

Consells de seguretat

Conseils de sécurité

Consejos de seguridad

Safety tips

Abans de sortir, comprova l'estat de la bicicleta i informa't de l'estat de la ruta i de la previsió meteorològica.

Informe de la ruta que seguiràs.

Fes servir casc.

És recomanable tenir una llicència de la Federació Catalana de Ciclisme (FCC) o estar assegurat.

Respecta la prioritat dels caminants i les normes de circulació.

Respecta l'entorn.

Segueix les rutes senyalitzades, no entris en camins particulars.

El Centre BTT no es fa responsable d'un mal ús dels itineraris ni de les possibles imprudències dels usuaris.

Emergències: 973 640 080 i 112.



Avant de partir, vérifiez l'état de votre vélo et consultez l'état du parcours et les prévisions météorologiques.

Communiquez l'itinéraire que vous allez suivre.

Portez un casque.

Il est recommandé de posséder une licence d'une fédération de cyclisme et d'être assuré.

Respectez la priorité des marcheurs et le Code de la route.

Respectez l'environnement.

Suivez les itinéraires balisés. n'empruntez pas de voies privées.

Le Centre VTT n'est pas responsable d'une mauvaise utilisation des itinéraires ni des possibles imprudences des utilisateurs.

Urgences : +34 973 640 080 et 112.

Grans rutes

Grandes rutas

Grands itinéraires

Big routes

PEDALS DE FOC

www.pedalsdefoc.com

Recorregut amb bicicleta de muntanya pel perímetre del Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Es pot adaptar al nivell del ciclista, des de la versió més suau en sis etapes i en companyia d'un guia fins al repte de fer-ho, per exemple, en tres dies.

Recorrido en bicicleta de montaña por el perímetro del Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Puede adaptarse al nivel del ciclista, desde la versión más suave en seis etapas y en compañía de un guía, hasta el reto de hacerlo, por ejemplo, en tres días.

PEDALS D'OCCITÀNIA

www.pedalsdoccitania.com

Recorregut amb bicicleta de muntanya per Occitània, Aran i Comminges, entre la Val d'Aran y França. Aprofita les infraestructures de turisme rural de la zona i les pistes i camins que les connecten.

Recorrido en bicicleta de montaña por Occitania, Aran y Comminges, entre la Val d'Aran y Francia. Aprovecha las infraestructuras de turismo rural de la zona y las pistas y caminos que las conectan.

ERA RÒDA

www.eraroda.com

Les rutes de BTT i cicloturisme Era Ròda 100% Aran recorren els racons més espectaculars i bells de la Val d'Aran i els límits Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Cinc itineraris guiats o autoguiats de 105 km i amb desnivells de 3.700 a 6.700 m, adaptats a la forma física i el temps disponible.

Las rutas de BTT y cicloturismo Era Ròda 100% Aran recorren los rincones más espectaculares y bellos de la Val d'Aran y los límites del Parc Nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Cinco itinerarios guiados o autoguiados de 105 km y con desniveles de 3.700 a 6.700 m, adaptados a la forma física y el tiempo disponible.

Parcours en VTT autour du Parc National d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Possibilité de l'adapter au niveau du cycliste, de la version la plus facile en six étapes et en compagnie d'un guide, jusqu'au défi de le faire, par exemple, en trois jours.

Mountain bike tour around the edge of Aiguestortes i Estany de Sant Maurici National Park. It can be tailored to the level of the cyclist from the easiest version over six stages accompanied by a guide to the challenge of doing it in, for example, three days.

Parcours en VTT qui passe par l'Occitània, l'Aran et le Comminges, entre le Val d'Aran et la France. Profitez des infrastructures de tourisme rural de la région et des pistes et chemins qui les font communiquer.

Mountain bike tour through Occitania, Aran and Comminges between the Val d'Aran and France. Make the most of the area's rural tourism facilities and the tracks and trails between them.

Les itinéraires de VTT et de cyclotourisme Era Ròda 100 % Aran traversent les plus beaux sites et les plus spectaculaires du Val d'Aran, en bordure du Parc National d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici. Cinq itinéraires guidés ou autoguiés de 105 km, avec des dénivélés de 3 700 à 6 700 m, adaptés en fonction du niveau de forme physique et du temps disponible.

Era Ròda 100% Aran MTB and bicycle touring routes take in the most spectacular and stunning places in the Val d'Aran and around Aiguestortes i Estany de Sant Maurici National Park. Five guided or self-guided itineraries 105 km long and with height differences of 3,700 to 6,700 m, tailored to physical fitness and time available.

Empreses

Entreprises

Empresas

Companies

 Lloguer Alquiler Rent	 Venda Venta Sale	 Reparació Reparación Réparation Repair	 Recàrrega E-Bike Recarga E-Bike Recharge E-Bike E-Bike recharge	 Guies Guías Guides Guides	 Agència viatges Agencia viajes Agence voyages Travel agency
--	---	--	---	---	---

ALTISPÒRT. Vielha 973 64 27 93 www.altisportaventura.com						
ARAN BIKE PARKS. Salardú 654 35 58 76 / 622 59 60 36 www.aranbikeparks.es						
ARAN EXPERIENCE BY NAUT VIAJES. Vielha 973 64 00 87 www.nautviajes.es						
CALAFATE. Arties-Tanau 973 64 51 48 www.calafateskicenter.com						
CAMINS. Vielha 973 64 24 44 www.camins.es						
COPOS BIKE. Betren- Vielha 973 64 00 24 www.coposbike.com						
DEPORTUR Les 973 64 70 45 www.deportur.com						
EXCITING BIKE Vielha 973 64 33 25 www.excitingevents.es						
MONTGARRI E-MOUNTAINBIKE . Montgarri 639 49 45 46 www.refugimontgarri.com/ebikevaldaran						
MTN LINES. Vilac 973 10 89 67 / 617 44 87 61 www.mtnlines.com						
PEDALS DE FOC Vielha 973 64 36 62 www.pedalsdefoc.com						

Competicions anuals

Competiciones anuales

Competitions annuels

Annual competitions

- PEDALS DE FOC NON STOP
ULTRA MARATHON
EUROPEAN
CHAMPIONSHIP
- ERA RÒDA NON STOP
ULTRAMARATHON
 - ARANBIKE
- BONAIGUA GRAN FONDO
 - VIELHA CYCLING TOUR
 - HARD BIKE

CICLOTURISME / CICLOTURISMO /

CYCLOTOURISME / BICYCLE TOURING

PORTS SENYALITZATS / PUERTOS SEÑALIZADOS

COLS BALISÉS / MARKED MOUNTAIN PASS

	↔	↓	↑	↗	↘
01 Bossòst / Portilhon	8,2 Km	718 m	1292 m	574 m	7,0 %
02 Bossòst / Guardader d'Arres	7,2 Km	708 m	1320 m	612 m	8,5%
03 Pònt d'Arròs / Vilamòs	5,6 Km	863 m	1250 m	387 m	6,9%
04 Es Bòrdes / Artiga de lin	9,1 Km	811 m	1468 m	657 m	7,3%
05 Pònt d'Arròs / Saut deth Pish	10,7 Km	863 m	1555 m	692 m	6,6%
06 Aubèrt / Bassa d'Oles	10 Km	889 m	1599 m	710 m	7,2%
07 Baqueira / Plan de Beret	6,35 Km	1483 m	1878 m	395 m	6,2%

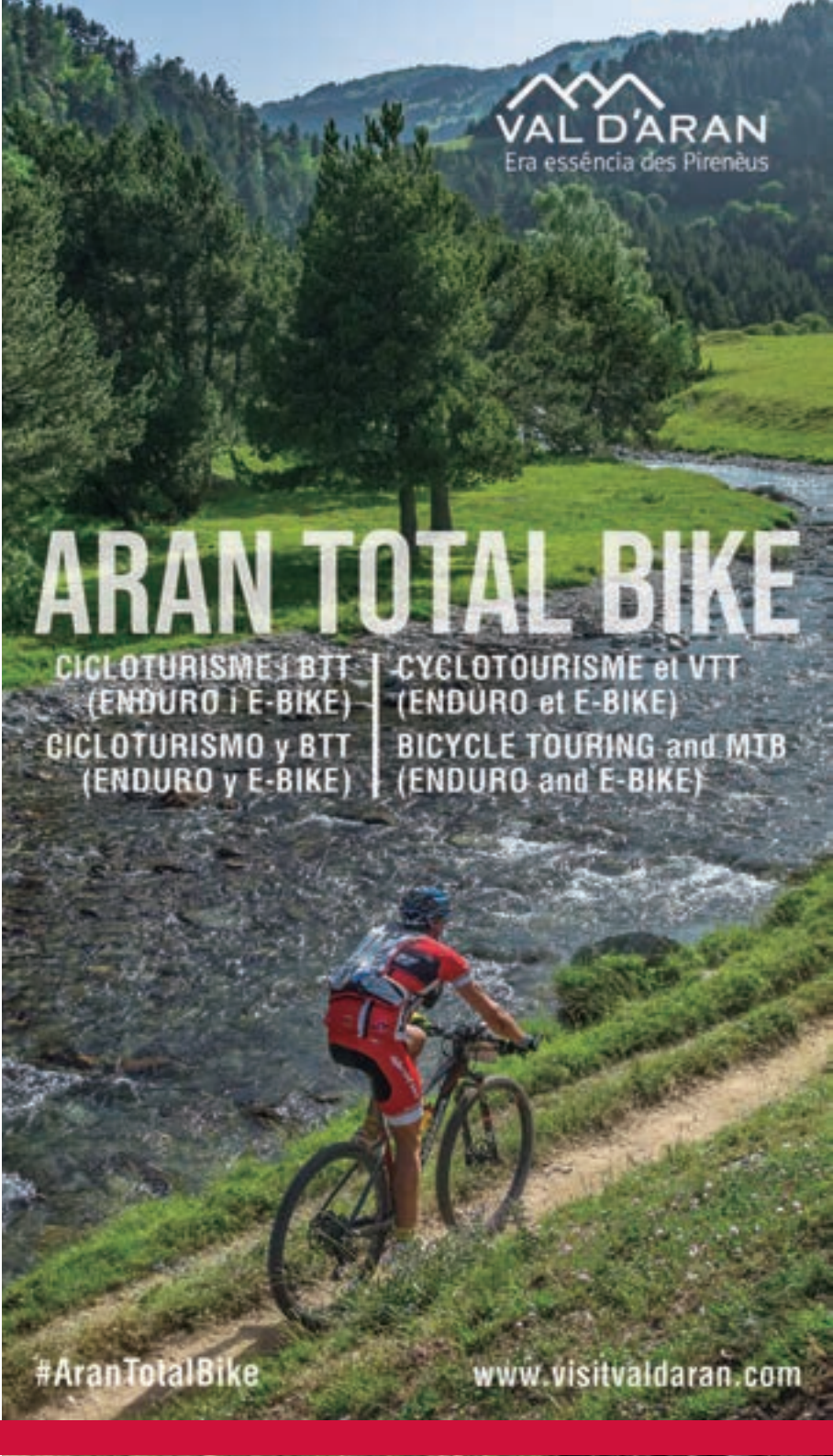
PORTS NO SENYALITZATS / PUERTOS NO SEÑALIZADOS

COLS NON BALISÉS / UNMARKED MOUNTAIN PASS

	↔	↓	↑	↗	↘
01 Pontaut / Canejan	5,9 Km	612 m	906 m	294 m	5,0 %
02 Pontaut / Sant Joan de Toran	7,7 Km	612 m	1021 m	409 m	5,3%
03 N230 / Bausen	3,5 Km	618 m	898 m	280 m	8,0%
04 Les / Portet	7,1 Km	645 m	1360 m	715 m	10,1%
05 N230 / Mont	3,55 Km	942 m	1218 m	276 m	7,8%
06 Salardú / Bagergue	2 Km	1255 m	1425 m	170 m	8,5%
07 Salardú / Pòrt dera Bonaigua	13,2 Km	1255 m	2072 m	817 m	6,2%
08 Arties / Pònt de Ressec	4,8 Km	1135 m	1380 m	245 m	5,1%
09 Salardú / Banhs de Tredòs	8,15 Km	1242 m	1753 m	511 m	6,3%

01 Vielha Circular	26 Km			1320 m	
Gran Ruta Le Défi Occitan www.ledefioccitan.com	197 Km			4500 m	

 Longitud / Longitude / Length	 Cota superior / Altitude maximum / Higher height	 Pendent mig / Pendiente media / Pente moyenne / Average slope
 Cota inferior / Altitude minimum / Lower height	 Desnivell / Desnivel Dénivelé / Elevation	



110Km

de rutes de cicloturisme amb ascensions a ports

de rutas de cicloturismo con ascensiones a puertos

de routes de cyclotourisme avec ascensions des cols

tourism routes with ascensions to mountain passes

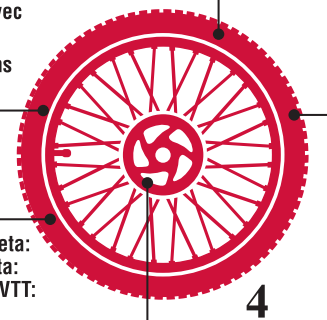
540Km

BTT en 29 rutes senyalitzades

BTT en 29 rutas señalizadas

VTT en 29 itinèraris balisés

MTB on 29 sign-posted routes



2

circuits DH (Down Hill)

circuitos DH (Down Hill)

DH circuits (Down Hill)

4

rutes temàtiques de bicicleta:

rutas temáticas de bicicleta:

circuitos thématiques pour VTT:

themed Bicycle routes:

Era Ròda

Pedals de Foc

Pedals d'Occitània

Le Défi Occitan

4

circuits d'enduro

circuitos de enduro

circuitos d'enduro

enduro circuits

**Torisme Val d'Aran**

VIELHA
Sarriulèra, 10 / 25530 Vielha
Tel. (+34) 973 64 01 10
o.torisme@aran.org

SALARDÚ
Trauèssa Balmes, 2 / 25598 Salardú
Tel. (+34) 973 64 51 97
o.s.torisme@aran.org

TOULOUSE
39 rue Pharaon / 31000 Toulouse
Tel. 0033 5 34 33 76 30 /
06 47 44 30 66
toulouse.aran-baqueira@aran.org

**ARTIES** (+34) 608 50 37 59
BOSSÒST (+34) 973 64 72 79
LES (+34) 973 64 73 03

**Emergències**
Emergencias
Urgences
Emergencies

112

973 64 00 80
VAL D'ARAN



#Val_daran



**Consell Generau d'Aran**

foment
TORISME VAL D'ARAN



Edition: Junh 2020

ENDURO

EnduRomies. Mont-Romies			
Eth Esquiro	3,5 Km	+580 m	
Eth Sanglier	2,9 Km	+510 m	
			Longitud / Distance
			Desnivell / Desnivel
			Dénivelé / Elevation

Val d'Aran Mountain Bike Park. Bassa d'Oles			Ruta / Route:
	3,3 Km	+430 m	03 04 07 08
	3,1 Km	+550 m	14 22 23

BTT- BTT- VTT- MTB

Itineraris senyalitzats / Itinerarios señalizados /
Itinéraires signalisés / Marked itineraires

FÀCIL / FÁCIL / FACILE / EASY

01	Era Lana: Les/Sant Blai/Camin Reiau/Les	4,6 Km	+50 m
09	Aubèrt: Aubèrt / Pònt d'Arròs / Aubèrt	6,7 km	+140 m
15	Banhs d'Arties: Arties / Garòs / Arties	5,8 km	+50 m
17	Santa Margalida: Bagergue / Sta. Margalida / Bagergue	3,1 Km	+100 m
18	Trèdos: Salardú / Ctra. Aiguamòg / Tredòs / Salardú	3,8 km	+130 m
25	Saubaga: Portilhon / Bòrdes de Sauvaga / Portilhon	10,7 km	+80 m
26	Betren: Vielha / Betren / Vielha	2,8 km	+50 m
29	Ruda: Baqueira / Tredòs / Salardú	3,4 km	-255 m

MITJANA / MEDIA / MOYENNE / MODERATE

06	Sapertega: Es Bòrdes / Pònt deth Coc / Montanhetes / Pònt d'Arrò/Es Bòrdes	10,5 km	+300 m
13	Mijaran: Vielha / Vilac / Beusa / Gausac / Vielha	7,8 km	+120 m
16	Naut Aran: Salardú / Unha / Gessa / Salardú	3,4 Km	+90 m
20	Montgarri: Plan de Beret / Montgarri / Plan de Beret	12,2 km	+215 m
24	Bòsc d'Aubàs: Portilhon/Bòsc d'Aubàs	6,8 km	+225 m
27	Escunhau: Betren / Escunhau / Betren	9,3 km	+390 m
28	Camin Reiau: Betren / Vielha / Aubèrt / Es Bòrdes	10,0 km	+390 m

DIFÍCIL / DIFÍCIL / DIFFICILE / DIFFICULT

02	Toran: Les/Pista Portet/Honeria/Canejan/Les	34,0 km	+820 m
05	Mina Victòria: Bossòst/Margalida/Bassa d'Arres/Mina Victoria/Bossòst	24,0 km	+950 m
07	Era Trona: Es Bòrdes/Pònt deth Coc/Montanha de Vilamòs/Es Bòrdes	15,8 km	+650 m
08	Vilamòs: Es Bòrdes/Pònt d'Arròs/Sant Joan/Vilamòs/Benòs/Es Bòrdes	21,5 km	+500 m
11	Bòrda deth Rei: Vielha / Salient / Mont / Montcorbau / Mont / Vilac / Beusa / Vielha	14,0 Km	+450 m
19	Baqueira: Salardú / Tredòs / Pònt de Ruda / Tanau/ Orri / Bagergue / Unha / Salardú	18,2 km	+700 m
23	Tuca: Vielha / Pista de Tuca / Camin Sarrahèra/ Pista Nere / Vielha	13,0 km	+1560 m

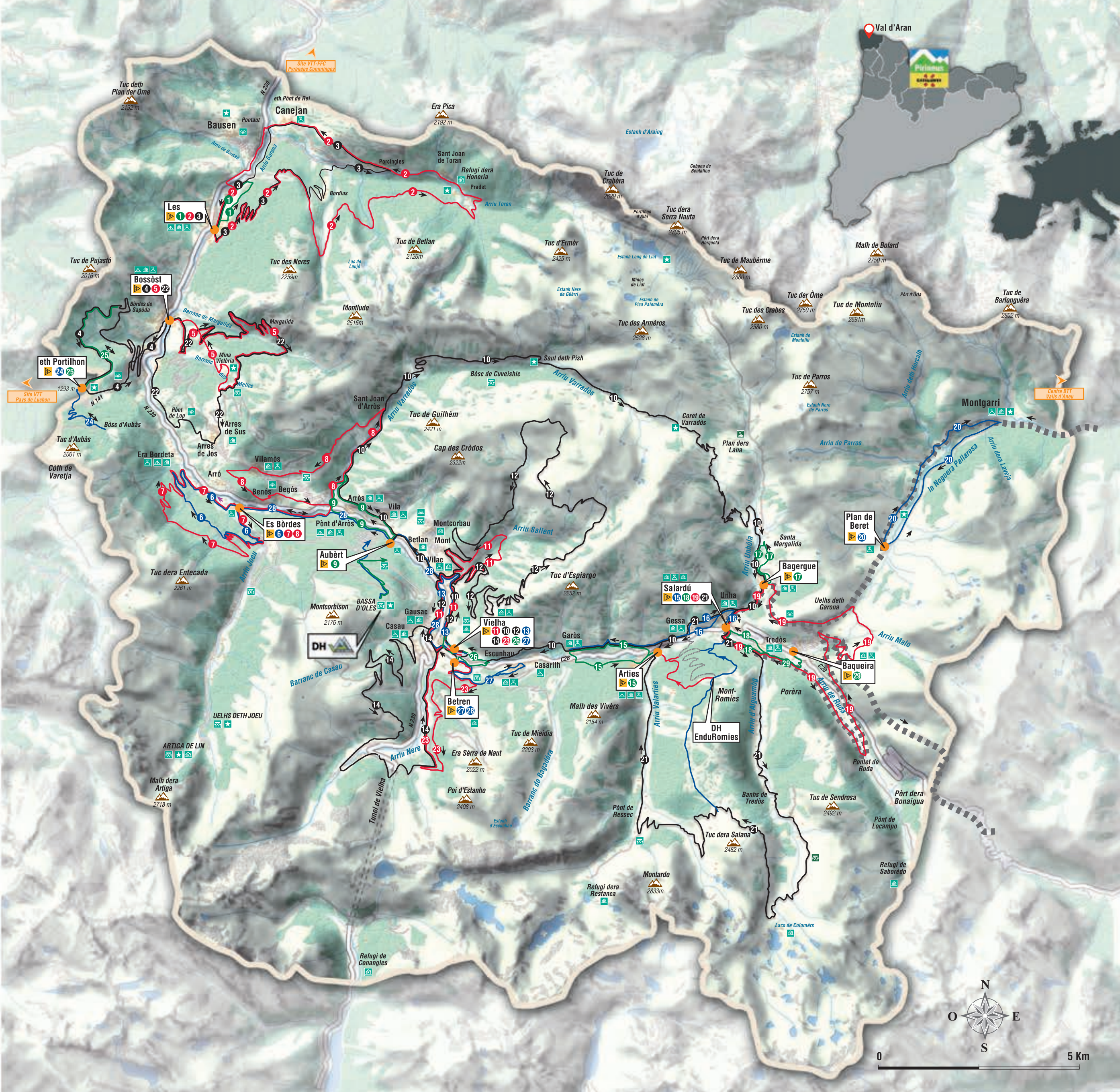
MOLT DIFÍCIL / MUY DIFÍCIL / TRÈS DIFFICILE / VERY DIFFICULT

03	Bordius: Les / Portet / Bordius / Porcingles / Caneja / Les	24,2 Km	+850 m
04	Portilhon: Bossòst / Bordes Sapòda / Portilhon / Camin Vielh/Bossòst	18,5 km	+700 m
10	Varradòs: Vielha / Vilac / Vila / Varradòs / Bagergue/ Arties / Betren / Vielha	46,5 Km	+1200 m
12	Salient: Vielha / Pista Salient / Bords / Mont / Vilac / Vielha	38,0 km	+1200 m
14	Pomaròla: Vielha / Casau / Pomaròla / Sarrahèra / Vielha	24,0 km	+930 m
21	Prüedo: Salardú / Prüedo / Arties / Salardú	32,0 km	+800 m
22	Mina Margalida: Bossòst/Margalida/Arres/Pònt deth Lop/ Bossòst	21,8 km	+1000 m
----	Travessa Aran-Àneu	85 Km	2700 m

E-BIKE

Ruta / Route: 02 04 05 06 10 19 21 23
E-bike baixa dificultat tècnica / E-bike baja dificultad técnica / E-bike faible difficulté technique / E-bike low technical difficulty.

- Lloc pintoresc / Lugar pintoresco / Site pittoresque / Picturesque spot
- Vistes panoràmiques / Vistas panorámicas / Vues panoramiques / Panoramic views
- Camping / Camping / Camping / Ampsite
- Allotjament / Alojamiento / Logement / Accommodations
- Monuments megalítics / Monumentos megalíticos / Monument mégalithiques / Megalithic monuments
- Balneari / Balneario / Balnéaire
- Església romànica / Iglesia románica / Eglise romane / Romanesque church
- Àrea de picnic / Area de picnic / Aire de picnic / Picnic areas
- Restaurant / Restaurante



BETREN-VIELHA
COPOS BIKE
Punt d'assistència tècnica
Tel. (+34) 973 64 00 24
www.coposbike.com

PÒNT D'ARRÒS
CAMPING VERNEDA
Tel. (+34) 973 64 10 24
www.campingverneda.com

VIELHA
Camper Park
Tel. (+34) 638 33 56 25
www.valdarancamperpark.com

Punt d'acolliment / Punto de acogida / Point accueil / Reception point
Punt de sortida / Punto de salida / Point départ / Departure point

Punt d'informació / Punto de información / Point information / Information point

Punt de sortida / Punto de salida / Point départ / Departure point

Punt de rentat / Punto de lavado / Point lavage / Washing point

Lloguer BTT / Alquiler BTT / Location VTT / Bike rental

Reparació BTT / Reparación BTT / Réparation VTT / Repairs

Dutes / Duchas / Douches / Showers

WC



www.bikingvaldaran.com
Descargate las rutas / Download routes