Cadí-Moixeró** over bergpaden die vroeger de verbindingswegen vormden tussen de middeleeuwse Catalaanse graafschappen **Berguedà**, **Cerdanya** en **Ripollès**. Op deze route volgen heremietkapellen, kloosters, kastelen en meer dan **twintig romaanse monumenten** elkaar op, zoals de zeer bijzondere, **ronde Sant Miquel-kerk**. In **Castellar de n'Hug** kunt u de **bron van de rivier de Llobregat** zien, een van de grootste rivieren van Catalonië die vlakbij Barcelona uitmondt in de Middellandse Zee.

Van berghut naar berghut door Aigüestortes

Carros de Foc - De vuurwagenroute








-    ▲ 4.850 m, ▼ 4.850 m
-  **55 km**    
-  **9 etappes**  
-  carrosdefoc.com
-  catalunya.com/travessa-carros-de-foc-24-1-28

Deze route, bedoeld voor goedgetrainde wandelsporters, loopt door het hooggebergte en komt langs negen berghutten in het **nationaal park Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**. De tocht biedt indrukwekkende schoonheid door zijn spectaculaire berglandschappen met gletsjermereën en prachtige zonsopgangen. Niet te missen is een bezoek aan de bergpassen **Contraix** en **Sendrosa**, het **Llac Negre (het Zwarte meer)**, het keteldal **Circ de Colomers**, de bergtoppen **Els Encantats**, de spitse toppen **Dellui** en **Travessany**, en de haven van **Ratera**, en het meer van **Sant Maurici**.



Eerbetoon aan de vervolgdgen











Muntanyes de Libertat - De bergen van de vrijheid

-    ▲ 4.690 m, ▼ 4.655 m
-  **65 km**   
-  **4 etappes**   
-  muntanyesdelibertat.com
-  muntanyesdelibertat.com/catala/gps.htm

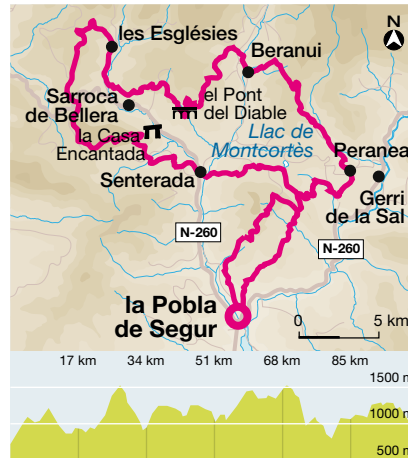
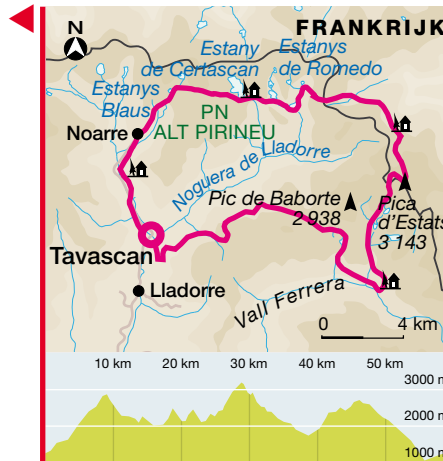
In het gebied tussen **natuurpark Alt Pirineu** en de Pyreneeën van Ariège, in Frankrijk, volgt deze route in omgekeerde richting de **uittocht van de Joden en de uittocht van de aanhangers van de Spaanse Republiek**. Op deze tocht voor ervaren wandelaars kunt u de **pittoreske schaapskooien van Noarre** bekijken, waar de herders en hun vee onderdak zochten, terwijl u klimt naar betoverende plekken, zoals het **Certascan-meer** aan de voet van een imposante bergtop (2853 meter). In **Tavascan**, Catalonië, bevindt zich een monument als eerbetoon aan de vervolgdgen.

Klim naar de top van Catalonië

La Porta del Cel - De hemelpoortroute












-   ▲ 5.490 m, ▼ 5.420 m
-  **62,3 km**  
-  **5 etappes**  
-  laportadelcel.com
-  catalunya.com/la-porta-del-cel-24-1-100

De grote uitdaging van deze route is de indrukwekkende **Pica d'Estats**, de hoogste bergtop van Catalonië, van **3143 meter** hoog. De beklimming start in Tavascan en gaat door de **Alt Pirineu**, het meest uitgestrekte natuurpark van Catalonië. Na het bereiken van La Porta del Cel (de hemelpoort), kunt u weer bijkomen tussen de prachtige meertjes die aan de route liggen, zoals **Els Estanys Blaus** of de **Romedo-meertjes**, en **Certascan**, het grootste gletsjermeer van de Pyreneeën. En tot slot kunt u zichzelf belonen met een van de voedzame gerechten uit de streek Els Pallars.



Een tocht vol magie en mysterie

El Cinquè Llac - De Vijfde-meerroute

-   ▲ 6.299 m, ▼ 6.010 m
-  **105,3 km**   
-  **5 etappes**  
-  elcinquellac.com
-  elcinquellac.com/etapes/etapa-1

Deze route staat in het teken van het **“betoverde” meer van Montcortès**, het vijfde meer, dat te bereiken is met de **Tren dels Llacs**, een toeristische spoorlijn langs vier andere meren tussen **Lleida** en **Poble de Segur**, het vertrek- en eindpunt van deze tocht. Op deze tocht kunt u genieten van het prachtige uitzicht over de vallei Vall Fosca, de middeleeuwse ommuurde stad **Peramea** bekijken en legendarische plekken, zoals het **hunebed La Casa Encantada**, de **Pont del Diable**, de rotsachtige gebieden Aquellarre de Serraspinga en La Giganta Dormida leren kennen.

De middeleeuwse bakermat van Catalonië

Serra de Monestirs - Gebergte van de kloosters

! ● ▲ 2.490 m, ▼ 2.000 m

km 65 km

6 etappes

serrademonestirs.com

google.com/maps/d/viewer?mid=1dP1-2tJ2YKmwTn4dQEzsQf-qmo

Deze route met als startpunt **Ripoll**, bekend als de bakermat van Catalonië, verbindt drie grote middeleeuwse kloosters: **Santa Maria de Ripoll**, met zijn onovertroffen romaanse portaal (kandidaat voor de Unesco-werelderfgoedlijst), **Sant Joan de les Abadesses** en **Sant Pere de Camprodon**. Verder komt de tocht langs de **Taga (2038 m)**, een bergtop vanwaar u zicht hebt op de bergen van de Pyreneeën vanaf de Puigmal tot de Canigó in Frankrijk. Wie in het najaar over de **Serra Cavallera** wandelt, kan een kijkje nemen bij de traditionele keuring van halfbloedpaarden in Espinavell, in Molló.



Langs de toppen van de oostelijke Pyreneeën

Els Bastions - De route van de bastions

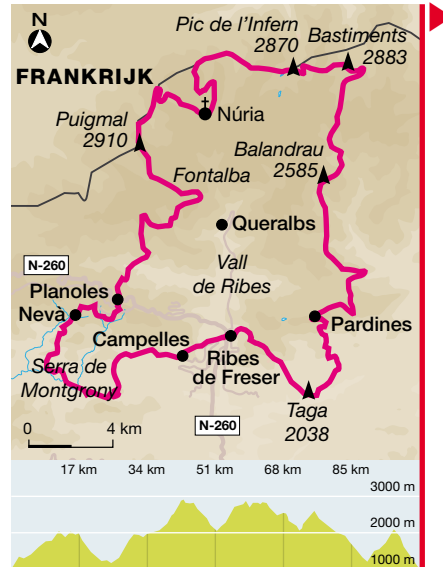
! ● ▲ 6.852 m, ▼ 6.852 m

km 105 km

5 etappes

elsbastions.com

es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=4883610



Deze route begint en eindigt in de stad **Ribes de Freser**, die met de trein bereikbaar is vanuit Barcelona. Op deze bergroute komt u langs de belangrijkste plaatsen in het dal **Vall de Ribes** in het hart van de **oostelijke Pyreneeën**. De tocht voert langs bergtoppen zoals de **Puigmal (2910 m)**, de **Bastiments (2883 m)** –de meest oostelijke top van de Pyreneeën– en de **Taga (2038 m)**, een prachtig uitkijkpunt. Ribes de Freser kan ook als startpunt dienen voor een wandeltocht naar het mooie dorp **Queralbs** in **Vall de Núria**, een vallei en tevens een spiritueel toevluchtsoord.

Terres de l'Ebre



Rafael López-Monné

↑ Natuurpark Els Ports.

← De Garxal-lagune in de Ebro-delta.



Een land van contrasten, een biosfeerreservaat, een plek waar de overstroomde vlaktes van de Ebro-delta samengaan met het woeste bergmassief van Els Ports.

Mariano Cebolla

↓ Toll del Vidre in Arnes.



Rafael López-Monné



Aan de voet van de bergen van Els Ports

Estels del Sud - Zuidelijke sterren

! ● ▲ 5.245 m, ▼ 5.005 m

km 99,2 km 🌞 🌻 🌿 ❄️

🚩 5 etappes 🏠 🌲

i estelsdel sud.com

📄 catalunya.com/estels-del-sud-24-1-102










Els Ports is een bergmassief dat zich uitstrekt langs de Catalaanse grens met de deelgewesten Aragón en de Comunitat Valenciana, ten zuiden van de benedenloop van de rivier **de Ebro**, een beschermd **natuurpark** met een oppervlakte van 35.000 hectare. Estels del Sud is een route door dit rotsachtige terrein met zijn enorme kalkformaties met ruwe reliëfs en vele breukvlakken, die samen een spectaculaire tocht met ontelbare grotten, kloven en holen bieden. Dit is **het rijk van de berggeit** (*Capra pyrenaica*), die leeft op de steile rotsen van een gebied dat uiteenvalt in naaldbossen, steeneiken-

bossen en bouwland en dat **een van de zuidelijkste beukenbossen van Europa** herbergt. Deze plek wordt al sinds de prehistorie bewoond, en ondanks de exploitatie van de overvloedig aanwezige hulpbronnen is het een van de belangrijkste reservaten van biodiversiteit van Catalonië. Op deze tocht ontdekt u historische dorpen zoals **Paüls**, **Arnes** of **Beseit**, en indrukwekkende landschappen zoals **Les Moles del Dom**, **de Carlares-waterval**, **de Gúbies del Parrissal** en **het ravijn La Coscollosa**. De verschillende etappes van deze tocht, met hetzelfde begin- en eindpunt, eindigen steeds bij een berg-hut met eet- en slaapplegelegenheid.

In dit ruige terrein van het bergmassief van Els Ports zijn vele grotten, ravijnen en holen.

Langs de loop van de rivier naar de Ebro-delta

GR 99. Camí de l'Ebre - Het Ebro-natuurpad

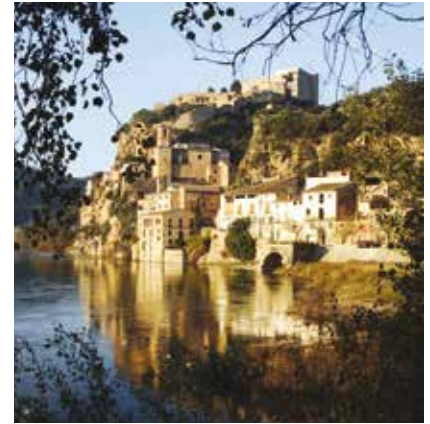
   ▲ 3.355 m, ▼ 3.433 m
 155 km 
 7 etappes 
 catalunya.com
 senders.feec.cat/gr-99/gr-7-etapa-36

De GR 99 of het **Ebro-natuurpad** begint bij de oorsprong van de rivier de Ebro in Cantabrië in het noorden van Spanje en eindigt waar hij uitmondt in de Middellandse Zee. Het gedeelte in onze gids begint bij **Mequinensa**, in de Franja d'Aragó, en volgt de loop van de rivier tot aan de **Golf van Sant Jordi**,

Langs het Catalaanse deel van de Ebro kunt u genieten van onvergetelijke uitzichten, zoals het tempelierskasteel in Miravet of de uitgestrekte Ebro-delta.

het puntje van de Ebro-delta. Een tocht die wordt gekenmerkt door mooie natuurgebieden, zoals de **Aiguabarreig de l'Ebre**, het **stuwmeer Ribarroja**, de **Illes de l'Ebre**, het **natuurreservaat Sebes** en het **natuurpark Delta de l'Ebre**, een van de belangrijkste vogelreservaten van Europa. Niet voor niets is de Ebro-delta in 2013 door de **Unesco** uitgeroepen tot biosfeerreservaat. Naast beschermde natuur vindt u op uw pad geschiedenis en cultuur, in plaatsen als **Miravet**, met zijn tempelierskasteel en zijn pottenbakkerswijk, in **Tortosa**, waar Iberiërs, Romeinen, Moren, Joden en christenen hun sporen hebben nagelaten, in **Flix**, met zijn schuilkelder en zijn traditionele trekschuit, of in **Amposta**, met zijn prachtige hangbrug en zijn kasteel. Verder is het een must de **typische plaatselijke rijst** te proeven, die in dit gebied wordt verbouwd.

↓ Miravet aan de Ebro.



Miguel Raurch



Terres de l'Ebre + Costa Daurada + Costa Barcelona + Costa Brava

Catalonië met uitzicht op de zee

GR 92. Sender del Mediterrani - Het Middellandse-Zeepad

! ● / ● ▲ 18.295 m, ▼ 18.376 m

km 583 km

31 etappes

catalunya.com

senders.feec.cat/gr-92/gr-92-etapa-1

Vanaf het startpunt in **Portbou**, bij de grens met Frankrijk, tot het eindpunt in **Uldecona**, in de Terres de l'Ebre, volgt het langeafstandswandelpad GR-92 de Catalaanse kust, van noord naar zuid. Zijn 583 kilometer aan wandelpaden (waaronder vele voormalige patrouillepaden die werden gebruikt om de kust te bewaken tegen aanvallen van piraten) komen langs prachtige beschutte rotsstrandjes en ruige kliffen, oude vissersdorpjes zoals **Cadaqués** of **Ametlla de Mar**, met zijn ongerepte stranden. Dit pad kruist enkele van de belangrijkste natuurparken van Catalonië: **Cap de Creus**, **Aiguamolls de l'Empordà**, **Montnegre y el Corre-**

dor, **Collserola** en **Garraf**, en loopt rond het natuurpark **Delta de l'Ebre**. Op dit pad komt u ook langs vele middeleeuwse gebouwen, zoals het klooster **Sant Pere de Rodes** of de **kastelen Castell de Montgrí** en **Castell de Begur**, langs schitterende landschappen, zoals de **botanische tuinen van Cap Roig** en **Pinya de Rosa Blanes**, en langs overblijfselen van de Grieks-Romeinse cultuur, zoals de **ruïnes van Empúries** en **Romeins Tarragona** (die staan op de Werelderfgoedlijst van Unesco). Tegen het eind, klimt het pad omhoog tot de **Foradada** (671 m), met uitzicht over de baai **Badia dels Alfacs**, de grootste natuurlijke haven van Europa.

Altijd met uitzicht op de Middellandse Zee, komt de GR-92 door natuurparken en langs de Ebro-delta.

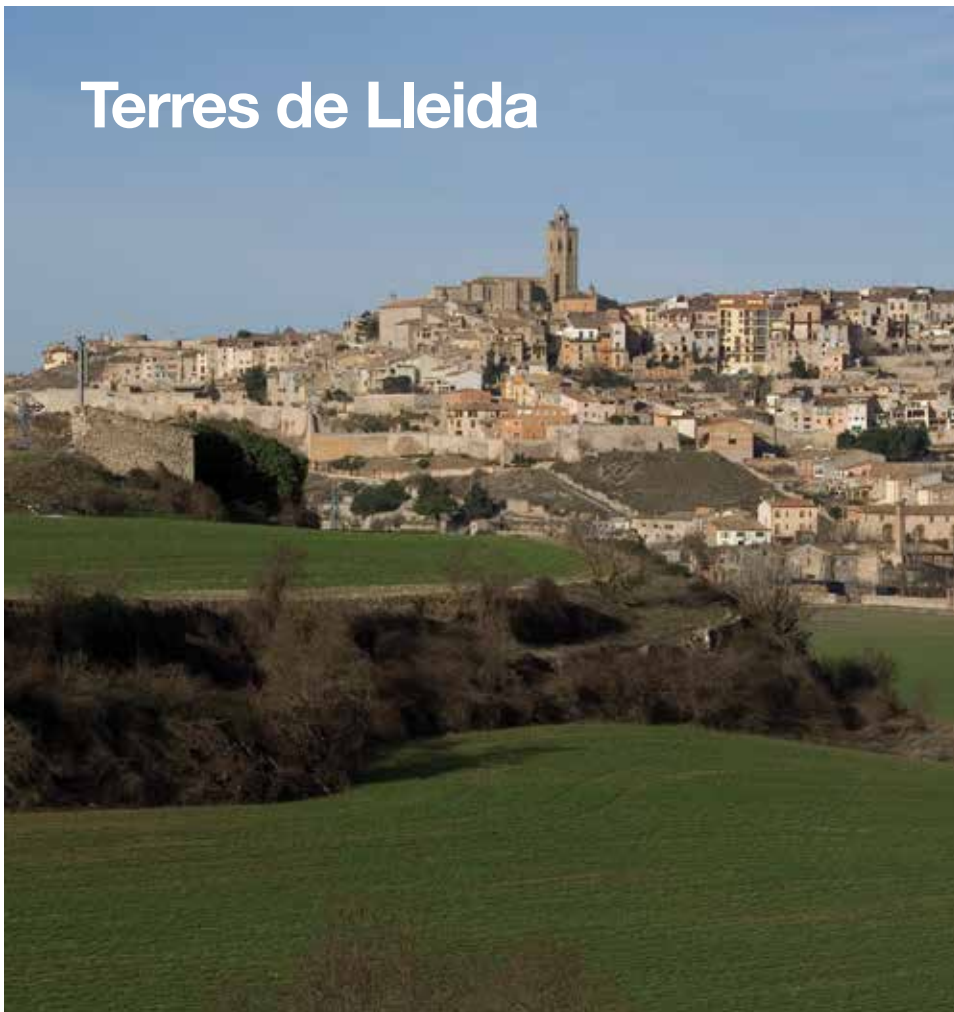
↓ Sant Jordi d'Alfama, Ametlla de Mar.



Miguel Àngel Álvarez



Terres de Lleida



Laurent Sansen

↑ De oude kathedraal van Lleida (La Seu Vella).

← Cervera.





Vruchtbare vlakten, landschappen in het teken van wijnbouw, historische steden en een veelbelovende, gelijknamige hoofdstad wachten de wandelaar in de provincie Lleida, het meest westelijke gedeelte van Catalonië.

Laurent Sansen

Natuur, cultuur en spiritualiteit

Camí Ignasià - Het Ignatiuspad

-  
-  ▲ 3.230 m, ▼ 3.148 m
-  **183 km**
- 
-  **7 etappes**
- 
-  **caminoignaciano.org**
-  caminoignaciano.org/ca/catalunya/21

Het Ignatiuspad is het pad waarover **Ignatius van Loyola**, oprichter van de Jezuïetenorde, in 1552 liep van zijn geboortehuis in Azpetia (Baskenland) naar Manresa, in het hart van Catalonië. Het loopt door vijf autonome gewesten en volgt grotendeels dezelfde route als het **St. Jacobspad** (Camino de Santiago). Hier maakt u kennis met bijzondere landschappen, zoals de **Pla de Lleida**, dat doorklieft wordt door paden langs wijngaarden waar de **Costers del Segre**-wijnen worden geproduceerd. Ook komt u langs steden boordevol geschiedenis, zoals **Cervera**, met een imposante universiteit die werd opgericht in de 18e eeuw, of **Lleida**, waar

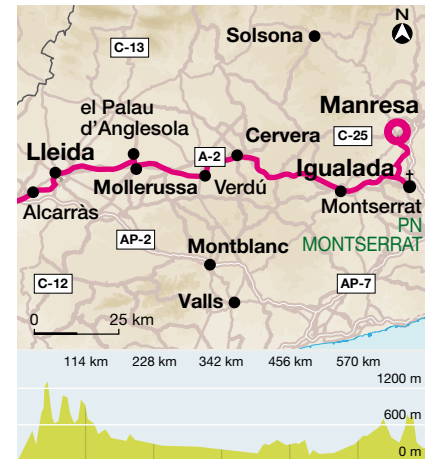
de **Seu Vella**, een spectaculaire kathedraal met een romaanse basis, boven alles uittorent. Of u kunt de berg de **Montserrat** verkennen, over de talrijke paden die de vele culturele, natuurlijke en historische bezienswaardigheden van een van de meest spirituele plekken van Catalonië met elkaar verbinden. Het laatste deel van deze wandeltocht voert u door de stad **Manresa**, waar zich de **Cova de Sant Ignasi** bevindt. In deze grot beleefde de Baskische heilige een mystieke ervaring die de inspiratie vormde voor enkele van zijn grote werken. Eeuwen later is op deze plaats een kerk gebouwd, waarvan u het interieur met zijn fraaie 17e-eeuwse altaarstukken kunt bewonderen.

Een groot deel van de reis die Ignatius van Loyola in 1552 maakt valt samen met het mythische Sint Jacobsroute.

↓ Pont Vell in de stad Manresa.



Juan José Pascual



Langs middeleeuwse kloosters

GR 175. Ruta del Cister - De Cisterciënzer route

! ●● ▲ 3.295 m, ▼ 3.309 m

km 105 km

3 etappes

i larutadelcister.info

senders.feec.cat/gr-175/gr-175-etapa-1

Dit **langeafstandswandelpad (GR)** verbindt de drie vooraanstaande kloosters van de cisterciënzer orde in Catalonië. In de landstreek **Alt Camp** bevindt zich het klooster **Santes Creus** dat vanaf 1168 onderdak bood aan de eerste cisterciënzer orde. Het stond onder bescherming van de koningen van de Kroon van Aragón, en velen van hen kozen ervoor zich hier in het koninklijk pantheon te laten begraven. Het pad voert over de uitgestrekte vlakte **Pla de Santa Maria** met zijn dorpen vol historie, zoals het ommuurde **Montblanc**. In de landstreek **Conca de Barberà** staat **Poblet**, één van Europa's grootste

kloosters, dat door de **Unesco tot Werelderfgoed** werd uitgeroepen. Aan de noordzijde wordt het beschermd door de **bergen van Prades**, een gebied met veel bronnen en bossen (**Natuurgebied van nationaal belang**). Het derde klooster betreft het acht eeuwen oude vrouwenklooster **Vallbona de les Monges** in de streek **Urgell** met een kerk waarin de overgang te zien is van de romaanse naar de gotische bouwstijl. Al op de terugweg naar Santes Creus, ontvouwen zich de ruige bergketen **Cogulló** en de vlaktes van **Alt Camp**. Het enige minpuntje van deze tocht, die eindigt waar hij begint, is de afstand die moet worden afgelegd, al kunnen de etappes worden afgestemd op het tempo van iedere wandelaar.

Dit pad verbindt de kloosters van Poblet, Santes Creus en Vallbona de les Monges.

↓ Het klooster Vallbona de les Monges.

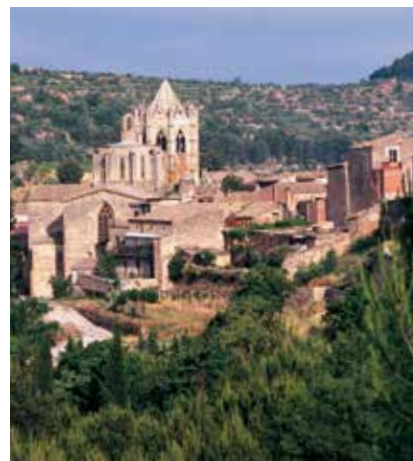
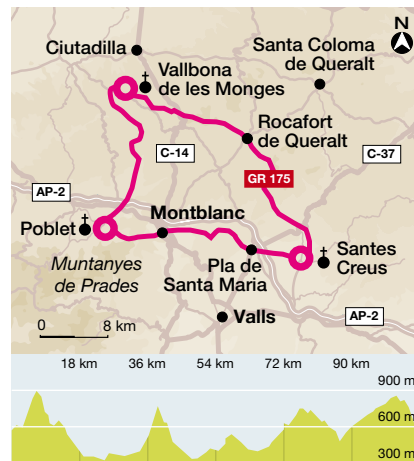
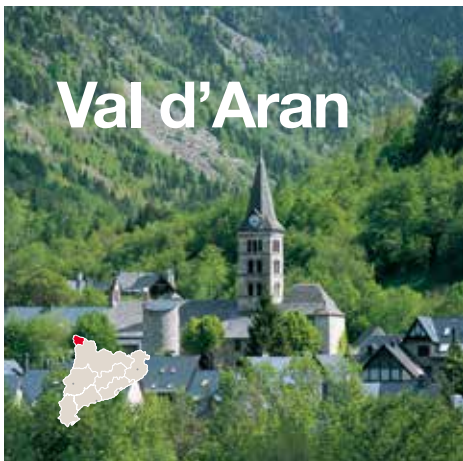


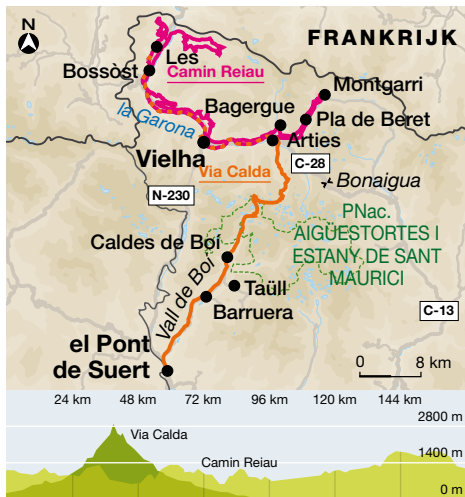
Imagem M.A.S.





Val d'Aran

↑ Zicht op het dorp Arties.



Over de oude wegen van de vallei

Camin Reiau – De Koninklijke Weg

- ! ●●● ↗ ▲ 6.070 m, ▼ 6.077 m
- km 150 km ⚙️ 🌸 🌞 🌿 ❄️
- 🚩 10 etappes 📹 🏠
- 📄 caminreiau.cat
- 📄 caminreiau.cat/web/laruta.php?atal=2&eta=1&hizk=1

Op de Camin Reiau ontdekt u het hart van de **Val d'Aran**, de landstreek in het uiterste westen van de Catalaanse Pyreneeën. Deze tocht gaat over oude paden die dienden als verbindingswegen tussen **de 33 dorpen van de vallei**, met hun huizen van steen, hout en leisteen. Hier kunt u ook de traditionele Aranese gerechten en ambachtelijke patés, kazen en vleeswaren proeven. U wordt ondergedompeld in de geschiedenis en de cultuur van deze vallei met zijn eigen taal en bijzondere romaanse monumenten, waaronder de **kerken van Salardú, Arties, Vielha** en **Bossòst**.

Wandelsport en warmwaterbronnen

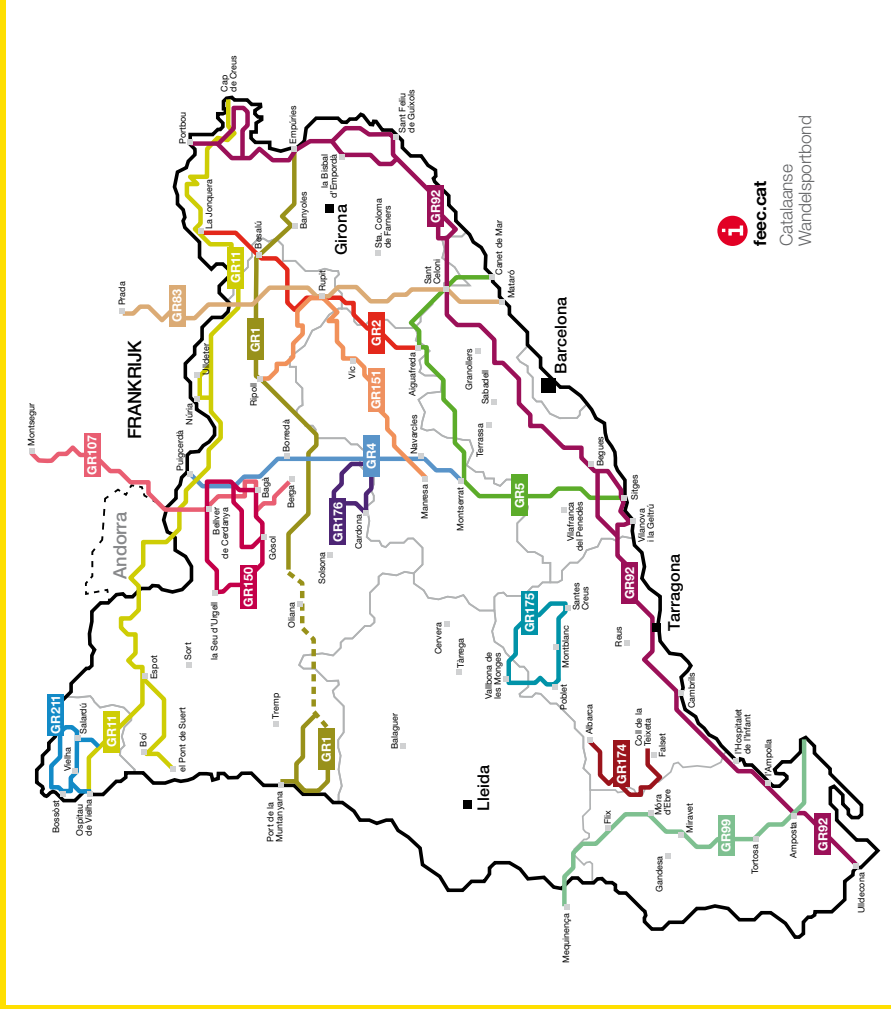
Via Calda

- ! ●●● ↗ ▲ 2.095 m, ▼ 2.350 m
- km 88 km ⚙️ 🌸 🌞 🌿
- 🚩 5 etappes 📹 🏠
- 📄 camins.net/via-calda

Dit is een tocht waarbij wandelen wordt afgewisseld met ontspannen in de beste kuuroorden van de Catalaanse Pyreneeën: **Boí, Tredós, Arties, Vielha** en **Les**. Onderweg ontdekt u het indrukwekkende keteldal **Circ de Colomèrs**, met 48 meren in de Val d'Aran, en de **romaanse kerken van de Vall de Boí**, waaronder die van Barruera, Santa Eulàlia en Sant Joan, die door de **Unesco tot Werelderfgoed** zijn uitgeroepen. U komt langs prachtige plekken zoals de **Pont de Suert, Erill la Vall, Taüll** en **Baqueira** en u kunt overnachten in comfortabele kuuroorden.

Catalonië, een land van langeafstandspaden

Langeafstandswandelpaden (GR) zijn bewegwijzerde paden die door heel Europa lopen. Dit zijn de belangrijkste GR-paden in Catalonië.



GR1 Wandelpad van oost naar west

GR83 Pad van de ballingen

GR151 De paden van de bisschop en abt Oliba

GR2 Van La Jonquera naar Aiguafreda

GR92 Wandelpad van de Middellandse Zee

GR174 Wandelpad van El Priorat

GR4 Van Puigverdà naar Montserrat

GR99 *Camí de l'Ebre*

GR175 *Ruta del Cister*

GR5 Wandelpad van de uitrijkposten

GR107 *Camí dels Bons Homes*

GR176 Route van de romaanse heremietkapellen

































































































































GR11 Wandelpad van de Pyreneeën

GR150 Omgeving van het Cadí-gebergte

GR211 Rondtocht door de Val d'Aran

Gedetailleerde beschrijving van alle routes

Meerlithedstreatal
Totaal hoogteverschil
Afstand
Kantel eappes
Meest gesochte
Spartueel
Historisch
Landschapelijk

							
De wandelpaden van El Maresme			500 km		 		
<i>Itinerànnia</i>	 		2.500 km		 		
GR 11. Sender dels Pirineus Wandelpad van de Pyreneeën	 	▲ 26870 m ▼ 28359 m	421,09 km	24	 		
De wandelpaden van El Priorat	  		370 km		 		
<i>La Ruta dels Refugis</i> De route van de berghutten		▲ 4448 m ▼ 4450 m	90 km	4	 		
<i>El Brogit de la Vall</i> Het ruisen van de vallei		▲ 2450 m ▼ 2350 m	70 km	4	 		
<i>Els 3 Monts</i> De drie bergen	 	▲ 3656 m ▼ 2828 m	106 km	6	 		
GR 151. De paden van de bisschop en abt Oliba		▲ 9578 m ▼ 7672 m	241,5 km	18	 		
GR 107. <i>Cami dels Bons Homes</i> Het pad van de Katharen	 	▲ 5130 m ▼ 5530 m	119 km	4	 		
<i>Cavalls del Vent</i> De paarden van de wind	 	▲ 5400 m ▼ 5400 m	74 km	8	 		
<i>Ruta de l'Ermità</i> De route van de kluisenaar		▲ 6270 m ▼ 6270 m	105 km	5	 		
<i>Carros de Foc</i> De vuurwagroute	 	▲ 4850 m ▼ 4850 m	55 km	9	 		
<i>Muntanyes de Lilberat</i> De bergen van de vrijheid		▲ 4690 m ▼ 4655 m	65 km	4	 		
<i>La Porta del Cel</i> De hemelpoortroute		▲ 5490 m ▼ 5420 m	62,3 km	5			
<i>El Cinquè Lac</i> De Vijfde-meeroute	 	▲ 6299 m ▼ 6010 m	105,3 km	5	 		
<i>Serra de Monestirs</i> Gebergte van de kloosters		▲ 2490 m ▼ 2000 m	65 km	6	 		
<i>Els Bastions</i> De route van de bastions		▲ 6852 m ▼ 6852 m	105 km	5			
<i>Estels del Sud</i> Zuidelijke sterren		▲ 5245 m ▼ 5005 m	99,2 km	5	 		
GR 99. <i>Cami de l'Ebre</i> Het Ebro-natuurpad	 	▲ 3355 m ▼ 3433 m	155 km	7	 		
GR 92. <i>Sender del Mediterrani</i> Het Middellandse-Zeeepad	  	▲ 18295 m ▼ 18376 m	589 km	31	 		
<i>Cami Ignasià</i> Het Ignatiuspad		▲ 3230 m ▼ 3148 m	183 km	7	 		
GR 175. <i>Ruta del Cister</i> De Cisterciënzer route	 	▲ 3295 m ▼ 3309 m	105 km	3	 		
<i>Camin Relau</i> De Koninklijke Weg	 	▲ 6070 m ▼ 6077 m	150 km	10	 		
<i>Via Calda</i>	 	▲ 2095 m ▼ 2350 m	88 km	5	 		



www.catalunya.com