

APROVECHA AL MÁXIMO TU ESTANCIA

# ACTIVIDADES

## LA COMARCA

### CERDANYA, LA COMARCA DEL PIRINEO

Descubre todos los rincones  
que te ofrece.

### ¡ADRENALINA!

Parque de aventura, viajes  
en globo, vía ferrata,  
barrancos, rafting...  
No te lo vas a acabar!

## CULTURA

### ROMANICO Y MUSEOS. TESTIMONIO DE OTROS TIEMPOS

### GASTRONOMIA

Trinxat, embutidos y  
buena carne.  
Tu paladar no va a  
olvidarlo.

### NATURALEZA CON TODO SU ESPLENDOR

Senderismo, lagos y montañas de más de 2000m.

# APROVECHA AL MÁXIMO TU ESTANCIA

## Parque de aventura

Circuito de habilidad entre los arboles  
Para niños y adultos con distintos circuitos  
Des de 15€

## Super Tirolina

250m de bajada  
A partir de los 7 años  
15€ 2 bajadas

## Tubbing

Desciende por el tobogán con un flotador gigante  
Des de 3€

## Telecabina La Molina

Paseo panorámico superando un desnivel de 900m  
Para todas las edades  
15€ adulto (descuentos para niños y +65 años)

## Rafting en el Parc Olímpic de La Seu

Descenso guiado en bote neumático por el canal olímpico de aguas bravas,  
con la máxima seguridad i confort.  
42€ adulto

## Bicicleta eléctrica

Alquiler de bicicletas con ruta guiada por gps.  
Descubre la Cerdanya a golpe de pedal  
Des de 35€





## CERDANYA

# La comarca del Pirineo

El valle que conforma la Cerdanya es un hundimiento tectónico situado al este de la cordillera de los Pirineos. Las montañas que lo delimitan oscilan entre los dos mil y los casi tres mil metros de altura (Carlit, 2921m; Puigmal, 2909m) y está regado por el río Segre y sus afluentes. Es de los pocos valles pirenaicos que transcurre de este-oeste en vez de la dirección norte-sur habitual. Esto hace que la isolación de la Alta Cerdanya sea de las más altas de Europa.

La agricultura y la ganadería fueron, durante muchos años la base económica de la comarca, pero a finales del siglo XIX los primeros veraneantes, gente acomodada de Barcelona, construyeron casas lujosas para pasar el verano. En 1922 llegaba el tren de Barcelona. Con la apertura de las estaciones de esquí, La Molina 1910 y Masella 1967, y la construcción del Túnel del Cadí en 1984, la agricultura retrocedió en favor de la hostelería y el comercio.

La comarca es ideal para la práctica de deportes al aire libre, excursionismo, senderismo, escalada, alpinismo, esquí de montaña, vuelo deportivo...

Zona de paso durante diferentes épocas queda reflejado en el camino ceretano de Santiago, que cruza la comarca combinando magníficas vistas con lugares de interés histórico y cultural; Camí del Bons Homes GR107, un itinerario de 189km entre el Santuari de Queralt (Berguedà) y el castell de Montsegur (Ariege, Francia) que recorre la huella del catarismo a través de villas medievales, iglesias románicas y castillos; y el Sender dels Pirineus GR11 que recorre los Pirineos por su vertiente sur.

Como todo el Pirineo, La Cerdanya es una zona de interés gastronómico con platos típicos como el "trinxat", embutidos, carne, quesos y otros productos locales de gran calidad y muy apreciados por los gourmets.

## ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

# Senderismo y deportes de aventura

La comarca es el sitio ideal para disfrutar del deporte en un entorno único, un entorno que nos ofrece una gran variedad de posibilidades para realizar cualquier tipo de actividad, **rutas en BTT, senderos de pequeño y largo recorrido, esquí nórdico, campos de golf, hípica, pesca, alpinismo, escalada, raquetas de nieve...**

Des de nuestro hotel, puedes disfrutar de la multitud de rutas y caminos de distintas longitudes y dificultad.

Des de las ascensiones a la Tosa d'Alp, Comabona o Puigpedrós a los tranquilos paseos por los lagos o los valles de la comarca.

La comarca está dotada de multitud de rutas para BTT por distintos lugares.

Para los más aventureros les recomendamos las **vías ferratas, espeleología, o el parque de aventura.**

Si lo que te gusta es no tocar con los pies en el suelo puedes probar un **viaje en globo o vuelo sin motor.**

**La bolera o Escape Room** son otras de las múltiples actividades que podéis practicar.

Como veis, tanto adultos como niños pueden encontrar su escapada perfecta.

En la comarca encontrarás empresas especializadas en estos deportes, con profesionales que os harán disfrutar de una aventura segura.

[www.cerdanya.org](http://www.cerdanya.org)



## ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

# Tarifas



### PARC AVENTURA

Circuito verde - infantil (3-7 años i -1.30m)	15.00€
Circuito azul (+7 años i +1.20m)	15.00€
Circuito azul + rojo (+10 años i +1.40m)	25.00€
Circuito azul + rojo + negro (+10 años i +1.40m)	32.00€
Super tirolina 250m - 2 bajadas (+7 años i +1.20m)	15.00€
Circuito azul + super tirolina (+7 años i +1.20m)	25.00€
Tubbing - 2 bajadas	3.00€
Tubbing - 12 bajadas	15.00€

Tiro con arco (+7 años) 2pax 1/2 hora // 4pax 1 hora 15.00€

### TREKKING A LA TOSA CON TELECABINA

Excursión 1.30h - incluye telecabina (+7 años)	29.00€ (2pax)
Ruta 4 horas - incluye telecabina (+7 años)	43.00€ (2pax)

### SEGWAY

Circuito 15 min. (+7 años i +30kg)	15.00€
Ruta 1 hora (+10 años)	35.00€ (2-9 segway)
Ruta 2 horas (+10 años)	60.00€ (2-9 segway)

### VIA FERRATA

Iniciación - Ribes de Freser , Vallcebre (+7 años) 42.00€ (min. 3pax)

### BICICLETA ELECTRICA

MTB elèctrica 1/2 dia - 9 a 15h	50.00€
MTB elèctrica 1/2 dia - 17 a 20h	35.00€



## CULTURA

# Antes y ahora



Castell de Llívia



Ball popular



Dolmen Prullans

La rica e intensa historia de la Cerdanya ha dotado la comarca de un rico patrimonio cultural, el exponente más relevante del cual es la arquitectura religiosa románica, representada en casi todos los núcleos, pero también destaca el rico patrimonio cultural y etnográfico que viene dado por un territorio único que con el paso de los años le ha otorgado su identidad y valores propios que se representan a lo largo de la comarca.

La Cerdanya permite a los visitantes viajar en el tiempo, gracias a un amplio abanico de iglesias, conventos, edificios no religiosos...que conservan la historia de la comarca. Sus muros han sido testigo del paso del tiempo del valle y se presentan como un punto de gran interés turístico para todos los que quieran conocer la comarca a fondo.

La Cerdanya es sinónimo de tradición y fiestas populares. Muchos de los pueblos que se encuentran en la geografía cerdana han convertido la celebración del final de la cosecha en su Fiesta Mayor, una de las citas más importantes de todo el año que reúne a todos sus habitantes.

El valle, además, acoge año tras año danzas y ancestrales ritos populares que alegran y ponen color a las calles de pueblos y villas.

Te invitamos a consultar la agenda de ferias, conciertos, competiciones deportivas, "aplecs" y fiestas.

## GASTRONOMIA

# Antiguas recetas con nueva mirada

La Cerdanya se caracteriza por la gran abundancia de productos autóctonos, gracias a su privilegiada situación geográfica.

La cocina de la región es variada, rica y única, con platos típicos y tradicionales que provienen de la huerta, la ganadería, la pesca i la caza de cada época del año.

Entre la oferta gastronómica destaca principalmente el Trinxat, el Tiró (pato) con nabo, ensalada de achicorias... platos que identifican una cocina natural y personalizada, exclusiva del valle y elogiada por gourmets que buscan la originalidad de la cocina autóctona.

En este sentido la Cerdanya es reconocida como una comarca gastronómica y por esto es escenario de numerosas jornadas que giran entorno a la gastronomía.

Os invitamos a descubrir los numerosos restaurantes de la comarca y a probar los platos típicos de km 0.

También hay un gran número de payeses y ganaderos que trabajan incansablemente para que podamos degustar los mejores productos de la comarca, tanto en restaurantes como en tiendas o ferias.

Actualmente la Associació Agroalimentària Cerdanya trabaja para dar a conocer el trabajo de estos productores con visitas a payes.

