

OFERTAS ESPECIALES PARA ESTANCIAS DE SIETE O MAS NOCHES

CONSULTAR PRECIOS EN EL CALENDARIO DE RESERVAS

OFFRES ESPECIAUX POUR SEJOURS SET NUITS OU PLUS

CONSULTEZ PRIX AU CALENDRIER DE RESERVATIONS

ALGUNAS DE LAS ACTIVIDADES GRATUITAS PARA CLIENTES ALOJADOS EN EL HOTEL

Juliol 2011

Divendres 1
Senderisme

Estanys de Malniu Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 160 m pujar i baixar
Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi Cap de Rec
Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya, llac glacial, geomorfologia
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar.

Dissabte 2
Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 3

Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500

Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Dilluns 4

Senderisme

Camí de Sant Jaume Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 Davant Torre del Remei

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable

Distància: 11 km Fí de l'activitat: 13:00 a la Torre del Remei

Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Ntra. Senyora del Remei a Ntra. Senyora de Quadres, acabant a Isòvol.

Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 25 places

Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver

Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló

Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 5

Senderisme

Gorges de Carançà Una jornada 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà

Dificultat: mitjana Duresa: mitjana Desnivell: 320 m pujar i baixar

Distància: 6 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls

Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador

Dimecres 6

Senderisme

Cabana dels Esparvers Jornada sencera 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del costat del riu a Martinet

Dificultat: baixa Duresa: mitjana Desnivell: 500 m pujar i baixar

Distància: 12 km Fí de l'activitat: 16:00 h a Martinet

Centres d'interès: el paisatge i la vegetació a mida que anem guanyant altura, seguint el GR107, Camí dels Bons Homes, fins creuar-se amb el GR11 a la Cabana dels Esparvers.

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla, pica-pica i dinar de pic-nic.

Dijous 7

Senderisme

Cova d'Anes Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament Hotell Bellavista de Bellver

Dificultat: mitja Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 3 km Fí de l'activitat: 12:30 h a Bellver

Centres d'interès: Una cova senzilla de fer, amb la bellesa de les sales, les talactites i les estalagmites.

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla amb roba de mànega llarga, i llanterna.

Itinerari cultural	La vila de Puigcerdà Nocturna Familiar 25 places Hora de trobada: 22:00 nit, plaça de la l'ajuntament Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable Distància: 2 km Fí de l'activitat: 24:00 h al parc Shierbeck Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parck Shierbeck
Divendres 8 Senderisme	Estanys de la Pera Mitja jornada Familiar 25 places Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 225 m pujar i baixar Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h Aransa Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i els llacs d'alta muntanya. Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Arribarem amb els vehicles fins a Pollineres
Dissabte 9 Senderisme	Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Diumenge 10 Itinerari	La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500 Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-. Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-.
Dilluns 11 Senderisme	Itinerari de la llúdriga Mitja jornada Familiar 25 places Hora de trobada: 9:45 matí, aparcament de Martinet al costat del riu Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:15 h a Martinet Centres d'interès: Visita a la Casa del Riu, a l'antic escorxador, i itinerari per la riba del riu per a observar l'habitat on hi viuen les marmotes Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar
Itinerari cultural	La Batllia Tarda Familiar 25 places Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar
Dimarts 12 Ruta cultural	El Tractat dels Pirineus Jornada sencera Familiar 25 places Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament CAT Puigcerdà

Dificultat: cap Duresa: cap Desnivell: es fa en cotxe
Distància: 135 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: Visita als enclavaments de Vilafranca de Conflent, Montlluís i Llivia
Observacions: Cal dur pic-nic -dinar al llac de Matamala-, aigua, ulleres i protecció solar. Opcional: visita a les coves Canaletes (9,00Eu adults i 5,00 infants,) o al Fort Liberia (6,00 Eu adults i 3,50 Eu infants).

Dimecres 13

Ascensió

El Carlit (2923m) Jornada sencera 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del CAT Puigcerdà

Dificultat: baixa Duresa: mitja Desnivell: 1200 metres

Distància: 12 km Fí de l'activitat: 16:00 h a Porta

Centres d'interès: El paisatge i la segona zona lacustre més important del Pirineu Oriental. Pujada per Pimorent, no tan freqüentada com les Bulloses

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, menjar, dinar de pic-nic, aigua, ulleres i protecció solar. Cal pagar una taxa per passar la barrera d'1,5 Eu

Dijous 14

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 12 places

Hora de trobada: 9:00 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 13 places

Hora de trobada: 11:30 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 11:00 i 13:30 h a l'aparc. d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, ulleres i protecció solar.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Tarda Familiar 25 places

Hora de trobada: 17:00 tarda, plaça de la l'ajuntament

Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable

Distància: 2 km Fí de l'activitat: 19:00 h al parc Shierbeck

Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parc Shierbeck

Divendres 15

Senderisme

Estanys del Carlit Jornada sencera Familiar 25 places

Hora de trobada: 8:00 matí, aparcament CAT de Puigcerdà

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 300 m pujar i baixar

Distància: 8 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Montlluís

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, dinar de pic-nic, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal agafar una navette per arribar a les Bulloses. Opcional: banys termals a Llo, preu 11,00 Eu, cal dur el banyador

Salut

Tast de Nordic Walking LI plena 2 h vespre 13 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Dissabte 16

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Salut

Tast de Nordic Walking LI plena 2 h vespre 13 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500
Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena
Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Diumenge 17
Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Salut

Tast de Nordic Walking LI plena 2 h vespre 13 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500
Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena
Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Dilluns 18
Senderisme

Camí de Sant Jaume Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 Davant Santa Maria de Talló
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 11,5 km Fí de l'activitat: 13:00 a Santa Maria de Talló
Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Santa Maria de Talló a Martinet.
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 25 places

Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 19
Senderisme

Gorges de Carançà Una jornada 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: mitjaa Duresa: mitjaa Desnivell: 320 m pujar i baixar
Distància: 6 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls
Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador

Dimecres 20

Ascensió

El Puigpedrós (2914m) mitja jornada 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, la sortida del poble de Meranges cap a Malniu

Dificultat: mitja Duresa: alta Desnivell: 785 m pujar i baixar

Distància: 8,5 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi de Malniu

Centres d'interès: paisatge d'alta muntanya, llacs glacials, tarteres i gran panoràmica

Observacions: Cal dur aigua, menjar d'atac, motxilla amb roba per les inclemències del temps, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal abonar la taxa municipal per aparcar a Malniu

Dijous 21

Senderisme

Cova d'Anes Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament Hotell Bellavista de Bellver

Dificultat: mitja Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 3 km Fí de l'activitat: 12:30 h a Bellver

Centres d'interès: Una cova senzilla de fer, amb la bellesa de les sales, les talactites i les estalagmites.

Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla amb roba de mànega llarga, i llanterna.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Tarda Familiar 25 places

Hora de trobada: 17:00 tarda, plaça de la l'ajuntament

Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable

Distància: 2 km Fí de l'activitat: 19:00 h al parc Shierbeck

Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parck Shierbeck

Divendres 22

Senderisme

Estany de l'Orri Mitja jornada. Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 250 m pujar i baixar

Distància: 6 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi Cap de Rec

Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya, llac glacial

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar.

Dissabte 23

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar

Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 24

Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500

Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-.

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Dilluns 25

Senderisme

Itinerari de la llúdriga Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:45 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:15 h a Martinet
Centres d'interès: Visita a la Casa del Riu, a l'antic escorxador, i itinerari per la riba del riu per a observar l'habitat on hi viuen les marmotes
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 25 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 26

Ruta cultural

El Tractat dels Pirineus Jornada sencera Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: cap Duresa: cap Desnivell: es fa en cotxe
Distància: 135 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: Visita als enclavaments de Vilafranca de Conflent, Montlluís i Llivia
Observacions: Cal dur pic-nic -dinar al llac de Matamala-, aigua, ulleres i protecció solar. Opcional: visita a les coves Canaletes (9,00Eu adults i 5,00 infants,) o al Fort Liberia (6,00 Eu adults i 3,50 Eu infants).

Dimecres 27

Senderisme

La Vall d'Eina Jornada sencera 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del CAT Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 750 m pujar i baixar
Distància: 12 km Fí de l'activitat: 15:00 a Eyna
Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya en una vall de singular bellesa
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, motxilla, dinar de pic-nic, ulleres i protecció solar. Opcional: possibilitat d'anar als Banyes de Llo (11,00 Eu) cal dur el banyador.

Dijous 28

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 12 places

Hora de trobada: 9:00 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 13 places

Hora de trobada: 11:30 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 11:00 i 13:30 h a l'aparc. d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, ulleres i protecció solar.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Nocturna Familiar 25 places

Hora de trobada: 22:00 tarda, plaça de la l'ajuntament

Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable

Distància: 2 km Fí de l'activitat: 24:00 h al parc Shierbeck

Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parc Shierbeck

Divendres 29

Senderisme **Estanys de Malniu** Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 160 m pujar i baixar
Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi Cap de Rec
Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya, llac glacial, geomorfologia
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar.

Dissabte 30

Senderisme **Estana-Prat de Cadí** Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 31

Itinerari **La Tosa en telecabina** Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-.

Agost 2011

Dilluns 1

Senderisme **Camí de Sant Jaume** Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 Davant Torre del Remei
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 11 km Fí de l'activitat: 13:00 a la Torre del Remei
Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Ntra. Senyora del Remei a Ntra. Senyora de Quadres, acabant a Isòvol.
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 50 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 2

Senderisme **Gorges de Carançà** Una jornada 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: mitjaa Duresa: mitjaa Desnivell: 320 m pujar i baixar
Distància: 6 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls
Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador

Dimecres 3

Ascensió **El Carlit (2923m)** Jornada sencera 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del CAT Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: mitja Desnivell: 1200 metres

Distància: 12 km Fí de l'activitat: 16:00 h a Porta
Centres d'interès: El paisatge i la segona zona lacustre més important del Pirineu Oriental. Pujada per Pimorent, no tan freqüentada com les Bulloses
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, menjar, dinar de pic-nic, aigua, ulleres i protecció solar. Cal pagar una taxa per passar la barrera d'1,5 Eu

Dijous 4

Senderisme

Cova d'Anes Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament Hotell Bellavista de Bellver
Dificultat: mitja Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 3 km Fí de l'activitat: 12:30 h a Bellver
Centres d'interès: Una cova senzilla de fer, amb la bellesa de les sales, les talactites i les estalagmites.
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla amb roba de mànega llarga, i llanterna.

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 25 places
Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500
Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena
Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Divendres 5

Senderisme

Estanys de la Pera Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 225 m pujar i baixar
Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h Aransa
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i els llacs d'alta muntanya.
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Arribarem amb els vehicles fins a Pollineres.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Nocturna Familiar 50 places
Hora de trobada: 22:00 tarda, plaça de la l'ajuntament
Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable
Distància: 2 km Fí de l'activitat: 24:00 h al parc Shierbeck
Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parc Shierbeck

Dissabte 6

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 7

Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-.
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Dilluns 8

Senderisme

Itinerari de la llúdriga Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:45 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:15 h a Martinet
Centres d'interès: Visita a la Casa del Riu, a l'antic escorxador, i itinerari per la riba del riu per a observar l'habitat on hi viuen les marmotes
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 50 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 9

Ruta cultural

El Tractat dels Pirineus Jornada sencera Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: cap Duresa: cap Desnivell: es fa en cotxe
Distància: 135 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: Visita als enclavaments de Vilafranca de Conflent, Montlluís i Lívia
Observacions: Cal dur pic-nic -dinar al llac de Matamala-, aigua, ulleres i protecció solar. Opcional: visita a les coves Canaletes (9,00Eu adults i 5,00 infants,) o al Fort Liberia (6,00 Eu adults i 3,50 Eu infants).

Dimecres 10

Ascensió

Cabana dels Esparvers Jornada sencera 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del costat del riu a Martinet
Dificultat: baixa Duresa: mitjana Desnivell: 500 m pujar i baixar
Distància: 12 km Fí de l'activitat: 16:00 h a Martinet
Centres d'interès: el paisatge i la vegetació a mida que anem guanyant altura, seguint el GR107, Camí dels Bons Homes, fins creuar-se amb el GR11 a la Cabana dels Esparvers.
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla, pica-pica i dinar de pic-nic.

Dijous 11

Ruta cultural

Camí dels Bons Homes Jornada sencera Familiar 50 places
Hora de trobada: 8:00 matí, aparcament CAT de Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: escàs
Distància: 216 km Fí de l'activitat: 18:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: el catarisme, la seva filosofia, els castells i els comtes occitans, la croada contra els càtars, el paper de la Corona d'Aragó...
Observacions: Cal dur aigua, dinar de pic-nic, ulleres i protecció solar. El cost de les entrades al castell de Montsegur és de 5,00 Eu, i el del castell de Foix 4,60 Eu

Divendres 12

Senderisme

Estanys del Carlit Jornada sencera Familiar 25 places
Hora de trobada: 8:00 matí, aparcament CAT de Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 8 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Montlluís
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, dinar de pic-nic, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal agafar una navette per arribar a les Bulloses. Opcional: banys termals a Llo, preu 11,00 Eu, cal dur banyador

Salut

Tast de Nordic Walking LI plena 2 h vespre 25 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Dissabte 13

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 50 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar

Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Salut

Tast de Nordic Walking LI plena 2 h vespre 25 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca.

Diumenge 14

Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 50 places

Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500

Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Salut

Tast de Nordic Walking LI Plena 2 h vespre 25 places

Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500

Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena

Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca

Dilluns 15

Senderisme

Camí de Sant Jaume Mitja jornada Familiar 50 places

Hora de trobada: 9:00 Davant Santa Maria de Talló

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable

Distància: 11,5 km Fí de l'activitat: 13:00 a Santa Maria de Talló

Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Santa Maria de Talló a Martinet.

Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Salut	Tast de Nordic Walking LI Plena	2 h vespre	25 places
	Hora de trobada: 22:00 vespre, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina		
	Dificultat: baixa	Duresa: baixa	Desnivell: 100 m pujar i baixar
	Distància: 5 km	Fí de l'activitat: 24:00 h a l'aparcament d'Alp 2500	
	Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments sota la lluna plena		
	Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, frontal i protecció per la fresca		
Dimarts 16	Gorges de Carançà	Una jornada	25 places
Senderisme	Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà		
	Dificultat: mitjaa	Duresa: mitjaa	Desnivell: 320 m pujar i baixar
	Distància: 6 km	Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls	
	Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges		
	Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador		
Dimecres 17	El Puigpedrós (2914m)	mitja jornada	25 places
Ascensió	Hora de trobada: 8:30 matí, la sortida del poble de Meranges cap a Malniu		
	Dificultat: mitja	Duresa: alta	Desnivell: 785 m pujar i baixar
	Distància: 8,5 km	Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi de Malniu	
	Centres d'interès: paisatge d'alta muntanya, llacs glacials, tarteres i gran panoràmica		
	Observacions: Cal dur aigua, menjar d'atac, motxilla amb roba per les inclemències del temps, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal abonar la taxa municipal per aparcar a Malniu		
Dijous 18	Cova d'Anes	Mitja jornada Familiar	25 places
Senderisme	Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament Hotell Bellavista de Bellver		
	Dificultat: mitja	Duresa: baixa	Desnivell: 100 m pujar i baixar
	Distància: 3 km	Fí de l'activitat: 12:30 h a Bellver	
	Centres d'interès: Una cova senzilla de fer, amb la bellesa de les sales, les talactites i les estalagmites.		
	Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla amb roba de mànega llarga, i llanterna.		
Salut	Tast de Nordic Walking	2 h tarda	25 places
	Hora de trobada: 16:30 tarda, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina		
Salut	Tast de Nordic Walking	2 h tarda	25 places
	Hora de trobada: 19:00 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina		
	Dificultat: baixa	Duresa: baixa	Desnivell: 100 m pujar i baixar
	Distància: 5 km	Fí de l'activitat: 18:30 i 21:00 h a l'aparc. d'Alp 2500	
	Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments		
	Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, ulleres i protecció solar.		
Divendres 19	Estany de l'Orri	Mitja jornada. Familiar	50 places
Senderisme	Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu		
	Dificultat: baixa	Duresa: moderada	Desnivell: 250 m pujar i baixar
	Distància: 6 km	Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi Cap de Rec	
	Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya, llac glacial		
	Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar.		
Itinerari cultural	La Batllia	Tarda	Familiar
			50 places

Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dissabte 20
Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 21
Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-.
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-.

Dilluns 22
Senderisme

Itinerari de la llúdriga Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:45 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:15 h a Martinet
Centres d'interès: Visita a la Casa del Riu, a l'antic escorxadó, i itinerari per la riba del riu per a observar l'habitat on hi viuen les marmotes
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 50 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 23
Ruta cultural

El Tractat dels Pirineus Jornada sencera Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: cap Duresa: cap Desnivell: es fa en cotxe
Distància: 135 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: Visita als enclavaments de Vilafranca de Conflent, Montlluís i Lívia
Observacions: Cal dur pic-nic -dinar al llac de Matamala-, aigua, ulleres i protecció solar. Opcional: visita a les coves Canaletes (9,00Eu adults i 5,00 infants,) o al Fort Liberia (6,00 Eu adults i 3,50 Eu infants).

Dimecres 24
Senderisme

La Vall d'Eina Jornada sencera 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del CAT Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 750 m pujar i baixar
Distància: 12 km Fí de l'activitat: 15:00 a Eyna

Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya en una vall de singular bellesa
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, motxilla, dinar de pic-nic, ulleres i protecció solar. Opcional: possibilitat d'anar als Banys de Llo (11,00 Eu) cal dur el banyador.

Dijous 25
Ruta cultural

Camí dels Bons Homes Jornada sencera Familiar 50 places
Hora de trobada: 8:00 matí, aparcament CAT de Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: escàs
Distància: 216 km Fí de l'activitat: 18:00 h a Puigcerdà
Centres d'interès: el catarisme, la seva filosofia, els castells i els comtes occitans, la croada contra els càtars, el paper de la Corona d'Aragó...
Observacions: Cal dur aigua, dinar de pic-nic, ulleres i protecció solar. El cost de les entrades al castell de Montsegur és de 5,00 Eu, i el del castell de Foix 4,60 Eu

Divendres 26
Senderisme

Estanys de Malniu Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 160 m pujar i baixar
Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi Cap de Rec
Centres d'interès: bosc i vegetació d'alta muntanya, llac glacial, geomorfologia
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Tarda Familiar 50 places
Hora de trobada: 17:00 tarda, plaça de la l'ajuntament
Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable
Distància: 2 km Fí de l'activitat: 19:00 h al parc Shierbeck
Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parck Shierbeck

Dissabte 27
Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 28
Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-.
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-.

Dilluns 29
Senderisme

Camí de Sant Jaume Mitja jornada Familiar 50 places
Hora de trobada: 9:00 Davant Torre del Remei
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 11 km Fí de l'activitat: 13:00 a la Torre del Remei
Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Ntra. Senyora del Remei a Ntra. Senyora de Quadres, acabant a Isòvol.

Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Itinerari cultural **La Batllia** Tarda Familiar 50 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 30

Senderisme

Gorges de Carançà Una jornada 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: mitjaa Duresa: mitjaa Desnivell: 320 m pujar i baixar
Distància: 6 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls
Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador

Dimecres 31

Ascensió

El Carlit (2923m) Jornada sencera 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament del CAT Puigcerdà
Dificultat: baixa Duresa: mitja Desnivell: 1200 metres
Distància: 12 km Fí de l'activitat: 16:00 h a Porta
Centres d'interès: El paisatge i la segona zona lacustre més important del Pirineu Oriental. Pujada per Pimorent, no tan freqüentada com les Bulloses
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, menjar, dinar de pic-nic, aigua, ulleres i protecció solar. Cal pagar una taxa per passar la barrera d'1,5 Eu

Setembre 2011

Dijous 1

Senderisme

Cova d'Anes Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament Hotell Bellavista de Bellver
Dificultat: mitja Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 3 km Fí de l'activitat: 12:30 h a Bellver
Centres d'interès: Una cova senzilla de fer, amb la bellesa de les sales, les talactites i les estalagmites.
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla amb roba de mànega llarga, i llanterna.

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h tarda 13 places
Hora de trobada: 17:00 tarda, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a l'aparcament d'Alp 2500
Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments
Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, ulleres i protecció solar.

Divendres 2

Senderisme

Estanys de la Pera Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 225 m pujar i baixar
Distància: 4 km Fí de l'activitat: 13:30 h Aransa
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i els llacs d'alta muntanya.
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Arribarem amb els vehicles fins a Pollineres.

Dissabte 3

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar
Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana
Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 4
Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina
Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500
Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-
Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar
Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-

Dilluns 5
Senderisme

Camí de Sant Jaume Mitja jornada Familiar 25 places
Hora de trobada: 9:00 Davant Santa Maria de Talló
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 11 km Fí de l'activitat: 13:00 a Santa Maria de Talló
Centres d'interès: Tram del Camí de Sant Jaume a la Cerdanya, de Santa Maria de Talló a Martinet.
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar, i alguna cosa per picar

Itinerari cultural

La Batllia Tarda Familiar 25 places
Hora de trobada: 16:00 tarda, aparcament Hotel Bon Repós a Bellver
Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: inapreciable
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 19:00 h a Bellver
Centres d'interès: Visita al nucli antic de Bellver de Cerdanya, al llogarret de Talló i a l'església de Santa Maria de Talló
Observacions: Cal dur aigua, ulleres i protecció solar

Dimarts 6
Senderisme

Gorges de Carançà Una jornada 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, aparcament CAT Puigcerdà
Dificultat: mitjaa Duresa: mitjaa Desnivell: 320 m pujar i baixar
Distància: 6 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Thues entre Valls
Centres d'interès: L'espectacle de roca i aigua de les gorges
Observacions: Cal dur calçat de muntanya, aigua, ulleres i protecció solar, motxilla i dinar de pic-nic. Opcional: de retorn anar als Banyes de Llo (11.00 Eu), en aquest cas cal dur el banyador

Dimecres 7
Ascensió

El Puigpedrós (2914m) mitja jornada 25 places
Hora de trobada: 8:30 matí, la sortida del poble de Meranges cap a Malniu
Dificultat: mitja Duresa: alta Desnivell: 785 m pujar i baixar
Distància: 8,5 km Fí de l'activitat: 13:30 h al refugi de Malniu
Centres d'interès: paisatge d'alta muntanya, llacs glacials, tarteres i gran panoràmica
Observacions: Cal dur aigua, menjar d'atac, motxilla amb roba per les inclemències del temps, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal abonar la taxa municipal per aparcar a Malniu

Dijous 8
Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 12 places
Hora de trobada: 9:00 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Salut

Tast de Nordic Walking 2 h matí 13 places
Hora de trobada: 11:30 matí, a l'aparcament d'Alp 2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 100 m pujar i baixar
Distància: 5 km Fí de l'activitat: 11:00 i 13:30 h a l'aparc. d'Alp 2500
Centres d'interès: Conèixer la tècnica de la marxa nòrdica, fent una adaptació i les primeres passes, per fer una caminada tot acabant amb una sessió d'estiraments
Observacions: Cal dur aigua, calçat esportiu, ulleres i protecció solar.

Itinerari cultural

La vila de Puigcerdà Tarda Familiar 25 places

Hora de trobada: 17:00 tarda, plaça de la l'ajuntament

Dificultat: baixa Duresa: baixada Desnivell: inapreciable

Distància: 2 km Fí de l'activitat: 19:00 h al parc Shierbeck

Centres d'interès: Visita històrica a la vila de Puigcerdà, recorregut per la plaça Cabrinetty, carrer Major, plaça de Santa Maria, call jueu, passeig 10 d'abril, convent de Sant Domènec, el Casino i el parck Shierbeck

Divendres 9

Senderisme

Estany del Carlit Jornada sencera Familiar 25 places

Hora de trobada: 8:00 matí, aparcament CAT de Puigcerdà

Dificultat: baixa Duresa: baixa Desnivell: 300 m pujar i baixar

Distància: 8 km Fí de l'activitat: 15:00 h a Montlluís

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, dinar de pic-nic, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar. Cal agafar una navette per arribar a les Bulloses. Opcional: Banys termals a Llo (11,00 Eu) cal dur banyador

Dissabte 10

Senderisme

Estana-Prat de Cadí Mitja jornada. Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:00 matí, aparcament de Martinet al costat del riu

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 300 m pujar i baixar

Distància: 9 km Fí de l'activitat: 13:30 h a Estana

Centres d'interès: bosc i vegetació, relleu i les imponents canals de la cara nord de la serra del Cadí

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Diumenge 11

Itinerari

La Tosa en telecabina Mitja jornada Familiar 25 places

Hora de trobada: 9:15 matí, aparcament Alp2500 a La Molina

Dificultat: baixa Duresa: moderada Desnivell: 100 m pujar i baixar

Distància: 5 km Fí de l'activitat: 13:30 h a l'aparcament Alp2500

Centres d'interès: Paisatge d'alta muntanya, vistes Berguedà i Cerdanya, coneguem com funciona una estació d'esquí, circuit de la Tosa i circuit pels enclavaments històrics de l'estació -els llacs, Trampolí, Pista Llarga, Font Canaleta-.

Observacions: Cal dur aigua, calçat de muntanya, ulleres i protecció solar

Preu Tcb Alp 2500 no inclòs -9,00Eu-.