



catalogne **est** cyclotourisme





catalogne **est** cyclotourisme

# INDEX

<b>Présentation</b>	<b>4</b>
<b>Catalogne</b>	<b>6</b>
<b>Le cyclotourisme en Catalogne</b>	<b>8</b>
Les Vies Verdes (Voies Vertes)	10
Centres BTT Catalunya (Centres VTT de la Catalogne)	12
<b>Routes proposées</b>	<b>14</b>
Des Pyrénées catalanes à la mer en bicyclette	16
Un circuit par la Plaine du Ponent	22
Du Montblanc à l'Ebre en bicyclette	28

<b>Guide rapide des routes</b>	<b>34</b>
<b>Conseils pratiques</b>	<b>35</b>
<b>Répertoire</b>	<b>36</b>
Services sur les routes pour les cyclotouriste	37
Information pour les cyclotouriste	37
Club Turisme Actiu (Club Tourisme Actif) de Turisme de Catalunya	38
Entités et associations touristiques	40
Centres de Promotion Touristique (CPT) de la Catalogne	40

# PRÉSENTATION



Cette est une publication agréable et pratique, est un outil mis à la disposition du visiteur qui souhaite se rendre en Catalogne, découvrir la diversité de ses paysages et jouir de la grande variété des produits et des ressources naturelles dont elle dispose.

Le cyclotourisme est une pratique très populaire et particulièrement en Catalogne où elle est très répandue. C'est une activité qui permet de connaître l'histoire, les coutumes et les richesses culturelles et patrimoniales d'une façon agréable.

Au travers d'une information complète sur les routes et les parcours, cette publication a été conçue comme un complément au site **Internet**. La page web [www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme) est facile d'accès et comprend les cartes des routes, la description des parcours, les coordonnées pour le GPS de chaque étape et des images des espaces concernés.

Grâce à ces deux formats, ce produit de qualité répondra aux intérêts de tous les visiteurs.

La Catalogne, terre de contrastes, est devenue comme telle un des pôles touristiques les plus attractifs d'Europe. Nous proposons ici un éventail des sites naturels dont nous recommandons une visite. Il ne s'agit pas d'un inventaire complet des possibilités du cyclotourisme en Catalogne, mais plutôt de propositions concrètes que nous nous permettons de suggérer.

Le chemin est long, et les vues, splendides. Profitez du trajet!

# CATALOGNE





La Catalogne propose une extraordinaire diversité qui s'exprime non seulement à travers sa richesse historique, culturelle et patrimoniale, mais aussi à travers une diversité de la beauté de ses paysages. Les **10 appellations touristiques** sont la meilleure façon d'identifier les caractéristiques et les particularités de chaque territoire.

### Barcelona

### Costa Brava

Alt Empordà, Baix Empordà, Gironès, La Selva, Pla de l'Estany.

### Costa Daurada

Alt Camp, Baix Camp, Baix Penedès, Conca de Barberà, Priorat, Tarragonès.

### Costa de Barcelona Maresme

Maresme.

### Costa del Garraf

Alt Penedès, Baix Llobregat, Garraf.

### Terres de l'Ebre

Baix Ebre, Montsià, Ribera d'Ebre, Terra Alta.

### Catalunya central

Anoia, Bages, Osona, Vallès Occidental, Vallès Oriental.

### Terres de Lleida

Garrigues, Noguera, Pla d'Urgell, Segarra, Segrià, Urgell.

### Pirineus

Alta Ribagorça, Alt Urgell, Berguedà, Cerdanya, Garrotxa, Pallars Jussà, Pallars Sobirà, Ripollès, Solsonès.

### Val d'Aran



# LE CYCLOTOURISME EN CATALOGNE



Le **cyclotourisme** est une activité physique qui se pratique en pleine nature et qui, chaque fois davantage, bénéficie d'une grande popularité en terres catalanes. La pratique du cyclotourisme en **Catalogne s'avère être idéale pour joindre l'utile à l'agréable**. Exercice physique alliant découverte et connaissance du territoire. Tout en pédalant à vélo, vous pourrez contempler et admirer la beauté des paysages. L'existence de différents types d'itinéraires permet la pratique du cyclotourisme en famille ou entre amis.

Profitez des larges possibilités qu'offre la nature et de la liberté apportée par la géographie catalane pour parcourir à vélo des chemins d'une extraordinaire variété qui vont de la mer à la montagne, en passant par les vallées et les plaines. Outre cette nature si attirante, la pratique du cyclotourisme permet de surcroît de découvrir l'extraordinaire richesse architectonique et culturelle présente sur l'ensemble du territoire catalan.

En Catalogne, la pratique du cyclotourisme sur route et vélo tout terrain a connu une augmentation notable. A partir de 1980, le nombre d'utilisateurs équipés et prêts à pouvoir parcourir des itinéraires en milieu naturel, éloignés des routes les plus fréquentées, a augmenté. La soif de découvrir, le respect de la nature et le loisir vous donneront l'énergie pour pédaler.

Pendant les années 90, la pratique du vélo s'est consolidée, et le cyclotourisme pratiqué dans un contexte rural s'est développé. Se déplacer paisiblement d'un endroit à un autre vous permettra d'entrer en communion avec l'environnement, les gens et la culture du territoire. La Catalogne bénéficie d'un large éventail de possibilités pour la découvrir à bicyclette: les **Centres VTT de la Catalogne**, les **Voies**

**Vertes** et certains réseaux de circuits cyclotouristiques comme celui du Baix Empordà, un espace idéal pour pédaler grâce à son relief, très plat. Cette contrée possède un réseau de sentiers de 370 Kms répartis entre paysages de la côte et de l'intérieur. On peut aussi bien découvrir ses villages de l'intérieur et la variété de ses espaces protégés comme avoir la possibilité de visiter les plus adorables criques et découvrir la singularité des Chemins de Ronde.



## Les Vies Vertes (Voies Vertes)

Il s'agit d'une proposition de **tourisme alternatif** qui récupère les anciens tracés ferroviaires abandonnés. Les **Voies Vertes** sont la promotion d'une mobilité alternative, non motorisée entre marcheurs et cyclistes.

Les voies vertes ont une faible déclivité qui, en général, n'excède pas les 3 %, ce qui favorise leurs accès aux personnes à mobilité réduite, sauf sur les portions de liaisons signalées comme il se doit. Il s'agit de voies sûres, compte tenu que, sur la quasi totalité des tracés, les véhicules motorisés sont interdits. Pratiquement la totalité des voies vertes de la Province de Gérone réutilise d'anciens tracés ferroviaires, qui reliaient différentes municipalités de la zone mais qui furent fermés à cause de leur faible rentabilité et à cause de la rapide croissance du transport par route.

La récupération des tracés que représentaient ces voies a largement contribué au développement durable des ressources naturelles de la Catalogne, en particulier dans les zones rurales. L'existence des voies vertes a permis de récupérer et de dessiner des routes qui favorisent l'accès aux paysages avec un grand intérêt naturel et culturel. Forêts méditerranéennes, plages, pinèdes, vallées ou encore rochers

montagneux font partie du patrimoine naturel que traversent les voies vertes comme celle du Ferro et el Carbó ou celles du Carrilet I et II, sur la Costa Brava et les Pyrénées de Gérone, ou celle de la Terra Alta et du Baix Ebre, sur les Terres de l'Ebre.





## Voies Vertes en Catalogne

- VV 1** **V.V. del Ferro i del Carbó**  
 Ripoll > St Joan Abadesses - Ogassa  
 Kilomètres: 12  
 Adaptée: Oui
- VV 2** **V.V. del Carrilet I**  
 Olot > Girona  
 Kilomètres: 54  
 Adaptée: Oui  
 (Amer-el Pasteral, portion avec de fortes pentes)
- VV 3** **V.V. del Carrilet II**  
 Girona > St Feliu de Guixols  
 Kilomètres: 39,7  
 Adaptée: Oui
- VV 4** **V.V. de la Terra Alta**  
 Ames-Lledó > El pinell de Brai  
 Kilomètres: 27  
 Adaptée: Oui  
 (Limitations dans les pentes de la Fontcalda)
- VV 5** **V.V. del Baix Ebre**  
 Roquetes > El Pinell de Brai  
 Kilomètres: 27  
 Adaptée: Oui

## Centres BTT Catalunya (Centres VTT de la Catalogne)

La Catalogne dispose d'un large éventail d'itinéraires idéaux pour être parcourus en **vélo tout terrain** (VTT ou mountain bike) et que vous pourrez trouver dans les différents centres VTT du réseau des **Centres VTT de la Catalogne**.

Les centres VTT sont des espaces à accès libre disposant d'informations touristiques et de services pour le vélo et dans lesquels vous trouverez un minimum de 100 Km de circuits balisés, partant d'un des point d'accueil et les circuits, sont classés selon leur degré de difficulté, de sorte que n'importe qui, débutant ou confirmé, puisse faire du VTT en toute tranquillité.

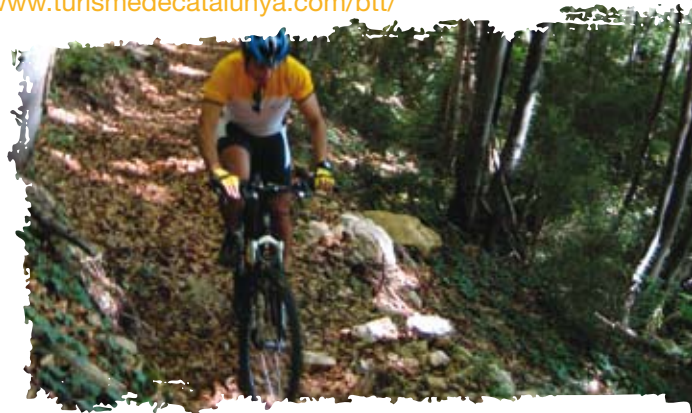
Généralement, les routes sont circulaires et évitent les portions fréquentées par les véhicules motorisés, ainsi que dans la mesure du possible les surfaces goudronnées et à double sens de circulation. Les niveaux de difficulté sont indiqués grâce à un code couleurs présent sur tous les éléments d'information et de signalisation du parcours.

Les points d'accueil disposent d'un tableau informatif avec des panneaux indicateurs qui permettent la localisation des différents services. Les routes sont balisées depuis le point de départ jusqu'à l'arrivée grâce à des panneaux directionnels ou de suivi.

Quant aux services offerts dans les centres VTT, le point d'accueil propose une information touristique de la zone et, en plus, dispose de sanitaires et douches; sont également proposés des services complémentaires de location de vélos, aire de lavage, atelier de réparations, etc.

**Les Centres VTT de la Catalogne** sont homologués par l'Office du Tourisme de la Catalogne et par le Conseil Catalan du Sport à travers la Fédération Catalane du Cyclisme. Actuellement, le réseau est constitué par **15 centres VTT** qui offrent un total de **4.100 kilomètres de routes balisées**.

<http://www.turismedecatalunya.com/btt/>



## Centres VTT de la Catalogne et Points d'accueil



- 01 Baix Empordà**  
Castell d'Aro
- 02 El Berguedà**  
Avià
- 03 El Gironès**  
Quart
- 04 El Ripollès**  
Sant Joan de les Abadesses
- 05 La Selva**  
Amer
- 06 La Seu - Alt Urgell**  
La Seu d'Urgell
- 07 Lluçanès**  
Prats de Lluçanès
- 08 Mont-roig del Camp -  
Miami Platja**  
Mont-roig del Camp
- 09 Pallars Jussà**  
La Pobla de Segur
- 10 Pla de l'Estany - Banyoles**  
Banyoles
- 11 Salines - Bassegoda**  
Maçanet de Cabrenys
- 12 Santa Susanna Montnegre**  
Santa Susanna
- 13 Solsonès - Vall de Lord**  
Sant Llorenç de Morunys
- 14 Val d'Aran**  
Bossòst
- 15 Vall de Sau - Collsacabra**  
Tàvèrnoles

# ROUTES PROPOSÉES

Dans cette publication nous proposons 3 routes cyclotouristiques adaptées à tous les goûts, qui vous permettront de parcourir les différentes contrées de la Catalogne à vélo.

Il faut remarquer que:

- A tous les points de départ et d'arrivée de toutes les routes il y a une gare ferroviaire.
- Les routes proposées – à l'exception des portions voies vertes– utilisent pour une partie de leurs parcours des routes communales et vicinales sur lesquelles il faut être particulièrement attentif, car ces voies ne sont pas uniquement destinées aux cyclistes.
- Pour emprunter ces chemins, il est conseillé d'utiliser une bicyclette de modèle mixte ou hybride (connu dans d'autres pays sous le nom *trekking bike* ou *all terrain bikes*).

Les routes proposées sont:

- Des Pyrénées catalanes à la mer en bicyclette ●
- Un circuit par la Plaine du Ponent ●
- Du Montblanc à l'Ebre en bicyclette ●

## Niveaux de difficulté des routes:

- Facile ● Recommandées aux personnes qui partent en randonnée de temps en temps, entre 4 et 6 fois par an.
- Intermédiaire ● Recommandées aux personnes en bonne condition physique et qui partent régulièrement en randonnée, entre 7 et 12 fois par an.
- Difficile ● Recommandées aux personnes bien entraînées et qui partent en randonnée régulièrement.







Un circuit par la Plaine du Ponent

Des Pyrénées catalanes à la mer en bicyclette

Du Montblanc à l'Ebre en bicyclette

FRANCE

ANDORRA

ARAGÓN

Lleida

Montblanc

Barcelona

Tarragona

L'Ampolla

Ripoll

Figueres

Girona

LA MER MÉDITERRANÉE

PAÍS VALENCIÀ

# DES PYRÉNÉES CATALANES À LA MER EN BICYCLETTE

Ripoll → Figueres

Niveau: ●

Nombre de Km: 262,2

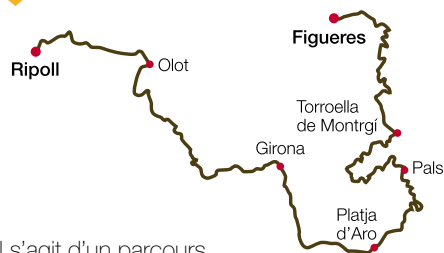
Étapes: 6

Dénivellation cumulée: +1.300 m / -1.970 m

Information détaillée de chaque étape sur  
[www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)



## La route



Il s'agit d'un parcours cyclotouristique qui s'étire des terres pyrénéennes du Ripollès et de La Garrotxa jusqu'à la plaine de l'Empordà en six étapes.

### Caractéristiques techniques et pratiques

Le parcours se déroule entre 1064 m d'altitude et le niveau de la mer, sur 262,2 Km et comptabilise une dénivellation de 1.910 m de montée et de 2.592 m de descente. Il emprunte les voies vertes de la province de Gérone (de Ripoll à Sant Joan de les Abadesses et de Olot à Sant Feliu de Guíxols), le réseau cyclotouristique du Baix Empordà et quelques portions de routes locales de faible circulation. Excepté l'ascension du col de Santigosa de la première étape, il s'agit d'une route sans difficultés majeures pour personnes et groupes qui partent régulièrement en excursion au cours d'une année. Il utilise différents types de chemins tous balisés, et pour partie, il emprunte la voirie ouverte à la circulation motorisée, sans couloirs protégés.

### L'environnement naturel et culturel

La route des Pyrénées jusqu'à la mer propose des paysages de grand intérêt, dans un environnement de grande richesse architectonique et artistique qui comprend les vallées pré-pyrénéennes du Ripollès, avec de remarquables exemples d'architecture romane, et en passant par la commune de la Garrotxa, lieu d'inspiration de l'une des écoles de peinture paysagiste les plus importantes de la Catalogne; la ville de Gérone, avec son quartier juif et les façades en bordure de la rivière Onyar; les criques de la Costa Brava et les adorables petits villages médiévaux de l'Empordà; les ruines gréco-romaines de Empúries et le musée Dalí de Figueras; le parc naturel des Aiguamolls de l'Empordà (marais de l'Empordà). Dans le même temps, vous trouverez une gastronomie de première qualité reconnue au plan international qui trouve ses origines dans la cuisine traditionnelle de montagne de l'intérieur, dans la cuisine de mer et dans ses exceptionnels produits avec appellation d'origine.

### Logement et services

Aux abords de cette route, sont proposés une grande variété d'hôtels, de gîtes ruraux, d'auberges, campings et différents types de restauration. Plusieurs sociétés proposent des services de guide et de transport. Consulter le Répertoire (p. 37).



## Fiche technique

**Niveau:** Facile. Recommandées aux personnes qui partent en randonnée de temps en temps, entre 4 et 6 fois par an.

**Nombre de Km:** 262,2

**Dénivellation cumulée:** +1.300 m / -1.970 m

### Étapes:

Ripoll	●
Olot	●
Olot	●
Girona	●
Girona	●
Platja d'Aro	●
Platja d'Aro	●
Pals	●

Pals

Torroella de Montgrí

Torroella de Montgrí

Figueres

**Typologie de l'itinéraire:** voyage en 6 étapes.

**Signalisation:** verticale (voies vertes et réseau cyclotouristique du Baix Empordà).

**Période recommandée:** toute l'année.

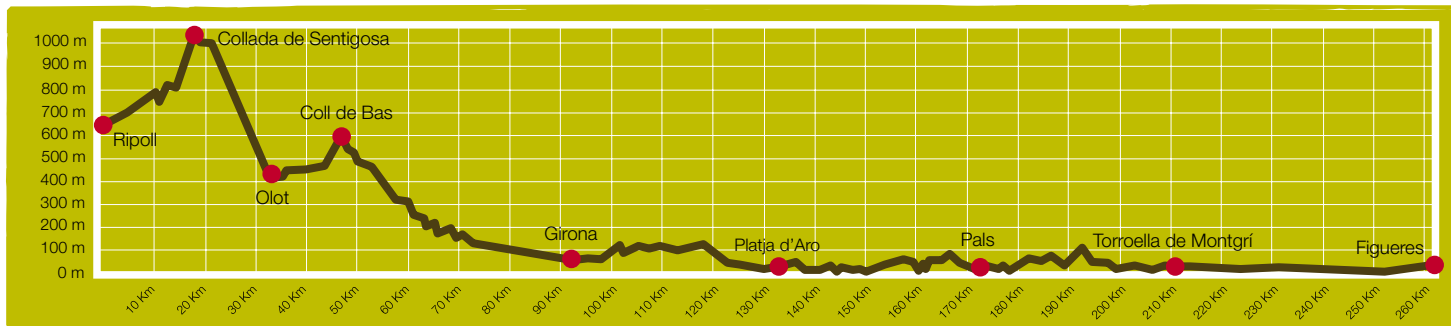
Pour plus d'informations sur le parcours, les coordonnées GPS et le livre des routes (Road Book), consultez le site [www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)



## Plan du parcours



## Altimètre



## Le saviez-vous?

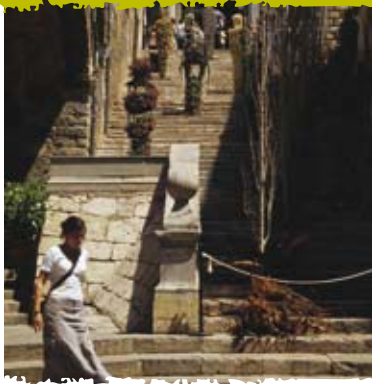


Le **monastère de Santa Maria de Ripoll** fut fondé par le comte de Gifré el Pilós. L'iconographie du portail, connu comme la Bible de pierre, est une des œuvres maîtresses du style roman catalan.

Le **centre de parachutisme de Empuriabrava** est considéré comme l'un des meilleurs au monde.



Le **"call" de Gérone** est le quartier juif le mieux conservé de la Catalogne et l'un des plus remarquables d'Europe.



La **Fageda d'en Jordà** est une des 26 réserves naturelles du Parc Naturel de la zone volcanique de la Garrotxa, et qui s'est développé sur la lave du volcan Croscat.

Les **chênes liège** de la Catalogne sont exploités depuis l'époque romaine. Et à partir du XVIIIème siècle, les contrées de l'Ait et du Baix Empordà se sont spécialisées dans la fabrication du bouchon de liège.



## A ne pas manquer!

- Les **fesols** (haricots) de **Santa Pau**, la cuisine "volcanique" de la Garrotxa.



- La **Fête Nationale de la Laine** et les mariages paysans, qui sont célébrés au mois de mai à Ripoll.
- La **Fête de l'Anchois de l'Escala**, le premier dimanche d'octobre.
- Le remarquable **musée archéologique d'Empúries**, situé dans l'antique colonie grecque d'Emporion.

- La **Devesa de Girona**, le parc urbain de la Catalogne le plus riche en espèces végétales.
- Le **Tapís de la Creació** (Tapiserie de la Création), la plus importante pièce de l'art textile roman conservée au monde, et que vous pourrez admirer dans la cathédrale de Gérone.
- **Gérone Temps de Flors** (Temps des Fleurs), la première quinzaine de mai.
- Une visite au musée du bouchon de **Palafrugell**.
- Déguster les "taps" de **Cadaqués**, un délicieux dessert!
- Le musée de la pêche de **Palamós**, et les fameuses crevettes locales que vous pourrez déguster dans la plupart des menus de la ville à partir d'avril.



## Information générale

### Ripollès Desenvolupament

Tel. +34 972 704 499

[www.elripolles.com](http://www.elripolles.com)

Ripoll

### Turisme Garrotxa

Tel. + 34 902 119 337

[www.turismegarrotxa.com](http://www.turismegarrotxa.com)

Olot

### Consell Comarcal del Gironès

Tel. +34 972 213 262

[www.turisme.girones.org](http://www.turisme.girones.org)

Girona

### Consell Comarcal del Baix Empordà

Àrea de Turisme

Tel. +34 972 642 310

[www.visitemporda.com](http://www.visitemporda.com)

La Bisbal d'Empordà

### Consell Comarcal de l'Alt Empordà

Tel. +34 972 503 088

[www.altemporda.ddgi.es](http://www.altemporda.ddgi.es)

Figueres

## Cartographie

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Ripollès.**

1:50.000

Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Garrotxa.**

1:50.000

Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Gironès.**

1:50.000

Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Baix Empordà.**

1:50.000

Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Alt Empordà.**

1:50.000

Institut Cartogràfic de Catalunya

ICC-Institut Cartogràfic de Catalunya: [www.icc.cat](http://www.icc.cat)



# UN CIRCUIT PAR LA PLAINE DU PONENT

Lleida → Lleida

Niveau: ●

Nombre de Km: 335

Étapes: 6

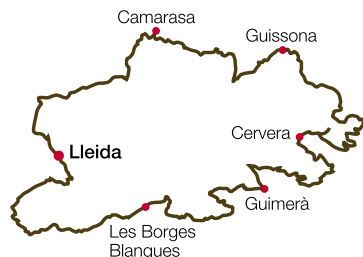
Dénivellation cumulée: +3.860 m / -3.860 m

Information détaillée de chaque étape sur  
[www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)





## La route



Parcours circulaire de cyclotourisme qui traverse en six étapes les plaines et les montagnes occidentales de la Catalogne, en plein bassin du Segre, le principal affluent de l'Ebre.

### Caractéristiques techniques et pratiques

Le parcours se déroule entre 124 m et 775 m d'altitude, sur 335 Km et comptabilise une dénivellation de 3.860 m.

Il emprunte des pistes rurales goudronnées et des routes locales avec une faible circulation. Recommandé aux personnes bien entraînées et / ou qui ont l'habitude de faire des excursions. La route ne bénéficie pas d'un soutien logistique organisé, ni d'un balisage spécifique ni de voies de circulations protégées. Le parcours utilise la signalisation générale de la voirie et la circulation motorisée y est autorisée.

### L'environnement naturel et culturel

Jouissez du plaisir de parcourir la Plaine du Ponent et son paysage singulier, en tirant profit de son relief montagneux et de ses vues panoramiques. Alternez la visite des grandes villes des plaines, comme Lleida, Cervera, Agramunt ou Balaguer, avec les grands champs de terres irriguées et non irriguées, canaux d'arrosage et petites agglomérations rurales. Dans la province de Lleida, en dehors de son patrimoine archi-tectonique et culturel, quelques édifices et sites remarquables comme la pharmacie de Llardecans qui – tout comme celle de Llívia, en Cerdagne – est une des plus anciennes de la Catalogne; les peintures rupestres du Cògul, le musée archéologique de Borges Blanques, la route de l'huile par Las Garrigues et El Urgell, le mo-nastère cistercien de Vallbona de les Monges, la route des templiers par les châ-teaux de la Segarra, l'Université de Cervera, les canaux de Urgell, la plaine de la Noguera, etc. Il est conseillé de s'intéresser à la gastronomie pro-posée, élaborée à partir de recettes, des plats et des ingrédients de première qualité et reconnue au plan international.

### Logement et services

Le long du parcours vous trouverez hôtels, gîtes ruraux, auberges et campings de différentes capacités et catégories ainsi que différents types de restauration qui proposent

une offre gastronomique variée. Les informations ne sont pas signalées et pour les obtenir il faut se rendre dans différents points d'information des contrées que traversent la route. Plusieurs sociétés proposent des services de guide et de transport. Consulter le Répertoire (p.37).



## Fiche technique

**Niveau:** Intermédiaire. Recommandées aux personnes en bonne condition physique et qui partent régulièrement en randonnée, entre 7 et 12 fois par an.

**Nombre de Km:** 335

**Dénivellation cumulée:** +3.860 m / -3.860 m

**Étapes:**

- Lleida -
- Les Borges Blanques
- Les Borges Blanques
- Guimerà
- Guimerà
- Cervera
- Cervera
- Guissona

Guissona  
Camarasa  
Camarasa  
Lleida

**Typologie de l'itinéraire:** circuler dans le sens des aiguilles d'une montre en 6 étapes.

**Signalisation:** pas de signalisation.

**Période recommandée:** toute l'année, excepté au plus chaud de l'été.

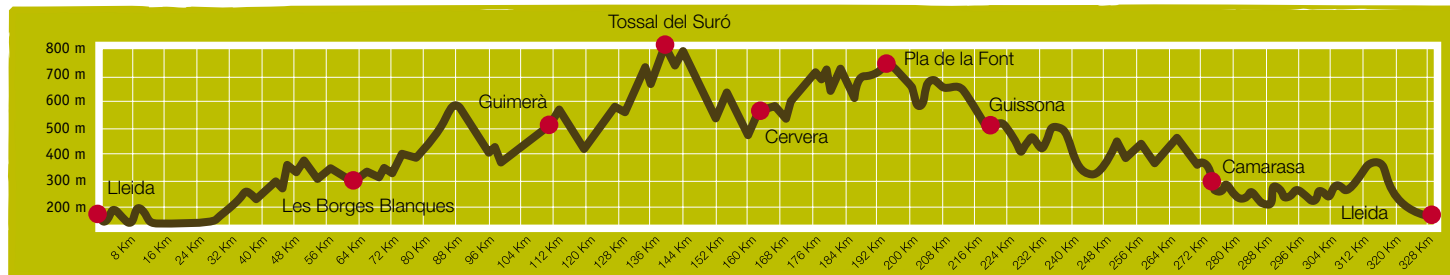
Pour plus d'informations sur le parcours, les coordonnées GPS et le livre des routes (Road Book), consultez le site [www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme/](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme/)



## Plan du parcours



## Altimètre



## Le saviez-vous?

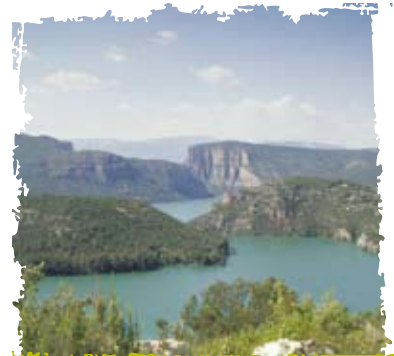
Les monastères de Vallbona de les Monges, Poblet y Santes Creus font partie de la **Route du Cister**.



Sur le **Pla d'Urgell** l'ancienne lagune d'Ivars et Vila-sana a été récupérée. Sur cette lagune et ses alentours on peut admirer des espèces ornithologiques des zones humides et des zones arides qui, en Europe, ne se trouvent pratiquement qu'en péninsule Ibérique.



Dans les montagnes de **Prades** et dans la chaîne de Godall se concentrent une grande partie des peintures rupestres de l'arc méditerranéen, déclarées au Patrimoine de l'Humanité par l'UNESCO.



A **Camarasa** empruntez une route historique qui grâce à des panneaux informatifs va vous faire découvrir des scènes de la Guerre Civile, avec tranchées, positions de mitrailleuses.

## A ne pas manquer!

- “**Fruinar**”, une coutume gastronomique qui dure toute l’année dont le fruit est le principal ingrédient.
- La **Fête de l’Escargot**, célébrée en mai sur les Champs Elysées de la ville de Lleida.



- Les vins D.O. Costers del Segre et **Conca de Barberà**.
- Le **château de Gardeny**, siège du nouveau centre de recherches sur l’Ordre du Temple.

- La foire au turrón et au chocolat à la pierre d’**Agramunt** en octobre. Le turrón d’Agramunt peut se prévaloir d’une dénomination d’origine protégée.
- Les vins D.O. **Terra Alta y Montsant**.
- L’huile D.O.P. Siurana et D.O.P. **Terra Alta**.
- L’audiovisuel du monastère de **Santes Creus** et les chants grégoriens des religieuses du monastère de Vallbona.



## Information générale

### Oficina Comarcal de Turisme de les Garrigues

Tel. +34 973 142 658  
www.cogarrigues.com  
Borges Blanques

### Consell Comarcal del Segrià

Tel. +34 973 230 686  
www.segria.net  
Lleida

### Consell Comarcal de la Noguera

Tel. +34 973 448 933  
www.nogueraturisme.cat  
Balaguer

### Oficina Comarcal de Turisme del Pla d'Urgell

Tel. +34 973 711 313  
www.plaurgell.org  
Mollerussa

### Oficina Comarcal de Turisme de la Segarra. Museu Comarcal de Cervera

Tel. +34 973 531 303  
www.ccsegarra.com/turisme  
Cervera

### Oficina Comarcal de Turisme de l'Urgell

Tel. +34 973 500 707  
www.urgell.org  
www.larutadelcister.info  
Tàrraga

## Cartographie

**Mapa Comarcal** ((Carte de la province) **de Catalunya. Garrigues.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Segrià.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Noguera.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Pla d'Urgell.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Segarra.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Urgell.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

ICC-Institut Cartogràfic de Catalunya: **www.icc.cat**



# DU MONTBLANC A L'EBRE EN BICYCLETTE

Montblanc → L'Ampolla

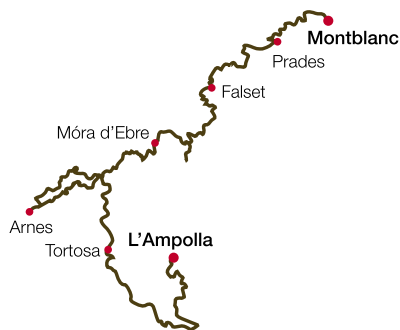
Niveau: ●  
Nombre de Km: 289,2  
Étapes: 6

Dénivellation cumulée: +3.100 m / -3.450 m

Information détaillée de chaque étape sur  
[www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)



## La route



Parcours linéaire de cyclotourisme qui parcourt en six étapes les terres du sud de la Catalogne, de la ville ducale de Montblanc jusqu'au delta de l'Ebre.

### Caractéristiques techniques et pratiques

Le parcours se déroule entre le niveau de la mer et 1.030 m d'altitude, sur 289,2 Km et comptabilise une dénivellation de 3.100 m de montée et 3450 m de descente. Il emprunte des routes secondaires avec une faible circulation, passe par la voie verte de Arnes à Tortosa et par les pistes souvent goudronnées, jusqu'au delta de l'Ebre.

C'est une route recommandée aux personnes bien entraînées et / ou habituées à partir en excursion. La route ne bénéficie pas d'un soutien logistique organisé, ni d'un balisage spécifique. Le parcours utilise la signalisation

générale de la voirie et la circulation motorisée y est autorisée.

### L'environnement naturel et culturel

La route du Montblanc jusqu'à l'Ebre propose une nature attractive jouissant de beaux paysages et sites culturels, très riches et variés, incluant, aussi, des prestations gastronomiques de première qualité basée sur une cuisine traditionnelle des terres et de la mer, avec des produits et ingrédients exceptionnels et reconnus internationalement. Il faut visiter la magnifique ville ducale de Montblanc, le site naturel de Poblet, les montagnes de Prades, le parc naturel de Montsant, le Priorat – région avec une production vinicole de très haute qualité et de renommée mondiale — le château des templiers de Miravet, la voie verte de Arnes, la ville de Tortosa, les canaux de l'Ebre et le parc naturel du Delta de l'Ebre, la zone humide la plus étendue de la Catalogne et un des habitats d'oiseaux les plus importants de la Méditerranée.

### Logement et services

Le long du parcours vous trouverez hôtels, gîtes ruraux, auberges et campings de différentes capacités et catégories ainsi que différents types de restauration qui proposent une offre gastronomique variée. Les informations ne sont pas signalées et pour les obtenir il faut se rendre dans différents points d'information des contrées que traversent

la route. Plusieurs sociétés proposent des services de guide et de transport. Consulter le Répertoire (p.37).



## Fiche technique

**Niveau:** Difficile. Recommandées aux personnes bien en entraînés et qui partent en randonnée régulièrement.

**Nombre de Km:** 289,2

**Dénivellation cumulée:** +3.100 m / -3.450 m

**Étapes:**

Montblanc

Prades

Prades

Falset

Falset

Móra d'Ebre

Móra d'Ebre

Arnes

Arnes

Tortosa

Tortosa

l'Ampolla

**Typologie de l'itinéraire:** voyage en 6 étapes.

**Signalisation:** pas de signalisation.

**Période recommandée:** toute l'année.

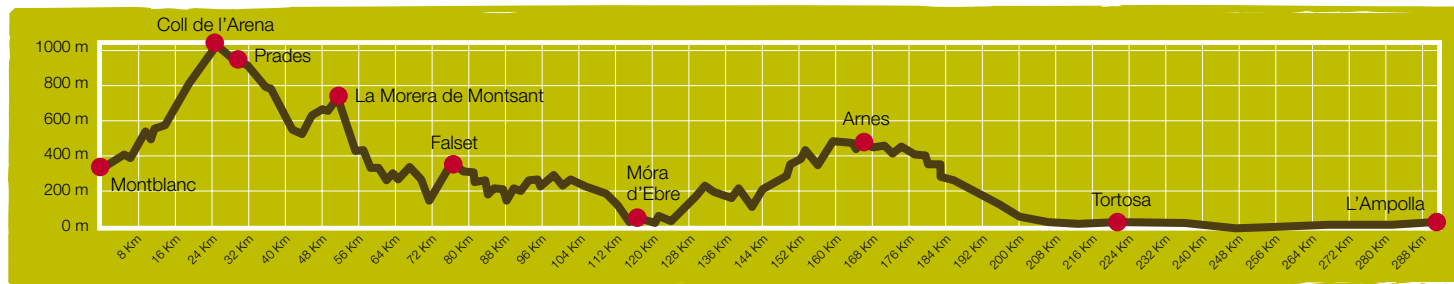
Pour plus d'informations sur le parcours, les coordonnées GPS et le livre des routes (Road Book), consultez le site [www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)



## Plan du parcours



## Altimètre





## Le saviez-vous?



Le **monastère de Poblet**, en dehors d'avoir été déclaré au Patrimoine de l'Humanité, est une des abbayes les plus importantes de l'ordre des Bénédictins en Europe.

**Reus** accueille un impressionnant patrimoine du modernisme catalan. Au sein du nouveau Centre Gaudí vous pourrez découvrir le génie, la créativité et l'art de l'architecte Antoni Gaudí ainsi que les clefs du Modernisme en Catalogne.



La **Festa del Renaixement** (Fête de la Renaissance) de Tortosa, qui est célébrée la deuxième quinzaine de juillet a été déclarée d'Intérêt National.



Pendant la semaine médiévale de **Montblanc**, en avril, sont organisées plus de trente animations festives autour du personnage de Sant Jordi, patron de la Catalogne.



Le **parc naturel d'Els Ports**, est une des réserves les plus importantes de la Catalogne pour la chèvre sauvage et la loutre.

## A ne pas manquer!

- Un jour d'excursion au **Parc Naturel d'Els Ports**, qui compte plus de 35.000 ha. protégés.
- La **pomme de terre de Prades**.
- Le **marché médiéval de Montblanc** pour la Sant Jordi (23 avril).
- Une dégustation de vin **D.O. Terra Alta**.
- La **Route des parcs à moules** en barque de pêcheurs, dans le delta de l'Ebre.
- La **Journée de la Moule et de l'Huître**, en juin, et les langoustines de Sant Carles de la Ràpita.
- Les caves coopératives et modernistes, comme celle de **Pinell de Brai** et celle de **Gandesa**.
- Une descente à bord des "mulettes" le long de l'Ebre; vous naviguerez dans ces petites embarcations à quatre rames et gouvernail comme les anciens marins des villages de l'Ebre. **Viu lo Riu!**



## Information générale

Patronat de Turisme de la  
Diputació de Tarragona

Tel. +34 977 230 312

[www.costadaurada.org](http://www.costadaurada.org)

Tarragona

## Cartographie

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Conca de Barberà.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Priorat.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Terra Alta.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

**Mapa Comarcal** (Carte de la province) **de Catalunya. Montsià.** 1:50.000  
Institut Cartogràfic de Catalunya

ICC-Institut Cartogràfic de Catalunya: [www.icc.cat](http://www.icc.cat)



# GUIDE RAPIDE DES ROUTES

	Etapas	km	Dénivellation en montée	Dénivellation en descente	Difficulté <sup>1</sup>	Signalisation propre	Information propre	Réservations centralisées	Transport des valises	Guide	Guide d'itinéraires	Cartographie propre	Location de matériel	Gare
Des Pyrénées catalanes à la mer	6	262,2	+1.300	-1.970	●	OUI	OUI	NON	OUI	OUI	NON	NON	OUI	OUI
Un circuit par la Plaine du Ponent	6	327,7	+4.270	-4.270	●	NON	NON	NON	NON	NON	NON	NON	NON	OUI
Du Montblanc à l'Ebre en bicyclette	6	289,2	+3.100	-3.450	●	NON	NON	NON	NON	NON	NON	NON	NON	OUI

<sup>1</sup> Niveau de difficulté de la route en général

Facile: ● Intermédiaire: ● Difficile: ●

# CONSEILS PRATIQUES

Conseils pour la pratique du cyclotourisme:

- Evaluer si la préparation physique est appropriée à la route choisie, être conscient de ses propres limites et agir avec bon sens.
- Avant de partir, vérifier l'état du vélo. Contrôler les lumières et les réfléchissants, les freins, les pneus, le dérailleur et la chaîne, graisser les parties mobiles, compléter les outils et les pièces de rechange nécessaires (pompe, huile, leviers pour enlever le pneu, kit de réparation de crevaisons, kit d'outils, pneumatiques de rechange, câbles de freins et rechanges...).
- Il est recommandé de porter les paquets à l'arrière dans des sacs latérales.
- Emporter un équipement adéquat (gants de vélo, casque, compteur kilométriques et GPS si nécessaire...).
- Les caractéristiques des routes proposées rendent indispensable l'usage de cartes topographiques (celles à l'échelle de 1:50.000 sont les plus adaptées).
- Avoir les informations nécessaires et suffisantes de la zone: possibilité de logement le long de la route, téléphone de secours, etc.
- Consulter les prévisions météorologiques.
- Avoir informé un proche, famille ou ami, du parcours prévu.
- En été il est conseillé de prendre une deuxième bouteille d'eau et prévoir son remplacement continuellement.
- Respecter la priorité des piétons et les règles de circulation.
- Respecter l'environnement et le milieu naturel.



RÉPERTOIRE



## Services sur les routes pour les ran-donneurs

### Routes:

- 1: Des Pyrénées catalanes à la mer en bicyclette
  - 2: Un circuit par la Plaine du Ponent
  - 3: Du Montblanc à l'Ebre en bicyclette
- 
- **Ocigirona (1)**  
[www.ocigirona.net](http://www.ocigirona.net)
  - **Costa Brava Verd Hotels (1)**  
[www.reservashoteles.net](http://www.reservashoteles.net)
  - **Canoa Kayak (3)**  
[santi.borras@teleline.es](mailto:santi.borras@teleline.es)
  - **Centre BTT de Mont-roig del Camp Miami platja (3)**  
[www.miamiplatja.net](http://www.miamiplatja.net)
  - **Cicles JK (1)**  
[www.ciclesjk.com](http://www.ciclesjk.com)
  - **Cicloturisme i Medi Ambient (1)**  
[www.cicloturisme.com](http://www.cicloturisme.com)
  - **Consorti Vies Verdes de Girona (1)**  
[www.viesverdes.org](http://www.viesverdes.org)
  - **Drac Actiu (3)**  
[www.dracactiu.com](http://www.dracactiu.com)
  - **El Travel (1)**  
[www.eitravel.com](http://www.eitravel.com)
  - **Estació Nàutica L'Estartit - Illes Medes (1)**  
[www.enestartit.com](http://www.enestartit.com)

- **Estació Nàutica Badia de Palamós i Calonge-Sant Antoni (1)**  
[www.estacionauticabadia.com](http://www.estacionauticabadia.com)
- **La Barrancada (3)**  
[www.labarrancada.com](http://www.labarrancada.com)
- **Llop Aventura (3)**  
[www.llopaventura.com](http://www.llopaventura.com)
- **Naturatour (1,2,3)**  
[www.naturatour.com](http://www.naturatour.com)
- **Naturetime events (3)**  
[www.cefores.net](http://www.cefores.net)
- **Rotpunkt (3)**  
[info@rotnatura.com](mailto:info@rotnatura.com)

## Information pour les randonneurs

- **Turisme de Catalunya**  
[www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme](http://www.turismedecatalunya.com/cyclotourisme)  
[www.turismedecatalunya.com/turismeactiu](http://www.turismedecatalunya.com/turismeactiu)
- **Centres BTT Catalunya**  
[www.turismedecatalunya.com/btt](http://www.turismedecatalunya.com/btt)
- **Consorti Vies Verdes de Girona**  
[www.viesverdes.org](http://www.viesverdes.org)
- **FCC - Federació Catalana de Ciclisme**  
[www.fedecat.cat](http://www.fedecat.cat)
- **Rutes del Palau Robert**  
[www.gencat.net/probert](http://www.gencat.net/probert)
- **Via Verda Terra Alta**  
[www.terra-alta.org/index.htm](http://www.terra-alta.org/index.htm)
- **Via Verda Baix Ebre**  
[www.baixebre.org](http://www.baixebre.org)

## Club Turisme Actiu (Club Tourisme Actif) de Turisme de Catalunya

### Entreprises membres

Le “Club Turisme Actiu” réunit des entreprises et des institutions qui travaillent ensemble pour promouvoir et commercialiser les activités de loisirs qui se déroulent en plein air sans dégrader l’environnement.

[www.turismedecatalunya.com/turismeactiu](http://www.turismedecatalunya.com/turismeactiu)

### Entreprises et Entités comme Ressource principale le logement

#### Agences d'accueil et Entreprises de services

- **Associació Estacions Nàutiques de Catalunya**  
[www.encatalunya.info](http://www.encatalunya.info)
- **Atlas Natura**  
[www.atlasnatura.com](http://www.atlasnatura.com)
- **Badia Tucana**  
[www.badiatucana.com](http://www.badiatucana.com)
- **Baló Tour**  
[www.balotour.com](http://www.balotour.com)
- **Bonviure**  
[www.bonviure.com](http://www.bonviure.com)
- **Cathelicopters**  
[www.cathelicopters.com](http://www.cathelicopters.com)
- **Fang Aventura**  
[www.fangaventura.com](http://www.fangaventura.com)
- **Giroguies**  
[www.giroguies.com](http://www.giroguies.com)
- **Helipistas**  
[www.barcelonahelicopters.com](http://www.barcelonahelicopters.com)
- **Infini Air**  
[www.infiniair.com](http://www.infiniair.com)

- **La Selva de l’Aventura**  
[www.selvaventura.com](http://www.selvaventura.com)
- **Medaqua**  
[www.medaqua.com](http://www.medaqua.com)
- **Natura & Aventura**  
[www.naturayaventura.com](http://www.naturayaventura.com)
- **Nòmades Rurals**  
[www.camidelsparcs.com](http://www.camidelsparcs.com)
- **Obrint Via**  
[www.obrintvia.com](http://www.obrintvia.com)
- **Parc d’Aventura Activ Natura**  
[www.activ-natura.com](http://www.activ-natura.com)
- **Parc Olímpic del Segre**  
[www.parcolimpic.com](http://www.parcolimpic.com)
- **Port-Ainé Sport Center**  
[www.port-aïne.com](http://www.port-aïne.com)
- **Prades Aventura**  
[www.pradesaventura.com](http://www.pradesaventura.com)
- **Rafting Llavorsí**  
[www.raftingllavorsi.com](http://www.raftingllavorsi.com)
- **Roc Roi**  
[www.rocroi.com](http://www.rocroi.com)
- **Rutac Rutes Turístiques i d’Aventura Catalunya**  
[rutacsl@telefonica.net](mailto:rutacsl@telefonica.net)
- **Segre Mitjà**  
[www.segremitja.com](http://www.segremitja.com)
- **Taga Esports Natura**  
[www.taga.ws](http://www.taga.ws)
- **Terra Diversions**  
[www.terradiversions.com](http://www.terradiversions.com)
- **Tornasol Aventura**  
[www.tornasol.com](http://www.tornasol.com)
- **Tour Turístic**  
[www.i-santapau.com](http://www.i-santapau.com)
- **Turisnat Pirineu Resort**  
[www.turisnatpirineus.com](http://www.turisnatpirineus.com)

#### Logement

- **Associació de Càmpings de Muntanya i del Pirineu Català**  
[www.ocipirineu.com](http://www.ocipirineu.com)
- **Associació de Càmpings i C.V. de Barcelona**  
[www.campingsbarcelona.com](http://www.campingsbarcelona.com)
- **Costa Brava Verd Hotels**  
[www.reservashoteles.net](http://www.reservashoteles.net)
- **e-activ-hotels**  
[www.e-activ-hotels.com](http://www.e-activ-hotels.com)
- **Gourmethotel**  
[www.gourmethotel.org](http://www.gourmethotel.org)
- **Rafael Hoteles La Pleta \*\*\*\*\***  
[www.lapleta.com](http://www.lapleta.com)
- **El Montanyà Resort & Spa \*\*\*\***  
[www.elmontanya.com](http://www.elmontanya.com)
- **Hotel Can Boix de Peramola \*\*\*\***  
[www.canboix.cat](http://www.canboix.cat)
- **Hotel Carlemany \*\*\*\***  
[www.carlemany.es](http://www.carlemany.es)
- **Hotel La Costa Golf & Beach Resort \*\*\*\***  
[www.resortlacosta.com](http://www.resortlacosta.com)
- **Hotel El Grèvol \*\*\*\***  
[www.hotelgrevol.com](http://www.hotelgrevol.com)
- **Hotel Berga Park \*\*\***  
[www.hotelbergapark.com](http://www.hotelbergapark.com)
- **Hotel Condes del Pallars \*\*\***  
[www.condesdelpallars.com](http://www.condesdelpallars.com)
- **Hotel Estanys Blaus \*\*\***  
[www.llacscardos.com](http://www.llacscardos.com)
- **Hotel Garbí \*\*\***  
[www.hotelgarbi.com](http://www.hotelgarbi.com)

- **Hotel Husa Sant Bernat \*\*\***  
[www.hotelhusasantbernat.com](http://www.hotelhusasantbernat.com)
- **Hotel Solana del Ter \*\*\***  
[www.solanadelter.com](http://www.solanadelter.com)
- **Hotel Terramar \*\*\***  
[www.hterramar.com](http://www.hterramar.com)
- **Hotel Urbis \*\*\***  
[www.hotelurbiscentre.com](http://www.hotelurbiscentre.com)
- **Hotel Batalla \***  
[www.hotelbatalla.com](http://www.hotelbatalla.com)
- **Apartaments El Muig Turisme Rural**  
[www.elmuig.com](http://www.elmuig.com)
- **Apartaments Villa Engracia**  
[www.villaengracia.com](http://www.villaengracia.com)
- **Càmping Berga Resort - 1a categoria**  
[www.bergaresort.com](http://www.bergaresort.com)
- **Càmping Ecològic Lava - 2a categoria**  
[www.i-santapau.com/camping.htm](http://www.i-santapau.com/camping.htm)
- **Alberg la Bruna**  
[www.alberglabruna.com](http://www.alberglabruna.com)

#### Agences d'accueil et Entreprises de services

- **A Peu**  
[www.a-peu.com](http://www.a-peu.com)
- **Agenda Gestió Esportiva**  
[www.agenda-sportsactivities.com](http://www.agenda-sportsactivities.com)





- **Alt Empordà Turisme**  
[www.empordaturisme.com](http://www.empordaturisme.com)
- **Boí Taüll Resort**  
[www.boitauillresort.com](http://www.boitauillresort.com)
- **Catatour**  
[www.catatour.com](http://www.catatour.com)
- **Cicloturisme i Medi Ambient**  
[www.cicloturisme.com](http://www.cicloturisme.com)
- **Delta Turístic & Rent**  
[www.deltaturistic.com](http://www.deltaturistic.com)
- **El Travel**  
[www.eitravel.com](http://www.eitravel.com)
- **Grans Espais Ski i Aventura**  
[www.gransespais.com](http://www.gransespais.com)
- **Grupo Natura**  
[www.grupo-natura.com](http://www.grupo-natura.com)
- **Makà Ecotourism**  
[www.makaecotourism.com](http://www.makaecotourism.com)
- **Molineu Viatges**  
[www.lamolina.es](http://www.lamolina.es)
- **Turing Cerdanya Turisme i Aventura**  
[www.turingcerdanya.com](http://www.turingcerdanya.com)
- **Turisverd**  
[www.turisverd.com](http://www.turisverd.com)
- **Vall de Núria**  
[www.valldenuria.cat](http://www.valldenuria.cat)

## Entités de Promotion Touristique

- **Ajuntament de Castelló d'Empúries - Oficina de Turisme**  
[www.castello.cat](http://www.castello.cat)
- **Ajuntament de Tremp**  
[www.ajuntamentdetremp.cat](http://www.ajuntamentdetremp.cat)
- **Consell Comarcal del Berguedà**  
[www.elbergueda.cat](http://www.elbergueda.cat)
- **Consell Comarcal del Pallars Jussà**  
[www.pallarsjussa.net](http://www.pallarsjussa.net)
- **Consell Regulador Camí dels Bons Homes**  
[www.camidelsbonshomes.com](http://www.camidelsbonshomes.com)
- **Consorci de Promoció Turística Costa del Maresme**  
[www.costadelmaresme.cat](http://www.costadelmaresme.cat)
- **Consorti Ripollès Desenvolupament**  
[www.elripolles.com](http://www.elripolles.com)
- **Consorti de Turisme de l'Alt Berguedà**  
[www.altbergueda.com](http://www.altbergueda.com)
- **Emporda-Costa Brava Consell Comarcal del Baix Empordà**  
[www.visitemporda.com](http://www.visitemporda.com)
- **Enoturisme Penedès - Camins del Vi i del Cava**  
[www.altpenedes.net](http://www.altpenedes.net)
- **Mancomunitat de la Vall de Camprodon**  
[www.valdecamprodon.org](http://www.valdecamprodon.org)
- **Ocigirona**  
[www.ocigirona.net](http://www.ocigirona.net)
- **Oficina de Promoció Turística Diputació de Barcelona**  
[www.turismetotal.org](http://www.turismetotal.org)
- **Oficina de Turisme de Vic**  
[www.victurisme.cat](http://www.victurisme.cat)
- **Osona Turisme**  
[www.osonaturisme.cat](http://www.osonaturisme.cat)
- **Patronat Comarcal de Turisme de la Cerdanya**  
[www.cerdanya.org](http://www.cerdanya.org)
- **Patronat de Turisme Costa Brava Girona**  
[www.costabrava.org](http://www.costabrava.org)
- **Patronat de Turisme Diputació de Lleida**  
[www.lleidatur.com](http://www.lleidatur.com)
- **Patronat de Turisme Diputació de Tarragona**  
[www.costadaurada.info](http://www.costadaurada.info)
- **Patronat de Turisme Diputació de Tarragona Terres de l'Ebre**  
[www.terresdelebre.org](http://www.terresdelebre.org)
- **Patronat Municipal de Turisme de Cambrils**  
[www.cambrils-turisme.com](http://www.cambrils-turisme.com)

- **Turisme Val d'Aran**  
[www.turisme.aran.org](http://www.turisme.aran.org)
- **Turisme de Barcelona**  
[www.barcelonaturisme.cat](http://www.barcelonaturisme.cat)
- **Turisme de Sitges Agencia de Promoció**  
[www.sitgestur.com](http://www.sitgestur.com)
- **Turisme Garrotxa**  
[www.turismegarrotxa.com](http://www.turismegarrotxa.com)

## Entités et associations touristiques

- **Consorti de promoció turística Costa del Maresme**  
[www.costadelmaresme.org](http://www.costadelmaresme.org)
- **Diputació de Barcelona**  
[www.turismetotal.org](http://www.turismetotal.org)
- **Patronat de Turisme Costa Brava Girona**  
[www.costabrava.org](http://www.costabrava.org)
- **Patronat de Turisme Diputació de Lleida**  
[www.lleidatur.com](http://www.lleidatur.com)
- **Patronat de Turisme de la Diputació de Tarragona**  
[www.costadaurada.info](http://www.costadaurada.info)  
[www.terresdelebre.org](http://www.terresdelebre.org)
- **Torisme Val d'Aran**  
[www.torisme.aran.org](http://www.torisme.aran.org)
- **Turisme de Barcelona**  
[www.barcelonaturisme.cat](http://www.barcelonaturisme.cat)
- **ACAV - Associació Catalana d'Agències de Viatges**  
[www.acav.net](http://www.acav.net)
- **ARAC - Associació d'Agències de Viatge Receptives de Catalunya**  
[www.aracat.com](http://www.aracat.com)

## Centres de Promoció Touristique (CPT) de la Catalogne

### TURISME DE CATALUNYA

Pg. de Gràcia 105, 3r  
08008 Barcelona  
Tel. +34 934 849 900  
[www.catalunyaturisme.com](http://www.catalunyaturisme.com)

- **CPT Madrid**  
[turisme.blanquerna@gencat.net](mailto:turisme.blanquerna@gencat.net)
- **CPT Alemanya, Frankfurt**  
[info@katalonien-tourismus.de](mailto:info@katalonien-tourismus.de)
- **CPT Itàlia, Milà**  
[info@catalogna-turismo.it](mailto:info@catalogna-turismo.it)
- **CPT Xina, Beijing**  
[ct.li@gencat.net](mailto:ct.li@gencat.net)
- **CPT Benelux, Brussel·les**  
[info@catalunya-turisme.org](mailto:info@catalunya-turisme.org)
- **CPT Regne Unit i Irlanda, Londres**  
[catalonia@catalantouristboard.co.uk](mailto:catalonia@catalantouristboard.co.uk)
- **CPT França, París**  
[p-casaperpinya@gencat.net](mailto:p-casaperpinya@gencat.net)  
(Perpinyà)
- **CPT Països Nòrdics, Hèlsinki**  
[ctb@wtc.fi](mailto:ctb@wtc.fi)
- **CPT Països de l'Est, Moscou**  
[jose@rosmail.ru](mailto:jose@rosmail.ru)

### ©Generalitat de Catalunya

Departament d'Innovació, Universitats  
i Empresa

Editeur: Turisme de Catalunya  
[www.catalunyaturisme.com](http://www.catalunyaturisme.com)  
Dépositaire légal: B-1507-2008  
Définition (délimitation) des routes et  
contenus techniques:  
Acna Activitats Natura  
Mise en page, maquette et production  
exécutive: Anfibic  
Imprimeur: Gràfiques Cuscó  
Photographies: M. Bartomeus, Xevi  
Hernández, Georama, Vall de Boí,  
Rafael López-Monné, Arthur Friedrich  
Selbach, Oriol Llauredó, José Luis  
Rodríguez, Jordi Bastart.

Turisme de Catalunya souhaite remer-  
cier pour leur collaboration toutes les  
entreprises et entités qui ont apporté  
informations et photographies et ont  
ainsi permis l'élaboration de cette  
publication.



