

DOSSIER DE PRENSA




VAL D'ARAN
La esencia de los Pirineos
www.visitvaldaran.com

BIENVENIDOS A LA VAL D'ARAN	3
NOVEDADES 2014	4
Val d'Aran : primer destino de montaña certificado « Biosphere »	4
Actividades familiares	4
Nuevas instalaciones deportivas: BTT, escalada, paddle	4
Acontecimientos esenciales del calendario deportivo aranés	5
La Val d'Aran Card	5
RAZONES PARA VISITAR VAL D'ARAN A LO LARGO DE TODO EL AÑO	6
LA MONTAÑA Y EL AGUA OFRECEN POSIBILIDADES ILIMITADAS DE ACTIVIDADES	6
Senderismo en estado puro	6
BTT y cicloturismo imprescindible	7
Deportes de invierno y la estación de esquí Baqueira Beret	9
El ráfiting, barranquismo, escalada, etc....	10
Observación de la fauna y la flora de la Val d'Aran	10
* Parque de fauna "Aran Park" en Bossòst	10
La pesca, una de las actividades más antiguas practicadas en la Val d'Aran	11
EL EXTRAORDINARIO Y HERMOSO PATRIMONIO	11
LA GASTRONOMÍA, EL CÁLIDO AMBIENTE Y LAS COMPRAS	12
Las Compras	13
RELAJACIÓN Y BIENESTAR EN UN ENTORNO EXCEPCIONAL	13
ACTIVIDADES FAMILIARES	13
OFERTA DE ALOJAMIENTO	14
UNA OPCIÓN DE DESTINO PARA VIAJES DE NEGOCIOS Y SEMINARIOS	14
DESTINO CERTIFICADO COMO "DESTINO TURÍSTICO DEPORTIVO"	14
PLANIFICAR SU ESTANCIA EN LA VAL D'ARAN	16
Agencias de viajes aranesas	16
Cómo llegar a la Val d'Aran	16
Información electrónica -Internet- y folletos	16
ANEXOS	17
Anexo 1 - Ficha Técnica	17
Anexo 2 - Los principales eventos organizados en la Val d'Aran en 2014	17
Anexo 3 – Mapa de la Val d'Aran	18

NOVEDADES 2014

Val d'Aran : primer destino de montaña certificado « Biosphere »

La Val d'Aran es el primer destino turístico de montaña acreditado como destino turístico sostenible. Con esta certificación se adopta un nuevo sistema integrado de planificación y gestión del turismo que pone en valor el medio ambiente, como uno de los grandes patrimonios del territorio, así como del patrimonio cultural local, que se ha conservado a lo largo de los siglos. De este modo, la Val d'Aran, que se caracteriza por atraer la atención de los turistas a través de la naturaleza, pretende ofrecer a sus visitantes un territorio sostenible y que pueda ser reconocido fuera de sus fronteras como un destino turístico ejemplar.



Actividades familiares

La Val d'Aran consolida su oferta de ocio para las familias dotándose de dos nuevas infraestructuras especialmente adaptadas para acoger a este público : el parque de fauna « **Aran Park** » situado en el Pòrt del Portilhon que permite el descubrimiento de la fauna y flora autóctona de los Pirineos y el parque de aventura « **Naturaran** » con diferentes niveles de recorridos adaptados a todos los públicos.



Con esta finalidad se ha creado una página web especialmente dedicada a la clientela familiar y su compromiso de recepción y acogida de familias se ha visto recompensado convirtiéndose en una de los primeros destinos en recibir la certificación « **Familias Numerosas** » creado por la Federación de Familias Numerosas de España. Esta certificación reconoce que los establecimientos y destinos turísticos disponen de una oferta adaptada a las familias, al mismo tiempo que garantiza unas estructuras de acogida y servicios adaptados, actividades de animación pensadas para los niños de todas las edades guiadas por profesionales, así como tarifas e información específicas a las familias.

Info : www.valdaranenfamilia.com

Nuevas instalaciones deportivas: BTT, escalada, paddle

Dos nuevos circuitos BTT : El éxito de las actividades relacionadas con el mundo de la BTT ha convertido la Val d'Aran en un lugar estratégico para la práctica de este deporte que asocia adrenalina y naturaleza.

- **Un nuevo circuito BTT de competición situado en el Pla de Beret**, es gratuito y está abierto para todo tipo de público. Una distancia de 5 km a una altura media de 1.855 m, con una altura máxima de 1880 m y con una mínima de 1830 m, siendo el desnivel de 170 m. Este circuito se integra en un itinerario ya existente de 25 km entre 1.650 m y 1.900 m con varias ascensiones por las pistas forestales alcanzando los 2500 m. Lo que hace que sea unico en los Pirineos y en España. Este lugar es ideal para realizar acontecimientos deportivos y entrenamientos en altura.
- **En el bosque de Varicauba encontramos un nuevo circuito de descenso de BTT que se inicia en la Bassa d'Oles**. Se proponen dos rutas que atraviesan los municipios de Vielha, Gausac y Aubert : 1/Ruta Azul (nivel intermedio) : 3,6 km de distancia / 500 metros de desnivel. 2/Ruta verde (nivel debutante): 3,2 km de distancia / 400 metros de desnivel.

Info : www.visitvaldaran.com



Dos nuevas instalaciones para los amantes de la escalada, las cuales completan la oferta de la vía ferrata de Les :

- **La nueva vía ferrata de Naut Aran**, la segunda de la Val d'Aran (la primera en Les inaugurada en 2011), está situada en el Poi d'Unha (2.221 m) y consta de 3 tramos principales de una longitud de 775 metros y un desnivel de 500 m. Los 3 tramos se diferencian por su nivel de dificultad : primer tramo de 150 m destinados a los debutantes, el segundo tramo más difícil propone un recorrido de 250 m más espectacular y aéreo, y el tercero y último muy difícil donde se desarrollan los 375 m con una sensación de gran pared. El punto culminante de la vía está situado a 1.950 m. **+Info : www.nautaran.com**
- También existen en el valle otros espacios de escalada cubierta, que completan la oferta incluso pueden realizarse cursillos adaptados a todos los niveles.
- Destacar como novedad también la inauguración de un espacio con diferentes pistas cubiertas de paddle.

Acontecimientos esenciales del calendario deportivo aranés

• **Marxa Beret** : El domingo 2 de Febrero de 2014, la Marxa Beret vuelve a la estación de ski de Baqueira con motivo de su 35ª edición. La carrera que recibe cada año cerca de 1.000 participantes propone 3 distancias : 10, 21 y 42 km que atraviesan el Plan de Beret a 1.850 m de altitud y el pueblo abandonado de Montgarri. Novedades 2014 : demostración de ski de fondo en las calles de Vielha, y prueba TROFEO SALOMON SKATING de 7 km utilizando la técnica del paso de patinador. **+Info : www.marxaberet.com**

• **Ultra Trail Val d'Aran** : Los días 9 y 10 de agosto, la carrera Ultra Trail Val d'Aran se desarrollará por todo el territorio con 3 carreras : Ultra Trail de 99 km, Trail 47 km et Short Trail 14,5 km.
www.utvaldaran.com

• **El Tour de Francia en el Puerto del Portillon** : La 101a edición de « la Grande Boucle » saldrá el 5 de julio de Inglaterra y llegará el 27 de julio a los Campos Elíseos de Paris. Entre las etapas Pirenaicas del Tour de Francia, **el Puerto del Portillon en la Val d'Aran da el punto de salida de las cumbres míticas pirenaicas.**



05/07 > 27/07/2014

La Val d'Aran Card

La nueva tarjeta « Val d'Aran Card », lanzada por la Agencia deth Comèrç dera Val d'Aran, es una tarjeta de fidelización que permite acumular euros virtuales en los establecimientos participantes de la Val d'Aran. El titular de la tarjeta participa también automáticamente en las promociones organizadas por los diferentes establecimientos acumulados. Val d'Aran Card hará vuestra experiencia en la Val d'Aran y vuestro shopping más interesante!

+Info : www.visitvaldaran.com y www.targetavaldaran.com



RAZONES PARA VISITAR VAL D'ARAN A LO LARGO DE TODO EL AÑO

La montaña y el agua ofrecen posibilidades ilimitadas de actividades

El Parque Nacional *Aigüestortes i Estany de Sant Maurici*, cumbres que superan los 3.000 metros y más de 200 lagos, hacen de la Val d'Aran un paraíso natural. Algunos lagos como el Lago Mar o el Tort de Rius están considerados como los más grandes del Pirineo español. Cuando la nieve se derrite, el agua aparece por todas partes. Además de los lagos, miles de cascadas se forman y los ríos Garona y Noguera Pallaresa aumentan su caudal. Sus extensos bosques están formados por abetos, pinos, hayas, nogales, abedules y por supuesto robles. En la primavera, los cerezos silvestres florecen en los valles.

Debido a su excepcional naturaleza, la Val d'Aran ofrece una amplia gama de posibilidades para todos los amantes de las actividades al aire libre, los espacios abiertos, el deporte y el bienestar.

Desde un tranquilo paseo reparador a un sendero desafiante, la Val d'Aran ha adaptado su oferta turística para satisfacer todas las expectativas. Una amplia gama de actividades le permitirá vivir momentos inolvidables en cualquier época del año. Los deportistas, ya sean aficionados o profesionales, encontrarán aquí instalaciones excepcionales para la práctica de su deporte favorito.

Senderismo en estado puro

Muy a menudo, la mejor manera de descubrir un territorio es a pie. La Val d'Aran está situada entre las dos rutas de senderismo transpirenaicas de larga distancia, la GR11 que cruza Catalunya y el sur de Aran y la GR10 que pasa a través de Francia. Otras rutas de senderismo de corta distancia complementan esta red de senderos de montaña, ya que hay más de 300 km de rutas con diferentes grados de dificultad, aptas para todas las edades y niveles, para disfrutar en familia o con amigos.

Caminando por los senderos descubrirá un territorio singular con espacios vírgenes de una belleza cautivadora. Las posibilidades son ilimitadas para todos los amantes de las actividades al aire libre.

En la Val d'Aran, el Circo de Colomèrs, Conangles, Restanca y Saboredó dan acceso al Parque Nacional *Aigüestortes i Estany de Sant Maurici*, donde los visitantes encontrarán todo tipo de rutas. Desde senderos familiares de escasa dificultad que permiten una cómoda contemplación del paisaje, hasta rutas para los que buscan mayores desafíos, con toda una red de itinerarios señalizados y refugios que le permitirán realizar todo tipo de rutas, o de ascensos a picos de alta montaña. Estas cimas en algunos casos pueden superar los 3.000 metros, como el Besiberri Nord (3.015 m) en el Parque Nacional o el Tuc de Molières (3.010 m) en la frontera con Aragón, desde donde se puede admirar en el horizonte el famoso Pico de Aneto.

Entre las numerosas rutas de senderismo propuestas, destacan algunas, como por ejemplo, la **ruta Pla de Beret al Santuario de Montgarri**, (un pueblo abandonado situado a 7 km de distancia), la **ruta de los Siete lagos de Colomers**, el circuito en el **corazón de Toran** o la que le lleva a **Artiga de Lin** (ver mapa de senderismo).

Desde el Pla de Beret, el telesilla Blanhíblar le ofrece la posibilidad de descubrir la Val d'Aran a vista de pájaro. Abierto entre julio y septiembre.

Se ofrecen también **rutas temáticas con pernoctaciones itinerantes organizadas por profesionales** que le permitirán vivir la naturaleza salvaje en todo su esplendor, así como conocer los lugares más secretos y remotos del territorio.

Información: www.senderismovaldaran.com



Información y reservas:

Camin Reiau

www.caminreiau.cat

Recorrido por senderos antiguos que anteriormente servían de medio de comunicación entre los diferentes pueblos de la Val d'Aran y que ya fueron utilizados en el pasado por los romanos. Distancia total: 150 km. Desnivel acumulado: 12.000 m

Carros de Foc

www.carrosdefoc.com

Travesía circular alrededor del Parque Nacional Aigüestortes i Estany de Sant Maurici que se realiza en varias etapas debido a la gran superficie ocupada por el Parque. Alojamiento en refugios de montaña situados en el Parque Nacional. Distancia total: 55 km Desnivel acumulado: 9.200 m

Cuatro cumbres, cuatro lenguas

www.camins.net

Este circuito permite contemplar las cuatro cumbres más importantes ofreciendo unas vistas fantásticas de los alrededores. Cada una de las 4 áreas tiene su propio idioma, su propia cultura y su propia historia. Distancia total: 50 km. Desnivel acumulado: 4.472 m

Encantats

www.andandosinequipaje.com

Ruta que propone la travesía del Parque Nacional por la Val d'Aran, Pallars Sobirà y Alta Ribagorça por las rutas históricas que pasan por las zonas más hermosas del Parque. Ruta circular en 5 etapas que comienza y termina en Vielha. Distancia total: 92 km Desnivel acumulado: 9.070 m

Pass'Aran

www.passaran.com

Bucle transfronterizo de alta montaña (Couserans - Val d'Aran). La ruta sigue el GR-10 y el GR-211 y se puede hacer en 5 etapas. Alojamiento en albergues y casas rurales. Distancia total: 64 km. Desnivel positivo: 5.155 m. Desnivel negativo: 5.050 m

Setau Sagèth

www.setausageth.com

Una excursión a través de la historia de la Val d'Aran, pasando por sus pueblos, ríos, montañas y por el GR-211. Puede realizarse en 5 etapas. Alojamiento en hoteles, albergues y hostales. Distancia total: 103 km Desnivel acumulado: 9.480 m

Via Calda

www.andandosinequipaje.com

Perfecta combinación de senderismo y descubrimiento de aguas termales, que ofrece estancias en hoteles con paquetes de servicios incluidos. Ruta de 4 o 5 etapas. Distancia Total: 60 km.

BTT y cicloturismo imprescindible

Privilegio es la palabra que mejor define la sensación que uno siente al recorrer en bicicleta los senderos, riachuelos y paisajes escarpados de la Val d'Aran.

Por su carácter itinerante, el ciclismo le permite entrar en el corazón de la Val d'Aran ofreciéndole en cada trayecto una aventura para recorrer llanuras y empinados y serpenteantes senderos.

La Val d'Aran cuenta con **más de 400 km rutas homologadas**. Son accesibles para todo tipo de practicante, desde un tranquilo paseo hasta el recorrido más escarpado, técnico y exigente. Sólo hace falta el equipo necesario y una buena compañía.

El **Centro BTT de la Val d'Aran**, le invita a recorrer sus **27 rutas** ofreciéndole opciones para todos los niveles de dificultad. Existen también **recorridos circulares**, claramente señalizados que le



permitirán llegar al mismo punto de partida. En el caso de las rutas lineales también está disponible la opción de transporte público para acceder al inicio de cada una de las rutas.

El Centro BTT es un imprescindible para todos los aficionados a la bicicleta. Además de la información y el asesoramiento en relación con las rutas, también le ofrecerá la opción de alquiler de bicicletas y servicio de reparación en caso de que sea necesario.

El circuito **Val d'Aran Mountain Bike Park** en los bosques de Baricauba está pensado para los profesionales de la BTT. Este espectacular circuito está compuesto por módulos, pasarelas de madera y saltos. El acceso es libre, pero se recomienda ir acompañado por guías profesionales por cuestiones de seguridad.

Durante los meses de verano, el **descenso en BTT por la pista Blanhiblar** (Naut Aran), situado en el Pla de Beret y al que puede acceder mediante el telesilla de Blanhibar, le ofrece una experiencia excepcional y emocionante.

En la zona encontrará todo tipo de tiendas especializadas en el mundo de la bicicleta tanto para la compra como para el alquiler de material de primera gama.

En cuanto a rutas en bicicleta de carretera, existen en el valle **numerosos puertos y carreteras que harán las delicias de los amantes a los grandes desafíos**. Destacar que existen siete puertos de montaña señalizados, con información específica en cicloturismo.

También existe la opción de **rutas temáticas itinerantes** programadas por profesionales que le permitirán conocer el territorio fácilmente, y que sin ninguna duda no dejarán indiferente a quien se atreva con ellas.

Información y reservas:

Pedals de foc – BTT www.pedalsdefoc.com

Ruta de BTT por el perímetro del Parque Nacional d'Aigüestortes, adaptado a todos los niveles, desde el más suave, en 6 fases y en compañía de un guía, hasta el reto de recorrerlo en sólo 3 días. Distancia: 220 km. Desnivel acumulado positivo: 5.800 m

Pedals d'Occitania – BTT www.pedalsdoccitania.com

Trayecto en bicicleta de montaña por Occitània, Aran y Comminges, recorriendo la unión perfecta entre la Val d'Aran y Francia que aprovecha las infraestructuras de turismo rural de la zona y las pistas y caminos que las interconectan. Distancia: 227 km. Desnivel acumulado positivo: 6.000 m

Era Roda - BTT www.eraroda.com

El recorrido ERARODA - 100% Arán se basa en la utilización de un navegador GPS y de una hoja de ruta "EraRodaCard" que permite a

los participantes anticiparse a las etapas, con los desafíos y gráficos de los desniveles. Además, para los que dispongan de tiempo libre al final del día, otra tarjeta indica las actividades que pueden también realizarse a lo largo del itinerario. Al final del recorrido, todos los participantes reciben una camiseta y regalos. Distancia: 210 km. Desnivel acumulado positivo: 7.600m. Novedades ERARODA: EraRoda 120 km – 2/3 días (4.600 m de desnivel acumulado) / EraRoda 160 km – 2 días (5.900 m de desnivel acumulado) / EnduroBike 105 km – 2/3 días (4.300 m de desnivel acumulado)

Desafío Occitan – Cicloturismo www.ledefioccitan.com

Ruta de alta montaña de 197 km atravesando Occitania en bicicleta de carretera. En 2 etapas o para los más valientes que podrán cubrir el trayecto en un solo día. Distancia: 197 km. Desnivel acumulado positivo: 4.500 m

Información: www.bikingvaldaran.com



Deportes de invierno y la estación de esquí Baqueira Beret

Baqueira Beret, considerada por muchos como la mejor estación de esquí de los Pirineos, se ha convertido en un referente nacional e internacional para los amantes de los deportes de invierno. La mayoría de las pistas se encuentran en la cara norte de los Pirineos, condición que garantiza una adecuada cantidad y calidad de nieve. La estación recibe cada temporada aficionados de todas las categorías: esquí alpino, snowboard y esquí nórdico, telemark,

Así mismo, **Baqueira Beret** pone a su disposición 16 **escuelas de esquí**, más de 550 profesores de prestigio internacional y ofrece una amplia variedad de cursos de diversas modalidades, con clases en diferentes idiomas.

Información: www.marxaberet.com

Algunos datos de interés:

- 120 km de pistas
- 78 pistas: 6 verdes, 36 azules, 29 rojas, 7 negras
- 11 km de rutas
- 7 km de circuitos de esquí de fondo
- 138 km para la práctica del esquí y el snowboard
- Snowpark y Stadium de slalom
- Área esquiable: 1.922 Ha
- 33 remontes: 1 telecabina (9 plazas), 20 telesillas (9 desembragables 3x6, 6x4 y 11 de pinza fija 7X3, 4x2), 5 telesquíes (3 telesquíes, 1 telesquí biplaza, 1 telecorda) y 7 cintas transportadoras.
- Capacidad de transporte: 57.983 personas/hora
- Altitud máxima: 2.510 m
- Altitud mínima: 1.500 m
- Desnivel: 1.010 m
- 608 Cañones de nieve
- Máquinas para preparación pistas: 14
- Capacidad de la estación: 17.647 esquiadores

Servicios adicionales:

- 5 tiendas de alquiler de esquís y reparación
- Zonas de estacionamiento; en total, 5.060 plazas (de las cuales 35 están reservadas para los autobuses)
- 15 cafeterías y restaurantes en las pistas
- 4 guarderías de deportes de invierno
- 2 puntos asistencia médica en las pistas
- 1 centro médico privado en Baqueira sector 1.500
- Más de 550 instructores de esquí
- Zona residencial a los pies de las pistas de esquí, hoteles, apartamentos, restaurantes y centros comerciales.

Información: www.baqueira.es

Además de la estación de esquí, durante el invierno en la Val d'Aran pueden realizarse otras actividades que permitirán a los visitantes disfrutar en igual medida de la nieve y de la alta montaña:

- Las excursiones en raquetas, el esquí de montaña le permitirán descubrir impresionantes y emblemáticos paisajes invernales, que de otra manera no permitirían ser alcanzados.
- Y para los amantes de la nieve, que quieren aprovecharse de este tesoro pero de otra forma, el Pla de Beret ofrece el escenario ideal para la práctica de otros deportes de trineos tirados por perros, por caballos y en motos de nieve, todo en pareja, en grupos o en familia. Estas actividades permiten alcanzar el pueblo abandonado de Montgarri, donde se puede disfrutar de un almuerzo o cena en el refugio.
- Y para los más aventureros, el descenso libre y los mejores paisajes. Con los vuelos en helicóptero hasta los picos más altos de la Val d'Aran, podrán disfrutar de la belleza del entorno y gozar al máximo de la nieve virgen acompañado de guías especializados.



En la Val d'Aran, todas estas actividades tienen todos los elementos necesarios para una práctica segura gracias al servicio de previsión de avalanchas constante del Gobierno de la Val d'Aran, a través de la página web creada para esta finalidad: **Información: www.lauegi.conselharan.org**

Para un mayor disfrute y seguridad en la práctica de todas estas actividades, se recomienda el asesoramiento de guías profesionales, así como una buena información previa.

El ráfting, barranquismo, escalada, etc....

Los ríos y cascadas son también un entorno ideal para otros emocionantes deportes acuáticos, como el **barranquismo, el hidrospeed, el rafting y el kayak**.

Además de las actividades acuáticas, el tiro con arco, la escalada, (Via Ferrata en Les), el Parque de Aventura Naturaran en Les, montar a caballo, el Nordic walking, y el parque de fauna - Aran Park en el Puerto del Portilhon, son otras de las posibilidades que ofrece la Val d'Aran y que permiten disfrutar de un entorno privilegiado.

Diferentes empresas de la Val d'Aran ofrecen los servicios de guías profesionales especializados para que pueda experimentar con seguridad los deportes más emocionantes.

El nuevo Parque de Aventura en los árboles "Naturaran", inaugurado hace aproximadamente 1 año, le ofrece emociones fuertes y momentos de diversión para compartir en pareja, en familia, o con amigos donde el placer y el deporte se convierten en los principales objetivos. Naturaran le ofrece más de 200 desafíos, con alturas que van desde los 50 centímetros hasta los 11 metros. El parque tiene dos enormes tirolinas de 120 y 240 metros de largo, siendo considerada esta última la tirolina más larga de los Pirineos. También ofrece actividades divertidas para los más pequeños con un circuito que consta de 7 elementos verticales y 11 puentes a una altura de 4 metros.

Naturaran, en el Camping Cauarca en Les. Abierto todo el año. Posibilidad de circuitos nocturnos.

Información: www.visitvaldaran.com

Observación de la fauna y la flora de la Val d'Aran

Las diferencias de altitud que existen en este pequeño territorio así como la influencia del clima atlántico dan lugar a una gran biodiversidad de especies. Las más características son el oso pardo, el urogallo, el ciervo, el rebeco y las marmotas; Todas estas especies pueden ser observadas, a través de hides (escondites) situados en lugares estratégicos del bosque.

También pueden realizarse rutas guiadas que permiten la visualización y fotografía de la fauna y flora de la mano de guías locales de gran experiencia y conocimiento de las especies y de los medios naturales.

Información: www.visitvaldaran.com

**** Parque de fauna "Aran Park" en Bossòst***

Rodeado por montañas y situado en plena naturaleza, encontramos el parque de fauna "Aran Park", que ofrece diferentes posibilidades para descubrir el hábitat natural de los Pirineos, así como la fauna y flora aranesas, a través de sus itinerarios, puntos de observación y exposiciones.

El hecho de que los animales vivan en semi-libertad ofrece la oportunidad de observarlos en su propio ecosistema: podrá ver osos, lince, nutrias, lobos grises y blancos, marmotas, grandes ciervos y ungulados de montaña en su propio hábitat.

información: www.aran-park.com



La pesca, una de las actividades más antiguas practicadas en la Val d'Aran

Para los amantes de este deporte, la Val d'Aran es un paraíso que atrae a aficionados de toda Europa. Cuando la nieve se derrite, los lagos, los embalses artificiales y los ríos Garona y Noguera se convierten en un gran atractivo para los amantes de la pesca, en todas sus modalidades.

La pesca en la Val d'Aran está totalmente controlada y regulada para evitar el exceso de capturas así como para garantizar la supervivencia y la sostenibilidad de la fauna del río.

Información: www.visitvaldaran.com

EL EXTRAORDINARIO Y HERMOSO PATRIMONIO

La riqueza artística que acoge la Val d'Aran es uno de los tesoros mejor guardados del Pirineo. Resguardado en sí mismo durante siglos, este valle nos ha legado un patrimonio artístico y variado. La Val d'Aran ha sido capaz de mantener todo su patrimonio lingüístico, artístico y cultural, preservando así su singularidad.

Su **patrimonio artístico y cultural** se distingue por las magníficas representaciones de todas las épocas. En el Valle todas las disciplinas artísticas están representadas: arquitectura, pintura y escultura, en piedra y en madera, que incluye algunas obras que se distinguen por su excepcional estado de conservación.

El paisaje montañoso de la Val d'Aran fue testigo del paso de la prehistoria, la época romana y más tarde las culturas cristianas, que transformaron todo el valle en un museo de arte e historia. Uno no se puede perder esta visita siguiendo la **Ruta Románica**.

Numerosas iglesias románicas y góticas forman parte de este amplio patrimonio: Salardú, Arties, Vielha, Bossòst, así como las **hermosas esculturas románicas**, tales como el Cristo de Salardú o el Cristo de Mijaran en Vielha, o **las pilas bautismales** de Arties, Vilac o Vilamòs.

Los retablos góticos y los frescos de algunas iglesias representan increíbles escenas bíblicas, de estilo románico, gótico y renacentista, constituyendo un patrimonio artístico único y de primera clase.

Turismo religioso. Naturaleza y espiritualidad.

En la Val d'Aran más allá de la contemplación estática del patrimonio arquitectónico y patrimonial, destacamos diferentes elementos que sea por su historia, sea por su simbolismo, sea por la tradición, representan mucho más de lo que a primera vista podrían parecer. Diferentes santuarios marianos, como el de Montgarri y el de Mijaran. El primero está situado en un bellísimo paraje de montaña, junto al río Noguera Pallaresa, donde cada 2 de julio gentes de los pueblos araneses, franceses o incluso pallareses acuden para rendir culto ante la imagen de la virgen. El santuario continúa siendo visitado por miles de personas durante todo el año. De gran veneración es también la Santa Cruz, situada en la iglesia de Sant Andreu de Salardú, de estilo románico (S. XII) donde cada 3 de mayo recibe en procesión las cruces de las poblaciones cercanas. Sobre esta imagen a la que se atribuyen diversos milagros existen gran cantidad de leyendas. Entre otras devociones, en el pueblo Bossòst, 7 capillas fueron construidas según la tradición para protegerlo de la peste. En la actualidad sus habitantes mantienen estas devociones.



Los diversos museos de la Val d'Aran invitan al descubrimiento de los estilos de vida de siglos pasados, tales como el Museo dera Val d'Aran en Vielha, el Ecomuseu de Joanchiquet en Vilamos, el Museo de la Nieve en Unha, el Museo de los Pirineos "PyrenMuseu" en Salardú, (que alberga el Refugi Rosta, el alojamiento más antiguo de la Val d'Aran) y el Museo Eth Corrau en Bagergue. Se ofrecen visitas guiadas.

En los últimos años, el patrimonio industrial aranés tales como la Fábrica dera Lana en Vielha, la Mòla de Salardú o las Minas Victoria han sido rehabilitados para su visita al público.

Los pueblos de la Val d'Aran comparten un mismo estilo arquitectónico. Construidos para resistir el invierno y la nieve, sus edificios son de piedra, pizarra y madera, y se integran perfectamente en el paisaje del valle. Las casas más antiguas datan de los siglos XIV y XV, y son auténticas joyas de la arquitectura aranesa, como la casa Ço de Portolà (actual Parador de Arties) o la casa Ço de Pèirjoan, en Escunhau, fechada en el año 1393 y actualmente declarada Bien de Interés Cultural.

Hoy en día, las hermosas leyendas aranesas persisten y se manifiestan en las tradiciones y danzas aranesas más populares. El ciclo anual de las estaciones está en el origen de un gran número de estas fiestas tradicionales, y el final del invierno ha sido siempre un muy esperado y celebrado acontecimiento en todo el Pirineo, estando profundamente arraigado en la cultura gascona en general. En primavera y verano, cada pueblo celebra su fiesta. Algunas peregrinaciones persisten, como la de Montgarri del 2 de julio. La fiesta del fuego del Haro en las poblaciones de Les y Arties celebradas en la noche de San Juan, el 23 de junio, están consideradas como una de las más populares de todo el territorio. También destacan las ferias ganaderas que se celebran en otoño en las poblaciones de Vielha, Les, Bossòst y Salardú.

Por último, pero no por ello menos importante, uno de los principales elementos de la cultura aranesa es su lengua: el aranés. Considerada lengua oficial en todo el Aran, junto con el castellano y el catalán es una lengua viva hablada por sus habitantes y que pertenece al grupo lingüístico occitano.

Información: www.visitvaldaran.com

LA GASTRONOMÍA, EL CÁLIDO AMBIENTE Y LAS COMPRAS

Otro importante elemento del patrimonio de la Val d'Aran es su gastronomía. Los más de 170 restaurantes del territorio anima a degustar tanto platos tradicionales, elaborados con productos autóctonos, como la cocina de tendencia, y todo esto macerado con el saber hacer y la cálida hospitalidad de los araneses. Algunos de los platos a destacar en la gastronomía aranesa son: la "òlha aranesa", estofados de carne caza, patés, truchas, crêpes..... Por otro lado, la cocina más innovadora introduce ingredientes tan suculentos como el pato, preparado de mil maneras, el Caviar o el esturión producidos en la factoría de Les, que se utiliza a menudo para platos sofisticados y lujosos.

Por otro lado, la mayoría de los bares del Valle ofrecen una gran variedad de tapas y pinchos que podrá degustar en un verdadero ambiente de montaña, cálido y confortable.

Productos araneses y la marca "productos dera Val d'Aran": El caviar Nacarii, la cerveza aranesa "Immòrtela", la "Olla aranesa", embutidos con chorizo, la langoissa (longaniza curada), los patés, el andito y el bolh, (productos típicos araneses), queso, yogur, miel, tronquets y coquilhons (dulces) son las especialidades de la región, que pueden ser compradas en la mayoría de las tiendas del Valle. Información: www.productesvaldaran.com

Algunas fábricas locales dan la bienvenida a los visitantes, tales como la fábrica de Caviar Nacarii en Les, o la Quesería Tarrau en Bagergue.

Información: www.visitvaldaran.com



Las Compras

El comercio aranés se ha convertido en la actualidad en uno de los principales pilares turísticos del territorio, tanto por la calidad como por la cantidad de comercios que pueden encontrarse en la mayoría de las poblaciones del territorio.

Destacan el gran número de tiendas especializadas en material deportivo, ya sea de actividades relacionadas con la nieve en todas sus modalidades como de verano.

Información: www.visitvaldaran.com

RELAJACIÓN Y BIENESTAR EN UN ENTORNO EXCEPCIONAL

Entre la amplia oferta de servicios ofrecidos por los alojamientos del territorio, destaca la apuesta por el wellness, la salud, el bienestar y el relax. Además de los servicios de spa ofrecidos por diferentes hoteles, la Val d'Aran cuenta con centros termales de prestigio internacional como las **Termas de la Baronía de Les y Es Banhs de Tredòs**.

Historia y salud se combinan en los baños termales araneses; algunos de ellos habiendo sido utilizados desde la época romana. Las aguas sulfúricas capturadas a una profundidad de más de 300 m brotan generosamente a una temperatura de más de 30 °C, ofreciendo propiedades mineromedicinales, beneficiosas para diversos tratamientos terapéuticos: reumatismo, artrosis, artritis, enfermedades de la piel, problemas circulatorios, problemas respiratorios...

Los Baños Termales de Baronía de Les destacan por la utilización entre sus tratamientos de los **productos cosméticos procedentes del "Caviar Nacarii", producidos y elaborados en la Val d'Aran**.

Información: www.termasbaroniadeles.com

Los baños termales de **Banhs de Tredòs** ubicados a 1.740 m de altitud, es el balneario a mayor altitud de Europa. La situación de este hotel, a las orillas del río Aiguamòg, y en una de las entradas al Parque Nacional *Aigüestortes i Estany de Sant Maurici* lo hace un lugar excepcional.

Información: www.banhsdetredos.com

Completan esta oferta 16 establecimientos hoteleros con servicios de spa que ofrecen los más avanzados programas y tratamientos para la salud.

ACTIVIDADES FAMILIARES

La Val d'Aran ofrece múltiples actividades y servicios para las vacaciones en familia:

1. **"Aran Park "** en el Puerto del Portilhon es un parque natural donde podrá observar en semi-libertad la gran diversidad de la fauna de los Pirineos (osos, lince, nutrias, lobos, marmotas y ciervos....).
2. **"NaturAran"**, el más grande y moderno parque de aventura de los Pirineos situado en la población de Les, tirolinas, puentes tibetanos, rocódromos, etc.....
3. **Beret Park:** Tanto en verano como en invierno, la zona de Beret, se convierte en el escenario de infinidad de actividades. Desde subir en el telesilla de Blanhibar, excursiones en bicicleta o de hípica, descenso al pueblo abandonado de Montgarri,.... en verano, hasta excursiones en motos de nieve, trineo tirados por perros o por caballos en invierno.
4. Paseos en pony y a caballo, rafting, piragüismo, observación de la fauna y la flora,.....
5. Rutas de BTT y senderismo accesibles a todos, servicios de alquiler de bicicletas para adultos y niños, sillas de bebé,....



6. Instalaciones deportivas: Complejo deportivo de Bossòst, Palacio de Hielo "Palai de Gèu" en Vielha con una pista de patinaje con dos piscinas climatizadas, solárium, gimnasio, sauna, pared de escalada, pista de pádel. www.palaidegeu.com
7. Diversos museos y visitas a instalaciones de elaboración de productos alimentarios artesanales: Fábrica del Caviar Nacarii, Quesería Tarrau,....
8. Servicios de alojamiento que ofrecen habitaciones familiares y actividades especiales para los niños. Restaurantes con menús infantiles,....
9. Cine en Vielha (www.circusa.com), Biblioteca Municipal de Vielha
10. Servicio de guardería infantil en Baqueira durante el invierno : www.baqueira.es

Información: www.valdaranenfamilia.com

OFERTA DE ALOJAMIENTO

Hoteles, Paradores Nacionales, casas rurales, pensiones, albergues, campings, refugios de alta montaña, apartamentos y chalets constituyen una variada oferta de alojamiento diseñada para satisfacer las necesidades de todo tipo de visitantes.

- **13.400 PLAZAS DE ALOJAMIENTO TURÍSTICO** repartidas en 64 Hoteles (4 hoteles de 5***** ,14 hoteles de 4**** , 16 hoteles de 3*** , 21 hoteles de 2** y 9 hoteles de 1*) y 6 aparthoteles, 30 pensiones (20 de 2**, 10 de 1*), 2 albergues, 9 refugios (incluyendo 5 de alta montaña), 8 campings (7 de 2**, 1 de 1*), 4 casas rurales y 8 casas de huéspedes. También existe la opción de alquilar un apartamento o un chalet.
- Hay disponibles alrededor de 3.500 camas de hotel a pie de pista de la estación Baqueira Beret.
- En la Val d'Aran hay dos Paradores de Turismo.
- **22.000 CAMAS EN RESIDENCIAS SECUNDARIAS**, en los diferentes pueblos de la Val d'Aran o a pie de pista. Muchos de ellos están disponibles para alquiler de fin de semana, durante la semana o para estancias de larga duración.

UNA OPCIÓN DE DESTINO PARA VIAJES DE NEGOCIOS Y SEMINARIOS

En un entorno natural único, difícilmente comparable con cualquier otro territorio, la Val d'Aran, con una oferta hotelera y turística de primera calidad, pone a su disposición todos los servicios, equipamientos y atractivos necesarios para organizar sus reuniones y viajes de negocios.

Un gran número de hoteles de la zona (4 hoteles de 5***** y 8 hoteles de 4****) cuentan con salas de reuniones adaptadas y equipadas con las tecnologías más avanzadas. Existe también la opción de salas de reuniones municipales o bien en otros equipamientos turísticos, tales como campings, pabellones, etc.....

La oferta complementaria de la Val d'Aran la ha convertido en uno de los destinos turísticos y con más variedad y calidad del sur de Europa, actividades deportivas de aventura y los deportes de élite, como el rafting, el heli-esquí completan la experiencia y la transforman en una experiencia totalmente satisfactoria.

Información: www.visitvaldaran.com

DESTINO CERTIFICADO COMO "DESTINO TURÍSTICO DEPORTIVO"

En el año 2004, la Val d'Aran recibió la certificación, por parte de la Agència Catalana de Turismo, de **Destino Turístico Deportivo** en las modalidades de **Senderismo de alta montaña, Alpine Running y Fútbol**.



La ubicación estratégica y la variedad de paisajes, así como todas las instalaciones deportivas repartidas por el territorio hacen que la Val d'Aran sea un destino ideal para los amantes del deporte y la naturaleza. La Val d'Aran se encuentra en el centro de los dos senderos de Gran recorrido transpirenaicos, el **GR11** que pasa por la parte catalana y por el sur de Aran y el **GR10** que pasa por Francia. Otras rutas de senderismo de Pequeño recorrido (PR) y multitud de micro-itinerarios completan esta red de senderos de montaña. Para los alpinistas, la Val d'Aran ofrece acceso a las hermosas cumbres de los Pirineos, algunas de ellas a más de 3.000 metros de altura.

En cuanto a instalaciones deportivas cabe destacar el **Campo de fútbol municipal de Naut Aran**, el **Palacio de Deportes (Palai d'Espòrts)** y el **Palai de Gèu de Vielha con una piscina semi olímpica y una pista de patinaje en Vielha** y la **Escuela de Técnicos Deportivos** de la Val d'Aran en **Salardú**. Entre otros equipamientos destacan también, 1 frontón, diferentes pistas de páddel,

En la actualidad la distinción de DTE (Destinació turística esportiva -Destino Turístico Deportivo) certifica a los diferentes destinos turísticos que disponen de infraestructuras y servicios de alta calidad, dedicados a la práctica de deportes.

Esta certificación se dirige a practicantes de todo tipo de deportes de montaña, a atletas de competición, o a aquellos que viajan con motivo de acontecimientos deportivos.



PLANIFICAR SU ESTANCIA EN LA VAL D'ARAN

Agencias de viajes aranesas

- Alps Aran en Vielha - www.alpsaran.org
- Camins – www.camins.net
- Copos Events – www.coposevents.com
- Kavi Travels by Eurne Pasaben – www.kabi-travels.com
- Naut Viajes - www.nautviajes.com
- Natura Travels - www.pedalesdelmundo.com
- Viajes Baqueira Beret – www.baqueira.es

Cómo llegar a la Val d'Aran

POR CARRETERA

El acceso a la Val d'Aran se realiza principalmente por carretera, utilizando 4 rutas diferentes:

- Desde España, pasando por el Túnel de Vielha (N-230) o por el Puerto de la Bonaigua (C-28).
- Desde Francia, subiendo el río Garona desde Toulouse, Saint-Gaudens o Saint-Béat, pasando por el Puente del Rey (550 m) o por el Puerto del Portillon (1366 m) desde Bagnères-de-Luchon.

Desde España:

- Barcelona - Vielha: 310 km (autopista A-2/N-230)
- Girona - Vielha: 360 km (autopistas AP-7 hasta Barcelona/A-2/N-230)
- Lleida - Vielha: 164,5 km (N-230)
- Madrid - Vielha: 582 km (E-90/A-2/N-230)
- San Sebastián - Vielha: 308 km (autopistas AP-8/A-63/A-64/N-125/ N-230)
- Bilbao - Vielha: 404 km (autopistas A-8/A-63/A-64/N-125)

Desde Francia:

- Toulouse - Vielha: 162 km (autopista A-64 en dirección a Tarbes/ N-125 a Saint-Béat / N-230)
- Burdeos - Vielha: 361 km (autopistas A-62 y después A-65 hasta Pau / A-64/ N-125/ N-230)
- Bayona - Vielha: 258 km (autopista A-64 en dirección a Toulouse/N-125/ N-230)
- Montpellier - Vielha: 398 km (autopistas A-9 hasta Narbona /A-61 hasta Toulouse/A-64/N-125/ N-230)
- París - Vielha: 837 km (autopistas A10/ A-71/ A-20/ A-62/ A-64/ N-125/ N-230)

POR TREN

Estación más cercana:

Lleida - Pirineus - AVE: (161 Km.)

Montréjeau (Francia: 60 Km.)

POR AIRE

Los aeropuertos más cercanos son:

Barcelona: 310 Km.

Zaragoza: 260 Km.

San Sebastián: 308 Km.

Toulouse (Francia): 165 Km.

Pau (Francia): 157 Km.

La Val d'Aran dispone de un helipuerto situado en Vielha.

Información electrónica -Internet- y folletos

PÁGINAS WEB

- Relacionadas con el destino en general: www.visitvaldaran.com- Relacionadas con las rutas de senderismo en la Val d'Aran: www.senderismovaldaran.com
- Relacionadas con BTT y ciclo turismo: www.bikingvaldaran.com
- Relacionadas con la oferta de bienestar: www.bienestarvaldaran.com

FOLLETOS Y GUÍAS

"Foment Torisme Val d'Aran" publica anualmente diferentes folletos y guías, que puede descargar en la siguiente página web: www.visitvaldaran.com.



ANEXOS

Anexo 1 - Ficha Técnica

Habitantes: 10.295 habitantes

Municipios: 33

Capital: Vielha (900 m. de altitud).

Superficie: 633,6 km² (30% de su territorio se encuentra a más de 2.000 m de altitud)

Altura máxima: 3.014 m Besiberri Norte

Lenguas oficiales: aranés, catalán y español

12.000 plazas turísticas

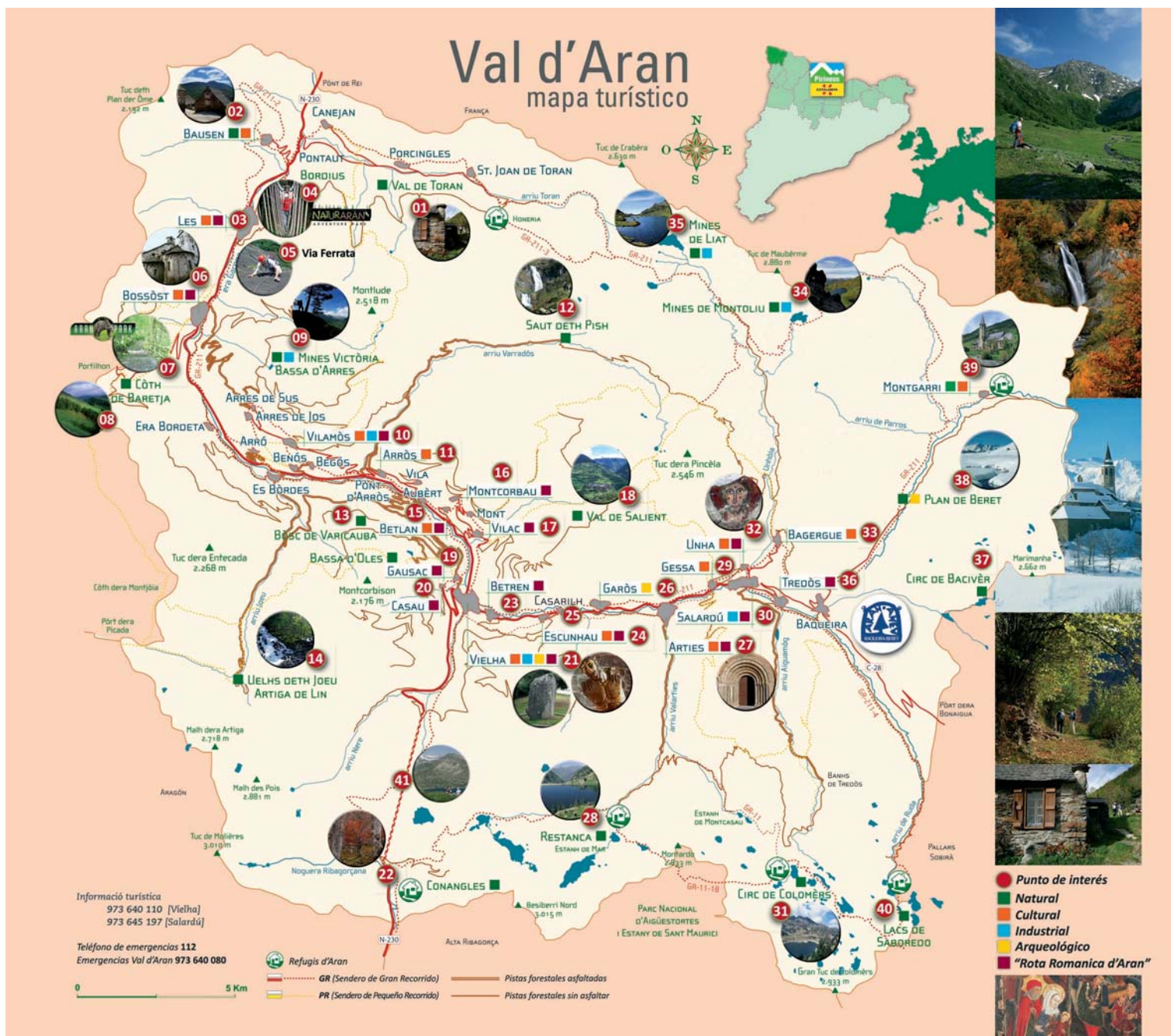
Anexo 2 - Los principales eventos organizados en la Val d'Aran en 2014

Fecha	NOMBRE	Evento
Del 31 enero, 1 y 2 febrero	MARXA BERET	Prueba deportiva de Ski de fondo
1 junio	CARRERA DEL BOSQUE DE CARLAC	Carrera de montaña.
Del 20 al 22 junio	FESTIVAL INTERNACIONAL DE FOTOGRAFÍA DE NATURALEZA DE LA VAL D'ARAN	Festival de carácter internacional que reúne a los amantes de la fotografía, tanto profesionales como amateurs. El programa consiste : exposiciones, excursiones guiadas, conferencias,...
5 y 6 de julio	OPENING SEASON VAL D'ARAN	Programas con ofertas especiales sobre el alojamiento y las actividades de ocio para todo tipo de publico
Del 27 al 29 junio	PEDALS DE FOC NON STOP – CAMPEONATO DE CATALUÑA DE BTT ULTRA-MARATHON Y FINAL DE LA COPA INTERNACIONAL	Prueba deportiva de BTT
20 julio	NAUT ARAN DUATHLON 2014	Prueba deportiva de BTT y carrera a pie.
23 julio	TOUR DE FRANCE	Etapa 17 de la Grande Boucle. Pasa por el Puerto del Portillon
9 et 10 agosto	ULTRA TRAIL VAL D'ARAN	Prueba deportiva
18, 19 y 20 agosto	HÈT A MAN HÈT ACIU	Mercado
21, 22, 23 y 24 agosto	ARAN MARKET	Mercado
23 agosto	VAL D'ARAN CYCLING TOUR	Carrera ciclista
31 agosto	CARRERA DE LOS 15 PUEBLOS (CORSA DES 15 PÒBLES)	Carrera deportiva y popular de montaña.
31 agosto	PEDALARAN	Prueba popular de BTT
Fecha pendiente de confirmación	ARAN BIKE	Prueba popular de BTT

Calendario completo en: www.visitvaldaran.com



Anexo 3 – Mapa de la Val d'Aran



Todas las empresas nombradas en este dossier de prensa son miembros de Foment Torisme Val d'Aran.




VAL D'ARAN
Era essència des Pireneus

 **Conselh Generau
d'Aran**

foment
TORISME VAL D'ARAN

Passeg dera Libertat, 16 / E- 25530 Vielha
Tél. : +34 973 640 688 / info@visitvaldaran.com

www.visitvaldaran.com