

ESTILS

LES TRAVESSES QUE HAS

CRISTINA TORRA

Un còctel de petits plaers que generen una gran satisfacció. “Per una travessa és una experiència vital única que permet retrobar-se amb un mateix i gaudir dels petits plaers de la vida”, explica Joan Vila, un barceloní que intenta fer-ne una cada any. La sensació d’estirar-se sobre l’herba i contemplar el cel, de remullar-se els peus en un riu gelat o d’al·lucinar amb una nit estel·lar. La satisfacció de pujar una muntanya, d’arribar a un refugi i poder-se dutxar, de caminar sis hores al dia durant tres dies seguits o d’acabar una etapa llarga i dura. Els sentiments de superació, d’esforç i de constància són presents durant una ruta per etapes.

“Per a mi la diferència entre una excursió i una travessa és el fet de no haver de tornar a casa el mateix dia. En només un dia ja ets en un altre món i aquesta sensació de llibertat la trobo única”, comenta Jaume Bonaventura, membre del Centre Excursionista de Catalunya (CEC) i autor del llibre *Les grans travesses de Catalunya*. “És el món de la natura, del silenci, del trobar-te amb tu mateix, de fer grans amistats...”, apunta Xavi Armengol, guia i soci de Rutes Pirineus. Adrià Campo, director de l’escola de muntanya del CEC, hi coincideix, però afegeix que “s’ha de fer amb cura i amb uns coneixements bàsics”. Recorda que “cada any hi ha accidents a la muntanya i una forma de minimitzar-los és tenir una formació mínima, tant si es fan travesses fàcils com de més complicades”.

Si us animeu a provar-ho o si voleu comprovar si ja podeu marcar totes les creuetes, hem preparat una llista amb rutes per etapes per a tots els gustos perquè pugueu descobrir les joies naturals del país. Ens posem en marxa?



ESTELS DEL SUD

GETTY



ELS TRES REFUGIS

GETTY

10 rutes per etapes per descobrir les joies naturals del país



CARROS DE FOC



LA PORTA DEL CEL

GETTY

CAVALLS DEL VENT

És la travessa circular oficial del Parc del Cadí-Moixeró i una de les més famoses de Catalunya. Passa pels vuit refugis del parc i permet fer-se una idea completa dels atractius de la zona. “El Pedraforca és una referència constant; no és una travessa d’alta muntanya, és molt amable”, considera Bonaventura. “A diferència d’altres rutes, té molt bones vistes i hi ha la referència de l’horitzó molt sovint”, explica Armengol. “És una de les travesses que, amb una preparació mínima, recomanaria fer com a iniciació”, afegeix Bonaventura.

84,20 km
Desnivell positiu: 5.600
Etapes: entre 4 i 5

CARROS DE FOC

És l’altra gran travessa mítica catalana. A través d’un recorregut circular, uneix els nou refugis de muntanya que hi ha dins el Parc Nacional d’Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. “Estèticament és brutal. Hi veiem rius, estanys, tot el modelat glacial... Passem per colls, crestes i paisatges espectaculars”, explica Xavi Armengol, guia i soci de Rutes Pirineus. “És una ruta força exigent que té un punt perdedor i per això recomano fer-la amb guia si es té poca experiència en muntanya”, explica Bonaventura.

65 km
Desnivell positiu: 9.200
Etapes: entre 5 i 7

LA PORTA DEL CEL

Continuem a l’alta muntanya, però canviem de parc natural. Situada al Parc Natural de l’Alt Pirineu, la Porta del Cel té un gran atractiu: pujar a la Pica d’Estats, el cim més alt de Catalunya. Si us animeu a fer-la, a més, coneixereu l’estany de Certascan, l’estany natural més gran del Pirineu, i també descobrireu la zona de l’Arieja, al vessant nord. “És un terreny semblant al de Carros de Foc, però la ruta és més solitària perquè la fa menys gent. És molt salvatge”, considera Armengol.

65 km
Desnivell positiu: 11.000
Etapes: 5



GETTY

LA PASS’ARAN

Aquesta ruta transfronterera entre la Vall d’Aran i l’Arieja és una travessa realment exigent. De fet, passa per cinc ports de muntanya que superen els 2.400 metres d’altitud. A més de cinc etapes, també hi ha la possibilitat de pujar a cims tan espectaculars com per exemple el Tuc de Crabèra, el Mont Valier o el Tuc de Maubèrme. “Ofereix un bon contrast entre la cara sud i les grans fagedes que hi ha a la cara nord”, apunta el guia de Rutes Pirineus.

76 km
Desnivell positiu: 5.500
Etapes: 5



WIKIPEDIA

ESTELS DEL SUD

“És una joia amagada al massís del Port”. Així defineix la travessa Estels del Sud Jaume Bonaventura. Situada al Parc Natural dels Ports, és una ruta arrelada, però força desconeguda. “No és alta muntanya, però és sorprenent perquè el sud és poc conegut, però especialment bonic”, afegeix l’autor del llibre de les travesses. Hi coincideix el guia de Rutes Pirineus: “És la gran desconeguda, tant la ruta com la zona. I té un potencial brutal, amb una visió integral de la zona, un terreny molt abrupte i la sensació d’estar perdut”.

104 km
Desnivell positiu: 4.700
Etapes: 5

DE FER UN COP A LA VIDA



RUTA DEL CISTER

TJERK VAN DER MEULEN



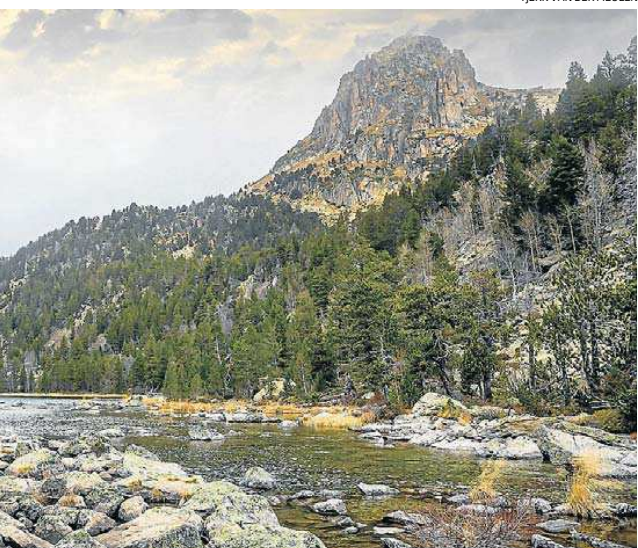
CAVALLS DEL VENT

PERE TORDERA



RUTA DELS REFUGIS

WAYRA FICAPAL



GETTY



QUÈ CAL TENIR EN COMPTE PER FER UNA TRAVESSA?
Les recomanacions d'Adrià Campo, director de l'escola de muntanya del CEC, a l'hora de fer una ruta per etapes:

- Planifiquen bé la ruta que voleu fer, estudeu per on passareu, si hi ha fonts per abastir-se d'aigua o si passeu per prou refugis per agafar provisions.
- Aneu ben equipats. Porteu roba de muntanya, d'abrigar, impermeable i amb protecció solar.
- Consulteu la previsió meteorològica, tant abans de començar la ruta com mentre la feu.
- Sigueu realistes i no feu res més enllà de les vostres possibilitats tècniques i físiques.
- És important tenir coneixements d'orientació amb mapa i brúixola. La tecnologia no sempre funciona.
- Cal que una part del grup tingui formació en muntanya i primers auxilis per evitar accidents o fer-hi front.

TRAVESSA DELS TRES REFUGIS

“És una ruta perfecta per iniciar-se en les travesses, perquè la pots fer més difícil o menys difícil”, explica Bonaventura. La Travessa dels Tres Refugis permet descobrir els Pirineus orientals, concretament la zona alta del Ripollès i la vall de Carança, a la Catalunya del Nord. És circular i es pot començar des de diferents punts, però el més habitual és que comenci i s'acabi a Queralbs. “Si es vol fer simple, farem només el recorregut que uneix els refugis i, si ho volem complicar, afegirem ascensions a cims com el Balandrau, el Gra de Fajol o el Bastiments”, detalla Bonaventura.

52 km
Desnivell positiu: 3.050
Etapes: de 3 a 6

EL CAMÍ DELS BONS HOMES

És una travessa llarga, d'una dotzena de dies, que uneix Berga amb Foix, a l'Arieja. “El paisatge és superb, amb tres passos d'alta muntanya i molta varietat”, comenta Bonaventura. “És una barreja de paisatge, amb poblets preciosos i molta història”, afegeix Armengol. I és que aquesta ruta per etapes segueix el recorregut que van fer els càtars fugint de la repressió de l'Església catòlica al segle XIII. Comença al Berguedà, travessa la Cerdanya i l'Alt Urgell i passa cap a la Catalunya del Nord i l'Arieja.

Entre 189 i 217 km, segons les variants
Desnivell positiu: més de 9.000
Etapes: de 10 a 12

LA RUTA DELS REFUGIS

Una travessa fora del Pirineu que sorprèn. Uneix el Parc Natural de la Serra del Montsant amb les muntanyes de Prades. No té l'espectacularitat d'una ruta d'alta muntanya, però passa per paratges incomparables com Siurana, el poble abandonat de la Mussara, l'ermita de l'Abellera i la vila de Prades, en un itinerari que no supera els 1.200 metres d'altitud.

90 km
Desnivell positiu: 5.000
Etapes: 4



GETTY

LA RUTA DEL CISTER

Els tres grans monestirs cistercencs, Poblet, Vallbona i Santes Creus, units en una sola ruta. Aquesta travessa circular, creada l'any 1996 pel Centre Excursionista la Xiruca Foradada, té l'objectiu de promoure turísticament els monestirs i el seu entorn. Si us animeu a fer-la, tingueu en compte que a l'estiu pot fer-hi molta calor: és millor fer-la a la primavera o a la tardor. Passareu per camps de vinya, ametllers, cereals i oliveres, i per espais protegits com el Paratge Natural de Poblet, les muntanyes de Prades i el Tossal Gros de Miramar. “Una opció molt recomanable per als amants de la història i el patrimoni”, conclou Bonaventura.

105 km
Desnivell positiu 2.830
Etapes: 5

EL CINQUÈ LLAC

És una travessa circular, amb inici i arribada a la Pobla de Segur, que promou el turisme responsable amb allotjament en establiments singulars. Durant més de 100 quilòmetres es visiten paratges menys coneguts del Pirineu fins a arribar al llac de Montcortès, el Cinquè Llac. Un camí rural, inèdit però humanitzat, on els pobles mantenen el seu caràcter original i conserven les festes, els costums, les llegendes i les tradicions. Una travessa diferent que us farà sentir la terra.

105,30 km
Desnivell positiu 6.300
Etapes: 5



GETTY