

CIRCUIT
1

ARAMUNT - SANT MARTÍ DE CANALS

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653733>

Distance: 17.5km | Durée: 1h. 15 min | Dénivelé: 195 m

Difficulté: MOYENNE

La première partie de ce circuit passe par un terrain plat qui entoure la partie nord-est du lac Sant Antoni en direction au village d'Aramunt. Traversez le pont de la Noguera Pallaresa et le petit village du Pont de Claverol. Continuez par la route locale dont le paysage principal est le lac Sant Antoni. Dans une de ces petites plages du lac, vous y trouvez le bar Xiringuito, où vous pouvez reprendre vos forces. Quand vous arrivez à Aramunt, montez vers le village de Sant Martí de Canals. C'est la partie la plus dure du circuit : un chemin très bien conservé où l'on y trouve la fontaine de Sant Martí. Appréciez aussi la magnifique vue du lac Sant Antoni. De Sant Martí de Canals, profitez d'une agréable descente par la route locale jusqu'à La Poble de Segur.

CIRCUIT
2

LAC DE SANT ANTONI – VERNEDOT

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653726>

Distance: 17.5km | Durée: 1h | Dénivelé: 95 m

Difficulté: FACILE

Si vous êtes en famille, c'est le circuit idéal. Le début de ce circuit est le même que celui du CIRCUIT 1, jusqu'au village d'Aramunt. Pendant cette première partie, vous pouvez apprécier la merveilleuse vue du lac Sant Antoni. À Aramunt, on vous conseille aussi de faire un petit tour par l'ancien village qui est situé au sommet d'une colline. Ensuite, dirigez-vous vers la maison de campagne Cal Caputxi et continuez jusqu'au bar Xiringuito. À partir de ce point, suivez en direction à La Poble de Segur et passez à côté de l'ermitage Socors. Traversez le pont de la Noguera Pallaresa, tournez à droite et continuez par le côté de la rivière jusqu'à l'aire de pique-nique Vernedot. Quand vous traversez l'aire, continuez jusqu'à La Poble de Segur. Une fois au village, profitez l'occasion de visiter ses rues et les constructions modernistes Casa Mauri, le parc municipal et l'église.

CIRCUIT
3

TORALLOLA – RIVERT – SALÀS DE PALLARS

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653738>

Distance: 29km | Durée: 3h | Dénivelé: 680 m

Difficulté: DIFFICILE

Le circuit commence parallèlement à la route C-13 en direction au village Sant Joan de Vinyafrescal. De ce village vous avez une très belle vue du lac Sant Antoni. Montez vers l'ermitage Sant Roc, continuez le circuit par les villages de Torallola et Toralla, qui restent sur votre droite. Quand vous arrivez au carrefour, dirigez-vous jusqu'à Rivert, un petit village avec une splendide fontaine et un petit bassin au milieu de sa place principale. Le circuit continue à travers la forêt de Salàs, qui est pleine de champignons en automne. Finalement, vous arrivez à Salàs de Pallars, un ancien village clos que vous devez absolument visiter. Pour rentrer à La Poble de Segur, prenez l'ancien chemin qui passe par-dessous du pont Solà jusqu'au Centre VTT.

CIRCUIT
4

LA FORÊT D'ERINYÀ

<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653742>

Distance: 30km | Durée: 3h. 50min | Dénivelé: 700 m

Difficulté: DIFFICILE

Suivez les mêmes indications que pour le CIRCUIT 3, jusqu'au carrefour qui vous conduit au village de Toralla. À partir d'ici, laissez vos vélos et réalisez une belle randonnée jusqu'aux grottes de l'Age de Bronze ou, si vous préférez faire une visite plus tranquille, montez jusqu'à l'observatoire El Coll. De ce point, vous bénéficiez d'une extraordinaire vue panoramique des Pyrénées. Continuez la descente par l'ombrée de Serradell jusqu'à traverser la rivière et arrivez au village d'Erinyà. Suivez la route jusqu'à la gorge d'Erinyà et, avant de traverser le tunnel, croisez la N-260 et dirigez-vous vers la vieille route de La Poble de Segur. Ici, vous trouvez l'ermitage de Sant Miquel, du XIIème siècle, et vous finissez la route à La Poble de Segur.

CONSEILS ET CODES

Avant de partir, contrôlez l'état de votre VTT et renseignez-vous de l'itinéraire et de la météo prévue.

Prévenez de votre itinéraire.

N'oubliez pas le casque.

Soyez discret et respectueux avec l'environnement.

Suivez les balisages sur le terrain, respectez les propriétés privées.

Gardez les sites intacts, ne jetez aucun débris.

Ne dérangez pas les troupeaux et refermez les barrières.



INFORMATION

CENTRE SPORTIF MUNICIPAL

Pavelló Municipal d'Esports
C/ La Font, s/n
25500 La Poble de Segur
Tel. 973680644
patronatesports@lapobladesegur.cat

OFFICE DE TOURISME

Av. Verdaguer, 35
25500 La Poble de Segur
Tel. 973680257
turisme@lapobladesegur.cat

EPICENTRE CENTRE D'ACCUEIL DES VISITEURS DU PALLARS JUSSÀ

Pg. del Vall, 13
25620 Tremp
Tel. 973653470
epicentrevisitants@pallarsjussa.cat

PALLARS JUSSÀ
DIVERSITÉ DU TERRITOIRE

Le Centre VTT Pallars Jussà vous offre la possibilité de pédaler et découvrir la variété géographique qui se trouve dans ce département pré-pyrénéen. Les onze circuits balisés vous permettent de parcourir plus de 315 kilomètres, avec des options adaptées à tous les niveaux. Retrouvez, tout au long des circuits, les sites les plus emblématiques de notre territoire.

L'accueil du Centre VTT se trouve au Pavelló Municipal d'Esports, à La Poble de Segur. Le village est stratégiquement situé au centre géographique de la région, caractéristique qui rend à La Poble le meilleur point de départ pour découvrir tous les coins du Pallars Jussà.

Tous les circuits décrits à continuation ont comme point de départ le Centre VTT et, ensuite, ils prennent différentes directions qui vous permettront découvrir des lieux tels que le lac Sant Antoni, les rivières Noguera Pallaresa et Flamisell et les montagnes Boumort, Sant Corneli, Nerets, Sant Salvador, Camporan et Estall.

La caractéristique principale du Pallars Jussà est l'axe d'eau formé par les rivières Noguera Pallaresa et Flamisell qui traversent la région du nord vers le sud. Les cours de ces rivières forment jusqu'à trois lacs (Sant Antoni, Cellers et Camarasa) et deux magnifiques défilés (Collegats et Terradets). La principale attraction de ce territoire pyrénéen est, sans doute, sa richesse naturelle.

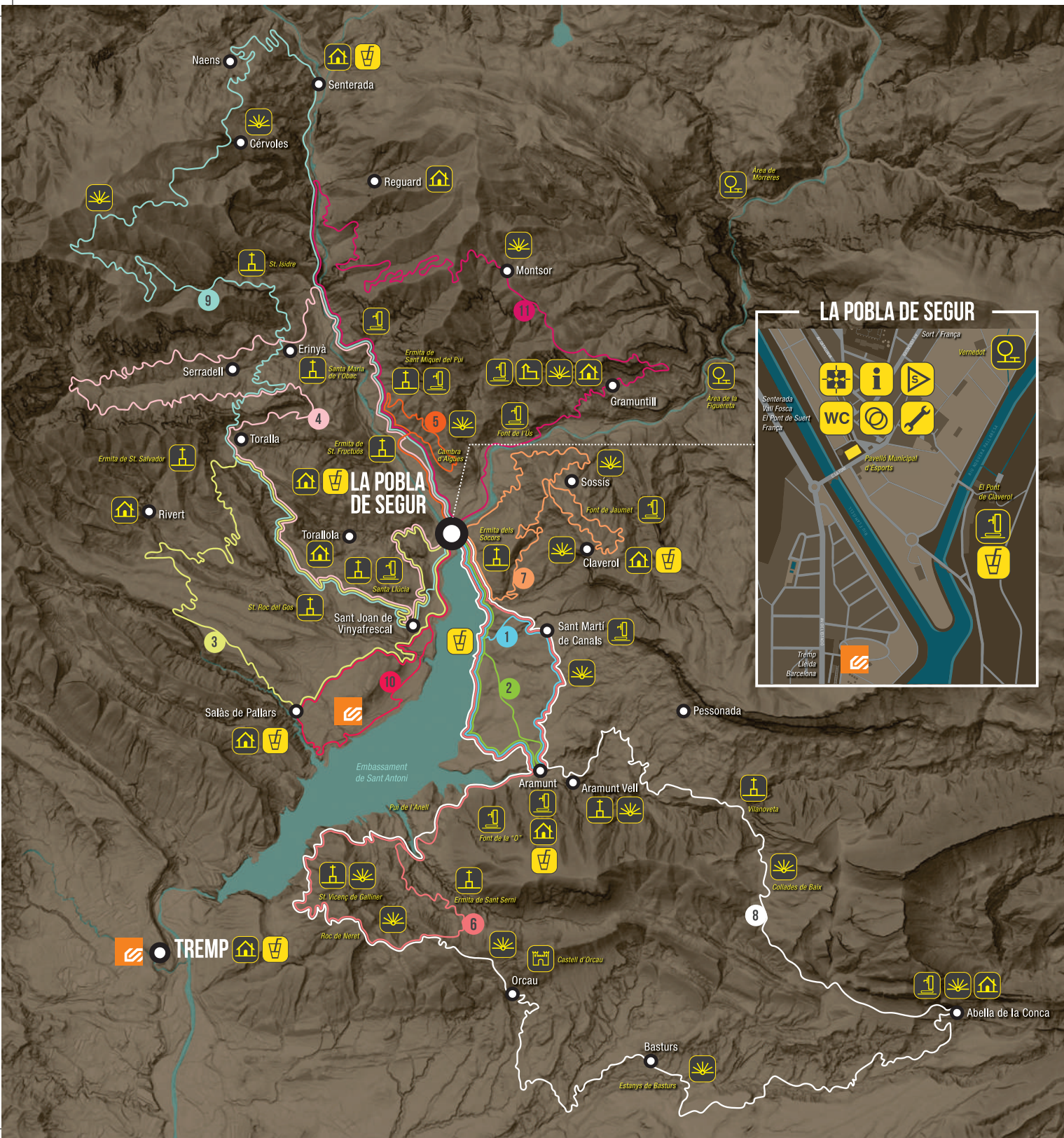


DL L 1442-2016



PALLARS JUSSÀ

CENTRE
VTT



CIRCUIT 5  **SANT MIQUEL — COSTA PERA**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653763>
 Distance: 11km | Durée: 1h. 30 min | Dénivelé: 240 m
 Difficulté: MOYENNE

Voici un circuit court mais dur techniquement. Le point le plus élevé du circuit est la **Cambra d'Aigües**, d'où vous pouvez apprécier une panoramique spectaculaire de **La Pobla de Segur**, la **Conca de Dalt** et le **lac Sant Antoni**. Poursuivez en direction à l'ermite **Sant Miquel**, du XIIème siècle, qui est située dans le **Pui de Segur**. Ceci est le lieu de provenance des habitants de **La Pobla de Segur**. À la place de l'ermite, vous y trouvez une fontaine pour reprendre vos forces. La partie finale du circuit est assez facile : arrivez à l'ermite **Sant Fructuós** et, finalement, descendez jusqu'au Centre VTT.

CIRCUIT 6  **MONTESQUIU — GALLINER**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653765>
 Distance: 35,50km | Durée: 3h | Dénivelé: 680 m
 Difficulté: TRÈS DIFFICILE

Suivez les mêmes balisages des **CIRCUITS 1 ET 2** jusqu'à **Aramunt**. À **Aramunt**, prenez le chemin en direction à **Pui de l'Anell**. Continuez par le pied de la montagne, en pédalant tout autour du **lac Sant Antoni**, jusqu'à la **maison Casasses**. Ici, montez jusqu'à atteindre le **Roc de Neret**, en laissant sur votre gauche l'ancien village **Galliner**. La vue depuis le **Roc de Neret** est impressionnante : vous voyez toute la **Conca de Tremp**, les **lacs Sant Antoni** et **Cellers** et le **Montsec** au fond. Avec un telle vue, l'effort n'a pas été en vain. Descendez vers **La Pobla de Segur**, tout en passant par **Montesquiu** et les **fontaines de Pujol** et de la **O**, pour vous rafraîchir. Pour finir le circuit, passez par **Sant Martí de Canals** et ensuite reprenez la route jusqu'à **La Pobla de Segur**.

CIRCUIT 7  **CLAVEROL**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653767>
 Distance: 18,30km | Durée: 2h. 30 min | Dénivelé: 520 m
 Difficulté: DIFFICILE

C'est un circuit court mais assez difficile à cause du dénivelé. Dirigez-vous vers **El Pont de Claverol**, montez par le sentier, passez entre les prés et les forêts de chêne et admirez les vues exceptionnelles du **lac Sant Antoni** et du **rocher escarpé de Personada**. Grimpez vers le **Roc Llenasca** en traversant une forêt de pins pleine de champignons en automne. Si vous avez de la chance, vous pourrez observer quelques exemplaires de la faune autochtone.

LÉGENDE CARTE

 Bar	 Gare FCG	 Parc ou jardin	 Entretien
 Maison de campagne	 Ermite	 Point d'accueil	 Vues panoramiques
 Château	 Source ou fontaine	 Point de départ	 WC
 Église	 Location de vélos	 Point d'information	

Depuis le **Roc Llenasca**, descendez par un sentier qui permet avoir des vues du défilé de **Collegats** et du barrage de **Llania** jusqu'au village de **Sossis**, célèbre par ses mines charbonnières du début du dernier siècle. Pour finir le circuit, dirigez-vous parallèlement à la rivière **Noguera Pallaresa** en direction au **Pont de Claverol**.

CIRCUIT 8  **TOUR À SANT CORNELI**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653769>
 Distance: 62km | Durée: 5h. 30 min | Dénivelé: 1360 m
 Difficulté: TRÈS DIFFICILE

Voici le circuit le plus long et le plus difficile du Centre VTT Pallars Jussà. Cependant, c'est celui qui vous permet de découvrir à fond la beauté de la région. Vous allez traverser des vallées et des montagnes, découvrir des châteaux médiévaux comme celui d'**Orcau**, des bassins uniques à la Catalogne comme celui de **Basturs** et des églises romanes comme celle de **Sant Esteve**, à **Abella de la Conca**. Cette église romane a été construite à partir de trois nefs de voûte en berceau, un magnifique clocher rectangulaire et deux étages. Elle s'impose, majestueuse, en observant le village et la plaine d'amandiers qui complète le décor de la **Conca Dellà**. La partie la plus technique du circuit commence au moment où vous entrez à la **Reserva Nacional de Caça de Boumort**. Émerveillez-vous par la grande colonie de cerfs et d'oiseaux rapaces et de la beauté des paysages.

CIRCUIT 9  **SERRAT DE SANT ROC**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=5653771>
 Distance: 43,62km | Durée: 5h. 30 min | Dénivelé: 1400 m
 Difficulté: TRÈS DIFFICILE

Circuit qui mène le plus au nord au visitant. Passez par l'ancienne route de **Sant Miquel** jusqu'au défilé d'**Erinyà** et, après, vous traversez par le centre de **Senterada**. À partir de ce point-ci, montez un dénivelé de 800m jusqu'au **Serrat de Sant Roc**. Malgré l'effort, vous allez vous émerveiller avec le spectaculaire paysage qui continue jusqu'à la **vallée de Serradell** et **Erinyà**. Ensuite, suivez vers **Torallola** et passez par l'ermite **Santa Maria de l'Obac**. Continuez par la chaîne de montagnes **Ramoníc** en direction à **Torallola** et **Sant Joan de Vinyafrescal**. Vous finissez ce circuit au Centre VTT.



CIRCUIT 10  **SALÀS DE PALLARS**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=12444542>
 Distance: 12,50km | Durée: 1 h 45 minutos | Dénivelé: 170 m
 Difficulté: MOYENNE

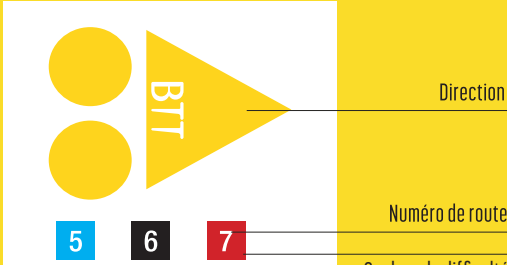
Prenez le nouveau chemin qui entoure le **lac Sant Antoni**. C'est un circuit avec peu de pentes et qui peut être réalisé en famille. Vous avez toujours des bonnes vues du lac et de la montagne. Passez à côté de l'ancienne gare de **Salàs de Pallars** jusqu'à l'aire du **Piolet**. Montez jusqu'à **Salàs de Pallars**, où vous pouvez visiter le centre historique et les magasins d'époque. Pour rentrer au point de départ, prenez le chemin qui est au dessous de la piscine du village et, tranquillement, pédalez jusqu'à **Sant Joan de Vinyafrescal**. Le circuit passe sous la route C-13 et la voie ferrée. Vous finissez le parcours au Centre VTT.

CIRCUIT 11  **ROCS DE QUERALT - COLLEGATS - GRAMUNTILL**
<http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=12448642>
 Distance: 31,50km | Durée: 4 h 9 minutos | Dénivelé: 1017 m
 Difficulté: TRÈS DIFFICILE

Ce circuit possède une grande difficulté (il n'y a pas de balisages - seulement des tracks). Le point de départ est **La Pobla de Segur** et vous continuez par l'ancienne route de **Sant Miquel** jusqu'au carrefour de **Reguard**. Passez la vallée du **Flamisell** et montez jusqu'à **Montsor**, un village abandonné. Ensuite, vous continuez par la crête **Rocs de Queralt** et vous vous enfoncez dans la zone de **Collegats** jusqu'à arriver à **Gramuntill**. Pendant le parcours, il y a des vues magnifiques de la **vallée de la Noguera Pallaresa**, qui possède une énorme richesse biologique (la flore et la faune autochtones) et géologique. Pour finir, vous descendez par un sentier jusqu'à la **fontaine de l'Us** et vous traversez la route afin de descendre, par le côté de la rivière, jusqu'au **Pont de Claverol** et vous retournez au Centre VTT.



BALISAGE



Direction

Numéro de route

Couleur de difficulté