

# Sis reptes esportius per aquest estiu a Vallter i Vall de Núria

FGC proposa iniciatives per a aquelles persones que vulguin practicar ciclisme, senderisme o trail running per les carreteres, camins i senders del Ripollès



Els participants podran reviure l'Olla de Núria | Jordi Isasa

Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya (FGC) posa en marxa aquest estiu vuit reptes esportius conduïts a través d'aplicatius digitals [<https://www.turismefgc.cat/outdoor/>] per gaudir de l'esport a l'aire lliure. Es tracta de proves aptes per a aquelles persones que vulguin practicar ciclisme, senderisme o trail running per les carreteres, camins i senders a les estacions pallareses d'Espot i Port Ainé així com a Vall de Núria i Vallter, al Ripollès.

Aquests reptes permeten viure l'esport en llibertat i a la natura sense data ni horari, i posar-se a prova el dia i hora més adequat per a cadascú. Només per participar, ja es pot optar a premis i

sortejos i després de cada recorregut es poden comparar els temps amb la resta de competidors.

La inscripció als reptes de Vallter, Espot i Port Ainé es fa a través del club Strava FGC Turisme Outdoor [<https://www.strava.com/clubs/FGCTurismeOutdoor>] on, a més, es poden consultar les classificacions.

La informació sobre cada repte es pot consultar al web de FGC Turisme [<http://www.turismefgc.cat/outdoor>]. Al perfil de FGC Turisme a Wikiloc [<https://ca.wikiloc.com/wikiloc/user.do?id=1172425&from=0&to=10>] estan disponibles els itineraris i els tracks per seguir-los amb més facilitat.

Els reptes de Vallter i Vall de Núria

L'estació de muntanya de Vall de Núria encapçalava la llista de reptes esportius d'aquest estiu amb cinc itineraris de trail running i senderisme per la vall. Per als més atrevits, Vall de Núria proposa tres reptes: el Camí Vell des de Queralbs fins al santuari de Núria (7.23 km / 848 m+), un dels itineraris de muntanya més característics de Catalunya; la mítica Olla de Núria (21.5 km / 1900 m+), que recorre cims que freqüen els 3.000 m; o la Vertical Olla (4 km / 950 m+), que supera els 950 m de desnivell durant 4 km.

També ofereix altres circuits més tranquils per practicar el senderisme com el Camí Vell, en aquest cas a peu, ja sigui en sentit de pujada o de baixada o la ruta dels Miradors de Núria des de Queralbs (7.8 km / 360 m+), que permet estar en contacte amb la natura, l'excursionisme i el patrimoni històric en un sol itinerari.

El més típic i potser més exigent repte és el que es desenvolupa a l'estació de muntanya de Vallter: la Cronoescalada. Aquest desafiament de ciclisme de carretera es fa en un port de primera categoria que ha estat final d'etapa en diverses edicions de la Volta a Catalunya. Amb sortida al poble de Setcases (a 1.260 m), es tracta d'un espectacular ascens que culmina a l'estació de Vallter (a 2.155 m). Acumula un desnivell

positiu de 887 m en els 12 km de recorregut, que compten amb senyalització vertical en tota la pujada. Considerat el sostre d'asfalt de Catalunya.

Com en la temporada d'hivern, tots els reptes inclouen sortejos i premis per a les millors marques amb l'objectiu de dinamitzar aquestes rutes ciclistes, senderistes i de trail running al Pirineu català.

Font del document:

<https://www.naciodigital.cat/elripolles/noticia/34582/sis-reptes-esportius-estiu-vallter-vall-nuria>