



Entorn de Pardines



Avià



Navata



La Vall de Lord



Serradell, Montsec - Coll d'Ares, Ager i Miria Sanjaume i Sosa



Mines de Liat. ©Mikael Helsing



Pantà de Susqueda, Sant Hilari Sacalm

Esport, Natura i Emoció en majúscules. Aquests són els principals atractius que ofereix la TransCatalunya, una proposta d'itinerari de llarg recorregut per a bicicleta tot terreny que permet fer la **volta a Catalunya enllaçant els diferents Centres BTT de Catalunya.**

### Tot un repte sobre dues rodes!

La TransCatalunya és una ruta de llarg recorregut que enllaça els Centres BTT que formen part de la xarxa de Centres BTT Catalunya.

Aquesta ruta està formada per diferents itineraris que s'uneixen entre si de manera que permeten fer la **volta a Catalunya i passar per tots els Centres BTT Catalunya.**

Tota la ruta suma més de 1.200 km, amb desnivells acumulats per etapa d'entre 40 i 2.800 metres i una durada total aproximada de 120 hores. El resultat és un gran itinerari lineal idoni per a ser recorregut en etapes.

La **ruta TransCatalunya** està pensada per a recórrer-la amb l'ajuda del GPS (Global Positioning System) perquè **està totalment georeferenciada**, tot i que, en aquells trams dels itineraris que utilitzen les rutes ja existents d'un Centre BTT, hi trobarem la senyalització específica dels Centres BTT Catalunya.

Per a descarregar-vos els arxius de dades GPS de tots els itineraris i de cada etapa, així com mapes amb la ruta, fitxa tècnica i descripció dels recorreguts heu de consultar el lloc web [www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com).

La **TransCatalunya** es caracteritza pel seu gran interès esportiu, paisatgístic, natural i cultural. Tota aquesta diversitat d'atractius converteix Catalunya en una destinació del tot indicada per als amants de la BTT. Trobareu informació turística addicional de Catalunya al lloc web [www.catalunya.com](http://www.catalunya.com).

### Grans itineraris per a una ruta única

Actualment hi ha tres itineraris definits de la ruta TransCatalunya. Un és l'itinerari de la **Catalunya Central-Pirineus**, amb vuit etapes que sumen 450 km, i desnivells per etapa d'entre 300 i 2.800 metres. L'itinerari de la **Mediterrània**, consta de set etapes, amb un total de 420 km de recorreguts i desnivells per etapa d'entre 550 i 1.900 metres. L'altre itinerari de la TransCatalunya és el de **Ponent**, que té vuit etapes, 350 km i desnivells per etapa d'entre 40 i 1.500 metres.

### Dos itineraris per completar la ruta

Partint de l'itinerari de la Catalunya Central-Pirineus hi ha dos itineraris que estan en projecte i que completen la unió de tots els Centres BTT. Són l'itinerari de la **Val d'Aran** i l'itinerari de la **Costa Brava Pirineu de Girona**. Un cop estiguin del tot definits se'n podrà trobar tota la informació al lloc web.

Recórrer la TransCatalunya requereix el compliment d'una sèrie de mesures bàsiques de seguretat i respecte de l'entorn, per tal d'aprofitar al màxim aquesta trepidant experiència sobre dues rodes.

Trobareu els detalls de les recomanacions de seguretat per als ciclistes, els consells per a la realització respectuosa dels recorreguts i tota la informació necessària per a realitzar la TransCatalunya al lloc web:

[www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com)

*Deporte, Naturaleza y Emoción en mayúsculas. Estos son los principales atractivos que ofrece la TransCatalunya, una propuesta de itinerario de largo recorrido para bicicleta de montaña que permite dar la **vuelta a Catalunya enlazando los distintos Centros BTT de Catalunya.***

### ¡Todo un reto sobre dos ruedas!

La *TransCatalunya* es una ruta de largo recorrido que enlaza los Centros BTT que forman parte de la red de Centros BTT Catalunya.

Esta ruta está formada por distintos itinerarios que se unen entre sí de forma que permiten dar la **vuelta a Catalunya con el objetivo de pasar por todos los Centros BTT Catalunya.**

Toda la ruta suma más de 1.200 Km, con desniveles acumulados por etapa de entre 40 y 2.800 metros y una duración total aproximada de 120 horas. El resultado es un gran itinerario global apto para recorrer por etapas.

La **ruta TransCatalunya** está pensada para recorrerla con la ayuda de un GPS (Global Positioning System), porque **está totalmente georeferenciada**, a pesar de que, en aquellos tramos de los itinerarios que utilizan las rutas ya existentes de un Centro BTT, encontraremos la señalización específica de los Centros BTT Catalunya.

Para descargar los archivos de datos GPS de todos los itinerarios y de cada etapa, así como los mapas con la ruta, ficha técnica y descripción de los recorridos, debéis consultar la página web [www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com).

La **TransCatalunya** se caracteriza por su gran interès deportivo, paisajístico, natural y cultural. Toda esta diversidad de atractivos convierte Catalunya en un destino indicadísimo para los amantes de la BTT. Encontraréis información turística adicional de Catalunya en la página web [www.catalunya.com](http://www.catalunya.com).

### Grandes itinerarios por una ruta única

En la actualidad hay tres itinerarios definidos de la ruta TransCatalunya. Uno de ellos es el itinerario **Catalunya Central-Pirineos**, con ocho etapas que suman 450 Km y desniveles por etapa de entre 300 y 2.800 metros. El itinerario del **Mediterráneo** cuenta con siete etapas, con un total de 420 Km de recorridos y desniveles por etapa de entre 500 y 1.900 metros. El otro itinerario de la TransCatalunya es el de **Poniente**, que tiene ocho etapas, 350 Km y desniveles por etapa de entre 40 y 1.500 metros.

### Dos itinerarios para completar la ruta

Partiendo del itinerario de Catalunya Central-Pirineos hay dos itinerarios que están en proyecto y que completan la unión de todos los centros BTT. Son el itinerario de la **Val d'Aran** y el itinerario de la **Costa Brava Pirineo de Girona**. Cuando estén definidos del todo, se podrá encontrar toda la información en la página web.

Recorrer la ruta TransCatalunya requiere el cumplimiento de una serie de medidas básicas de seguridad y de respeto por el entorno para aprovechar al máximo esta trepidante experiencia sobre dos ruedas.

Encontraréis el detalle de las recomendaciones de seguridad para los ciclistas, los consejos para la realización respetuosa de los recorridos y toda la información necesaria para hacer la ruta TransCatalunya en la página web:

[www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com)

Centres BTT Catalunya  
[www.btt.catalunya.com](http://www.btt.catalunya.com)

Catalunya és BTT  
*Catalunya es BTT*

**El Baix Empordà**  
Castell d'Aro. Tel. 972 825 151  
centrebtt.be@ciclesjk.com  
www.visitemporda.com

**El Berguedà**  
Avià. Tel. 938 230 131 - 608 192 511  
info@parapent.cat  
www.elbergueda.cat

**El Gironès**  
Quart. Tel. 972 468 242  
btt@girones.cat  
www.girones.cat/turisme

**El Lluçanès**  
Prats de Lluçanès. Tel. 938 508 160  
turisme.consorci@llucares.cat  
www.turisme.llucares.cat

**El Montsec - La Noguera**  
Ager. Tel. 973 455 200  
Os de Balaguer. Tel. 973 438 006  
consell@ccnoguera.cat  
www.nogueraturisme.cat

**El Pallars Jussà**  
La Pobla de Segur. Tel. 973 680 644  
patronatesports@pobladesegur.cat  
www.pobladesegur.cat

**El Pla de l'Estany-Banyoles**  
Porqueres. Tel. 699 770 647 - 686 385 797  
centrebtt@plaestany.net  
www.plaestany.cat/centrebtt

**El Ripollès**  
Sant Joan de les Abadesses  
Tel. 972 720 495  
alberg@santjoandesabadesses.com  
www.rutadelferro.com

**El Solsonès - La Vall de Lord**  
Sant Llorenç de Morunys  
Tel. 973 492 181  
turisme@turismesolsones.com  
www.centrebttolsones-valldelord.com

**La Plana de Vic**  
Vic. Tel. 938 894 938  
alberg.vic@gencat.cat  
www.xanascat.cat

**La Selva**  
Amer  
Tel. 972 430 160  
informaciot@amer.cat  
Tossa de Mar  
Tel. 972 340 108  
info@infotossa.com  
www.laselvaturisme.com

**La Seu d'Urgell**  
La Seu d'Urgell  
Tel. 973 360 092  
parcolimpic@parcolimpic.com  
www.parcolimpic.com

**La Val d'Aran**  
Betren  
Tel. 973 640 024  
info@coposbike.com  
www.visitaldaran.com

**Mont-roig - Miami platja**  
Mont-roig del Camp  
Tel. 977 810 978 - 626 771 607  
turisme@mont-roig.cat  
www.mont-roig.cat

**Salines-Bassegoda**  
Maçanet de Cabrenys.  
Tel. 972 544 297 - 972 544 005  
turisme@massanet.org  
Navata.  
Tel. 972 98 29 83 - 872 00 41 09  
ajuntament@navata.org  
Albanyà - Càmping Bassegoda Park  
Tel. 972 542 020  
info@bassegodapark.com  
Vilafant.  
Tel. 972 502 850  
info@sappysport.com  
www.salines-bassegoda.org/centrebtt

**Santa Susanna-Montnegre**  
Santa Susanna.  
Tel. 937 679 170 - 696 470 658  
centre@bttasantasusanna.com  
www.stasusanna-online.com

**Vall de Sau - Collsacabra**  
Centre d'oci d'Anigami - L'Esquirol.  
Tel. 937 447 295 - 618 231 012  
N 42° 02' 43" E 02° 22' 41"  
info@anigami.cat • www.saucollscabra.cat

Catalunya és un territori divers amb infinitat de recursos naturals, paisatgístics, culturals, gastronòmics i turístics. La seva varietat de paisatges i el clima benigne ens conviden a gaudir de la bicicleta tot terreny (BTT) durant tot l'any als **Centres BTT Catalunya.**

Els **Centres BTT Catalunya** són espais d'accés lliure habilitats per a la pràctica de la bicicleta tot terreny (BTT o mountain bike). Tots els Centres BTT Catalunya tenen, com a mínim, un Punt d'Acolliment des del qual ofereixen informació turística i serveis complementaris relacionats amb aquesta activitat esportiva i de lleure. Al mateix temps, esdevenen punts de partida dels diferents itineraris senyalitzats de la rodalia. Totes les rutes d'un Centre BTT sumen un mínim de 100 km, tenen diferents nivells de dificultat i estan senyalitzades, amb una senyalització específica, per tal de facilitar al màxim els recorreguts i el coneixement de la riquesa natural, paisatgística i cultural del país.

La xarxa **Centres BTT Catalunya**, iniciativa pionera a l'Estat espanyol, consta de **17 Centres BTT** que sumen **265 rutes i més de 6.200 km senyalitzats.**  
[www.btt.catalunya.com](http://www.btt.catalunya.com).

*Catalunya es un territorio diverso con infinidad de recursos naturales, paisajísticos, culturales, gastronómicos y turísticos. Su variedad de paisajes y el clima benigno nos invitan a disfrutar de la bicicleta de montaña (BTT) durante todo el año en los **Centros BTT Catalunya.***

*Los **Centros BTT Catalunya** son unos espacios de acceso libre habilitados para la práctica de la bicicleta de montaña (BTT o mountain bike). Todos los Centros BTT Catalunya tienen, como mínimo, un Punto de Acogida, desde el cual ofrecen información turística y servicios complementarios relacionados con esta actividad deportiva y de ocio. Al mismo tiempo, se convierten en puntos de partida para los distintos itinerarios señalizados por los alrededores. Todas las rutas de un Centro BTT suman un mínimo de 100 Km, tienen distintos niveles de dificultad y están señalizadas para facilitar al máximo los recorridos y el conocimiento de la riqueza natural, paisajística y cultural del país.*

La red **Centros BTT Catalunya**, iniciativa pionera en España, consta de **17 Centros BTT** que suman **265 rutas y más de 6.200 Km señalizados.**  
[www.btt.catalunya.com](http://www.btt.catalunya.com).

### Agència Catalana de Turisme

Passeig de Gràcia, 105, 3a planta - 08008 Barcelona  
Tel.: +34 934 849 900 - Fax +34 934 849 888  
act@act.cat  
[www.catalunya.com](http://www.catalunya.com) - [www.btt.catalunya.com](http://www.btt.catalunya.com)

**ACT**  
**Agència Catalana de Turisme**

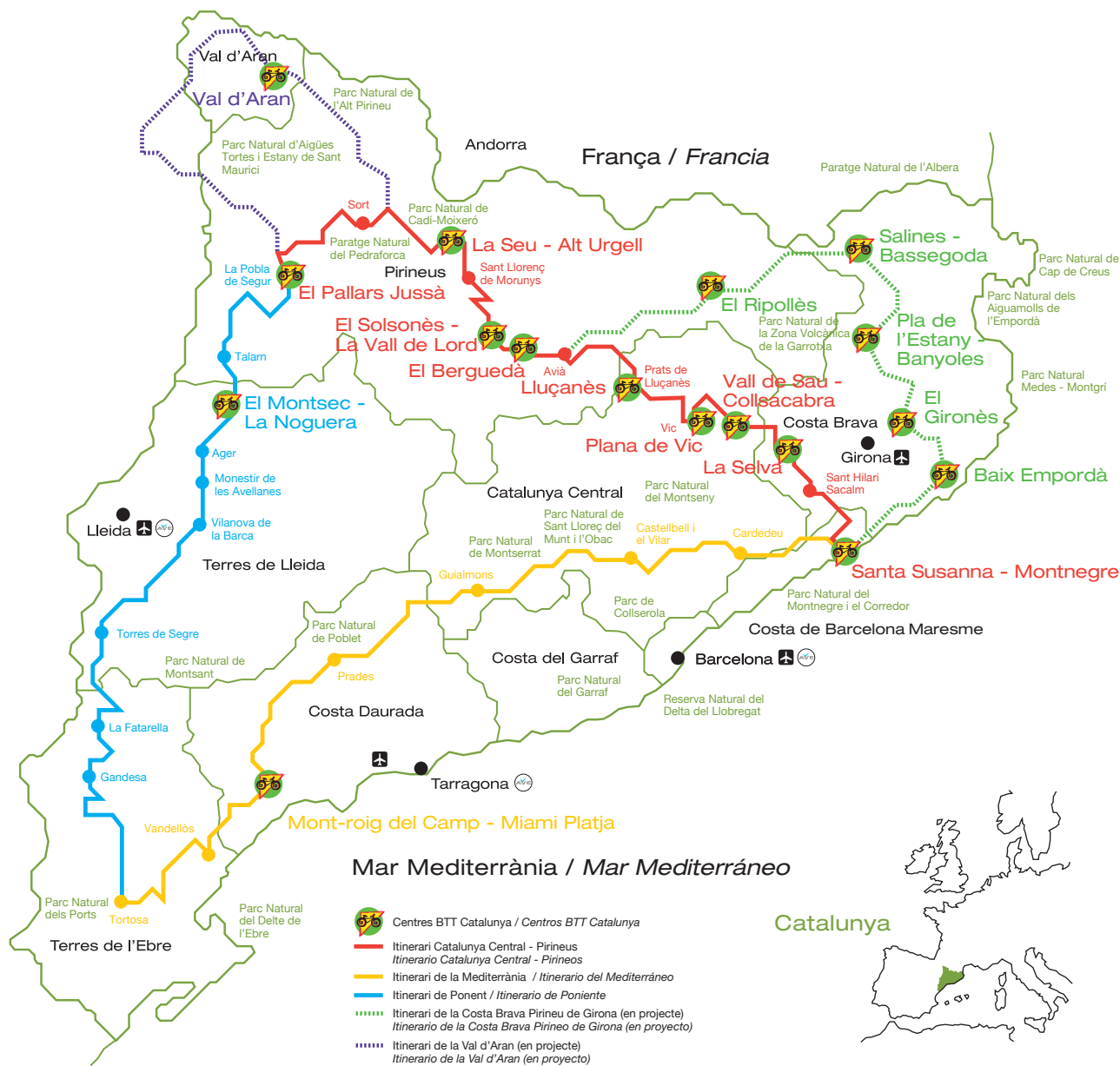
Generalitat de Catalunya



Sant Joan de les Abadesses

D. L. B-36877-2010

[www.catalunya.com](http://www.catalunya.com)  
[www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com)



La ruta TransCatalunya és una ruta heterogènia, on podem trobar trams de poca dificultat i d'altres més exigents. Recomanem consultar les corbes de nivell i el grau de dificultat de cada etapa abans d'iniciar el recorregut.

La ruta TransCatalunya es una ruta heterogénea con tramos de poca dificultad y otros de mayor exigencia. Recomendamos consultar las curvas de nivel y el grado de dificultad de cada etapa antes de iniciar el recorrido.

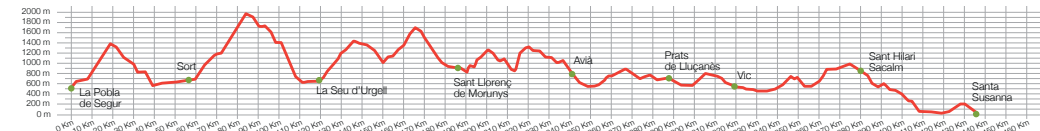
[www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com)

Itineraris / Itinerarios	Etapa / Etapa	Inici / Inicio	Final / Final	Distància (km) / Distancia (Km)	Desnivell (m) / Desnivel (m)	Temps estimat / Tiempo estimado
<b>Catalunya Central - Pirineus</b> <b>Catalunya Central - Pirineos</b> <b>La Pobla de Segur - Santa Susanna</b>	1	La Pobla de Segur	Sort	58	1600	6 h
	2	Sort	La Seu d'Urgell	64	2000	6 h 30 min
	3	La Seu d'Urgell	Sant Llorenç de Morunys	68	2800	6 h
	4	Sant Llorenç de Morunys	Avià	57	1400	6 h
	5	Avià	Prats de Lluçanès	47	600	5 h
	6	Prats de Lluçanès	Vic	33	300	3 h
	7	Vic	Sant Hilari Sacalm	62	1000	6 h
	8	Sant Hilari Sacalm	Santa Susanna	59	1100	6 h

Total km / Total Km: 448 km

Desnivell mig / Desnivel medio: 1350 m

Total temps estimat / Total tiempo estimado: 44 h 30 min

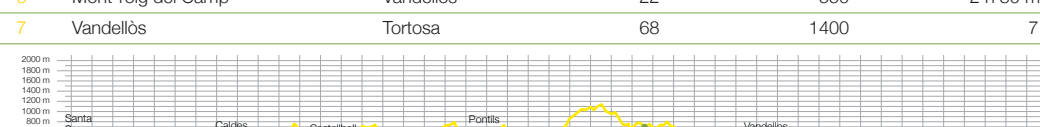


De la Mediterrània / Del Mediterráneo	Etapa / Etapa	Inici / Inicio	Final / Final	Distància (km) / Distancia (Km)	Desnivell (m) / Desnivel (m)	Temps estimat / Tiempo estimado
<b>Santa Susanna - Tortosa</b>	1	Santa Susanna	Cardedeu	56	1500	5 h 30 min
	2	Cardedeu	Castellbell i el Vilar	76	1800	7 h 30 min
	3	Castellbell i el Vilar	Guilmons	71	1900	7 h
	4	Guilmons	Prades	71	1900	7 h
	5	Prades	Mont-roig del Camp	55	1200	5 h
	6	Mont-roig del Camp	Vandellòs	22	550	2 h 30 min
	7	Vandellòs	Tortosa	68	1400	7 h

Total km / Total Km: 419 km

Desnivell mig / Desnivel medio: 1465 m

Total temps estimat / Total tiempo estimado: 41 h 30 min



De Ponent / De Poniente	Etapa / Etapa	Inici / Inicio	Final / Final	Distància (km) / Distancia (Km)	Desnivell (m) / Desnivel (m)	Temps estimat / Tiempo estimado
<b>Tortosa - La Pobla de Segur</b>	1	Tortosa	Gandesa	44	790	4 h
	2	Gandesa	La Fatarella	28	470	3 h
	3	La Fatarella	Torres de Segre	78	600	6 h 30 min
	4	Torres de Segre	Vilanova de la Barca	37	40	2 h
	5	Vilanova de la Barca	Monestir de les Avellaneres	36	370	3 h
	6	Monestir de les Avellaneres	Àger	38	340	3 h
	7	Àger	Talarn	69	1500	7 h 30 min
	8	Talarn	La Pobla de Segur	24	200	2 h

Total km / Total Km: 358 km

Desnivell mig / Desnivel medio: 539 m

Total temps estimat / Total tiempo estimado: 31 h



Total km dels tres itineraris / Total Km de los tres itinerarios: 1225 km

Desnivell mig dels tres itineraris / Desnivel medio de los tres itinerarios: 1118 m

Total temps estimat dels tres itineraris / Total tiempo estimado de los tres itinerarios: 117 h

**Itinerari de la Costa Brava Pirineu de Girona / Itinerario de la Costa Brava Pirineu de Girona** En projecte. Consulteu el lloc web / En proyecto. Consultad la página web.  
**Itinerari de la Val d'Aran / Itinerario de la Val d'Aran** En projecte. Consulteu el lloc web / En proyecto. Consultad la página web.

[www.transcatalunya.catalunya.com](http://www.transcatalunya.catalunya.com)

# Ruta TransCatalunya

## Catalunya en BTT

