

Descripció de les rutes / Descripción de la rutas

Sortida de La Riba de Vilanova de Sau Salida de La Riba de Vilanova de Sau

- 12** La Riba – El Bruguer – La Riba
Circuit curt i de baix nivell tècnic. Ideal per a iniciar-se en el món de la bicicleta de muntanya.
Circuito corto y de bajo nivel técnico. Ideal para iniciarse al mundo de la bicicleta de montaña.
Distància/Distancia: 4km. Temps/Tiempo: 30min. Desnivell/Desnivel: +50m.

Sortida Punt d'Informació de Vilanova de Sau Salida Punto de Información de Vilanova de Sau

- 14** Vilanova de Sau - Sant Romà de Sau - Vilanova de Sau.
Circuit planer amb fantàstiques vistes sobre el pantà de Sau i els cingles de Tavertet i de Vilanova de Sau.
Circuito llano con fantásticas vistas sobre el pantano de Sau y los riscos de Tavertet y de Vilanova de Sau.
Distància/Distancia: 14km. Temps/ Tiempo: 1h. 15min. Desnivell/Desnivel: +100m.



- 15** Vilanova de Sau - Cal Joan - La Coromina - Vilanova de Sau.
Variant de la ruta núm.14 amb menys distància. Planera i amb força asfalt.
Variante de la ruta nº 14 con menos distancia. Llana y con mucho asfalto.
Distància/Distancia: 10km. Temps/Tiempo: 1h. Desnivell/Desnivel: +70m.

Ruta d'enllaç Ruta de enlace

- 13** Punt d'informació de Vilanova de Sau – Punt d'informació de Rupit.
Distància/Distancia: 21,70 km. Temps/Tiempo: 2h. Desnivell/Desnivel: +300m
Punt d'informació de Rupit – Punt d'informació de Vilanova de Sau.
Distància/Distancia: 21,70 km. Temps/Tiempo: 1h. 30 min.
Desnivell/Desnivel: +300m.
Bàsicament tot asfalt. Basicamente todo asfalto.

Senyalització de les rutes / Señalización de las rutas

- Tots els circuits estan senyalitzats amb les plaques homologades per Centres BTT/FCC Catalunya, per tal que els usuaris no es puguin perdre.
Para que los usuarios no se puedan perder, todos los circuitos estan señalizados con las placas homologadas por Centres BTT/FCC Catalunya.
- Els diversos tipus de senyals que podem trobar són:
Los diferentes tipos de señales que podemos encontrar son:



Suggeriments turístics / Sugerencias turísticas

L'encant de l'orografia i la gran diversitat de racons insòlits que componen la Vall de Sau Collsacabra han afavorit la creació d'un ampli ventall d'activitats per gaudir del turisme actiu. La regió, formada per rieres, cingles, salts d'aigua, coves prehistòriques i el pantà, és molt adient per a la pràctica de tot tipus d'activitats a la natura. Per això, diverses entitats esportives i empreses de lleure treballen per facilitar-ne la realització. Els aficionats als esports d'aventura no poden perdre's els espectaculars barrancs, els ràpels, el salt amb tirolina, l'espeologia, l'escalada o el tir amb arc. Emmarcades en un paisatge imponent, s'obren camí infinitat de rutes per fer a peu, en bicicleta tot terreny (BTT), a cavall, en segway o fins i tot, amb el 4x4. Els senders estan ben senyalitzats i molts s'enllacen. Si hom vol gaudir d'una vista única, pot sobrevolar la zona en globus aerostàtic o en ultralleuger. Les activitats aquàtiques com el piragüisme, l'esquí nàutic i la pesca es practiquen a les aigües tranquil·les de l'embassament de Sau.

El encanto de la orografía y la gran diversidad de lugares insólitos que componen el Valle de Sau Collsacabra han favorecido la creación de un amplio abanico de actividades para disfrutar del turismo activo. Los riachuelos, riscos, saltos de agua, cuevas prehistóricas y el pantano hacen que la región sea ideal para la práctica de todo tipo de actividades en la naturaleza. Varía entidades deportivas y empresas del ocio trabajan para lograr realizar actividades. Los aficionados a los deportes de aventura no pueden perderse los espectaculares barrancos, los rápeles, los saltos en tirolina, la espeleología, la escalada o el tiro con arco. Enmarcadas en un paisaje imponente, se abren camino infinidad de rutas para ir a pie, en bicicleta de montaña, a caballo, en segway o incluso con el 4x4. Los senderos están bien señalizados y muchos se comunican. Si se quiere disfrutar de una vista única, se puede sobrevolar la zona con globo aerostático o en ultraligero. Las actividades acuáticas como el piragüismo, el esquí náutico y la pesa se practican en las aguas tranquilas del embalse de Sau.



Fotografies cedides per: Antoni Anguera, Miquel Masallera, Josep Selga, Solo Bici, Consorci Vall de Sau Collsacabra.

Informació / Información

Consorci per a la Promoció Turística de la Vall de Sau Collsacabra
Plaça Major, 6 2a planta
08569 Rupit i Pruit
Tel. 938 522 839
saucollscabrac@idiba.cat
http://www.saucollscabrac.cat

Punt d'acolliment de l'Esquirol Anigami (Masia Les Comes)
Ctra. Vic – Olot, km. 18'700
08511 L'Esquirol
Tel. 937 447 295
info@anigami.cat

Punt d'Informació de Rupit – Pruit
Plaça Major, 6
08569 Rupit i Pruit
Tel. 938 522 003
rupit@idiba.cat

Punt d'Informació de Tavertet
C/Jaume Balmes s/n
08511 Tavertet
Tel. 938 565 079
tavertet@idiba.cat

Punt d'Informació de Folgueroles
Plaça Verdaguier, 2
08519 Folgueroles
Tel. 938 122 329
en.guilleries.folgue@idiba.cat

Punt d'Informació de Tavèrnoles
C/ Església, 1
08519 Tavèrnoles
Tel. 938 122 036
tavernoles@idiba.cat

Punt d'Informació de Sant Julià de Vilatorrada
Parc de les Set Fonts
08504 Sant Julià de Vilatorrada
enguilleries.stjuli@idiba.cat

Punt d'Informació de Vilanova de Sau
Passeig Verdaguier, s/n
08519 Vilanova de Sau
Tel. 620.131.211
info@vilanovadesau.cat

Serveis / Servicios
Emergències: 112
RENFE 902 24 02 02
Estació d'autobusos de Vic 938 891 917
Ràdio Taxi Osona 938 855 000

Consells i normativa / Consejos y normativa

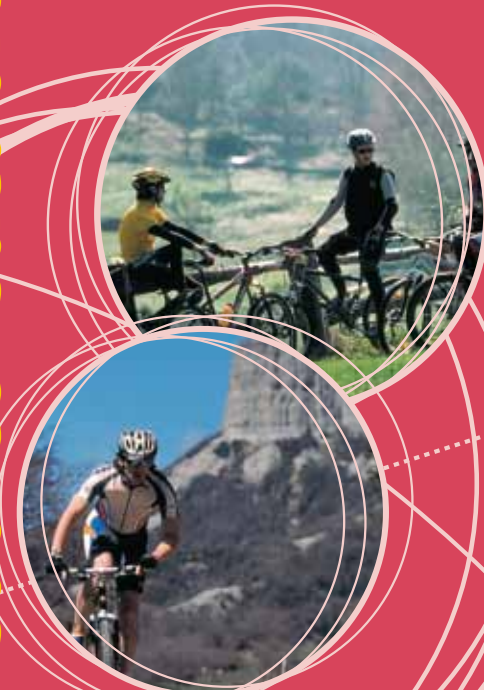
- Abans de sortir, reviseu l'estat de la bicicleta, i informeu-vos de la ruta i del clima previst.
- Deixeu dit el camí que fareu.
- Utilitzeu el casc.
- Respecteu la prioritat dels vianants i les normes de circulació.
- Respecteu el medi ambient i l'entorn natural.
- Seguiu les rutes senyalitzades, no entreu a camins particulars.
- No embruteu el bosc.
- Respecteu els tancats per el bestiar i tanqueu-los un cop hagueu passat
- Antes de salir, revise el estado de la bicicleta y informaros de la ruta y del clima previsto.
- Dejad dicho el camino que haréis.
- Utilizad el casco.
- Respetad la prioridad de los caminantes y las normas de circulación.
- Respetad el medio ambiente y el entorno natural.
- Seguid las rutas señalizadas, no entréis en los caminos particulares.
- No ensuciéis el bosque.
- Respetad los cercos para animales y cerradlos una vez pasado.

estudi oliver gràfic_10 972 58 11 03



Centre BTT

vall de sau-collscabrac

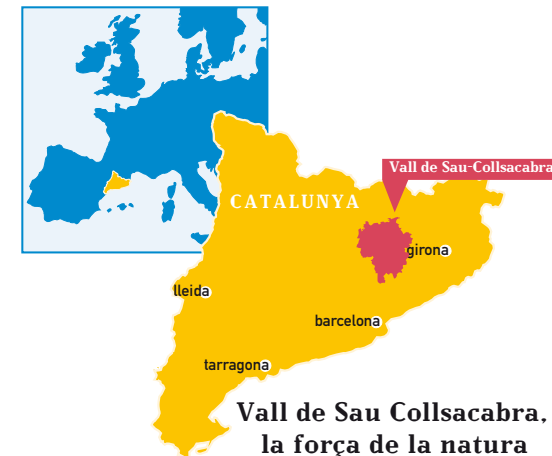


VALL DE SAU
COLLSACABRA

L'esport mou Catalunya

Generalitat de Catalunya
Departament de la Vicepresidència
Secretaria General de l'Esport

català-castellà


























Vall de Sau Collsacabra,
la força de la natura
la fuerza de la naturaleza

Les arbrades humides de les *Guilleries*, l'altiplà abrupte del *Collsacabra* i la *Vall de Sau* han creat un rerepaís privilegiat. L'entorn imponent dels cingles, boscos i aigua amaga petits pobles de pura estampa medieval. Amb una sinuositat pausada, el riu *Ter* travessa un petit món de paisatges diversos on l'abundor d'aigua, les planes suaus i els relleus més escarpats menen als pobles de *Folgueroles*, *L'Esquirol*, *Rupit i Pruit*, *Tavèrnoles*, *Tavertet* i *Vilanova de Sau*. El riu i el pantà són el centre d'una comarca natural, encerclada al septentrió dels espadats del *Collsacabra* i al sud per les *Guilleries*.





Las arboledas húmedas de las *Guilleries*, el altiplano abrupto del *Collsacabra* y el *Valle de Sau* han creado un interior privilegiado. El entorno imponente de barrancos, bosques y agua esconde pueblitos de pura estampa medieval. Con una sinuosidad pausada, el río *Ter* cruza un pequeño mundo de paisajes diversos donde la abundante agua, las planas suaves y los relieves más escarpados conducen a los pueblos de *Folgueroles*, *L'Esquirol*, *Rupit y Pruit*, *Tavèrnoles*, *Tavertet* y *Vilanova de Sau*. El río y el pantano son el centro de una comarca natural, rodeada por el *Collsacabra* y en el sur por las *Guilleries*.






Llegenda del mapa/Leyenda del mapa

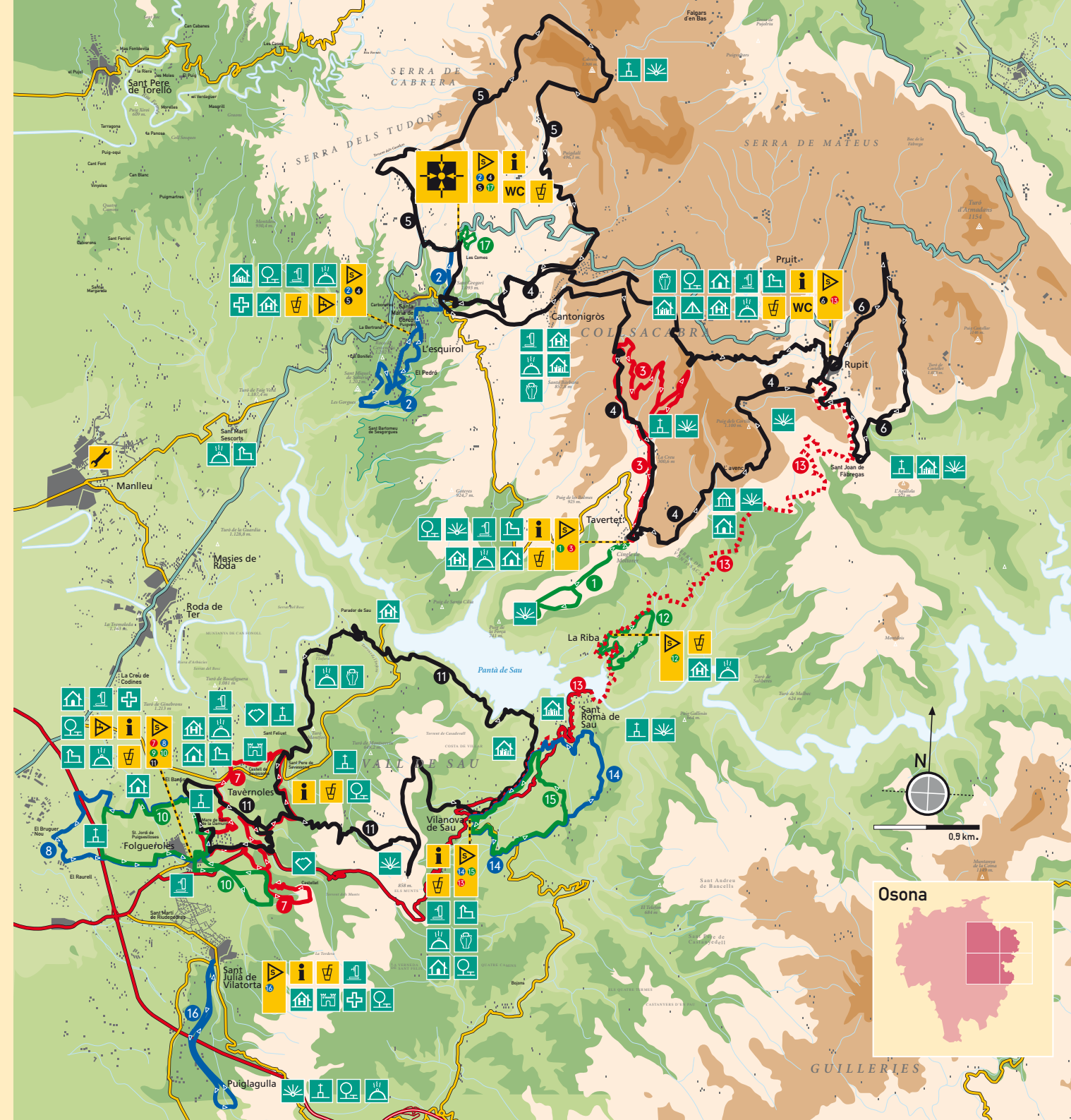
	Punt d'acolliment Punto de acogida		Ermita Ermita	Vials/Viales	
	Punt d'informació Punto de información		Església Iglesia	— 1er ordre/1r orden	
	Punt de sortida Punto de salida		Castell Castillo	— 2on ordre/2o orden	
	Punt de rentat Punto de lavado		Restaurant Restaurante	— 3er ordre/3r orden	
	Lloguer de bicicletes Alquiler de bicicletas		Hotel Hotel	Cotes/Cotas	
	Reparació Reparación		Casa rural Casa rural	■ 1200 m.	
	Dutxes Duchas		Casa de colònies Casa de colonias	■ 1100 m.	
	Bar Bar		Càmping Camping	■ 900 m.	
	WC WC		Pícnic Pícnic	■ 700 m.	
	Vistes panoràmiques Vistas panorámicas		Artesania popular Artesanía popular	■ 600 m.	
	Font Fuente		Assistència mèdica Asistencia médica	■ 500 m.	
	Monuments Monumentos			■ 400 m.	

Color de la senyalització/Color de la señalización

Grau progressiu en funció de la dificultat del recorregut Grado progresivo en función de la dificultad del recorrido			
			
fàcil fácil	mitjà medio	difícil difícil	molt difícil muy difícil

Placa de senyalització de les rutes/ Placa de señalización de las rutas

número de ruta número de ruta		direcció dirección		color de dificultat color de la dificultad
				



Descripció de les rutes/Descripción de las rutas

Sortida de la Zona Esportiva de Folgueroles Salida de la Zona Deportiva de Folgueroles

- 7** Folgueroles - Casol de Puigcastellet - Sant Pere de Savassona - La Damunt - Folgueroles.
Circuit de gran bellesa amb senders molt divertits i de dificultat mitjana. Circuito de gran belleza con senderos muy divertidos y de dificultad mediana.
Distància/Distancia: 14,5km.
Temps/Tiempo: 1h.15 min.
Desnivell/Desnivel: +300m.



- 8** Folgueroles - La Damunt - Sant Jordi de Puigseslloses - Folgueroles.
Circuit distret i assequible, amb una gran vista sobre la plana de Vic, des de Sant Jordi de Puigseslloses.
Circuito distraído y asequible, con una gran vista sobre el llano de Vic, desde Sant Jordi de Puigseslloses.
Distància/Distancia: 15km. Temps/Tiempo: 1h.15 min. Desnivell/Desnivel: +100m.

- 9** Folgueroles - La Damunt - Monolits de Jacint Verdaguer - Folgueroles.
Circuit planer seguint l'itinerari de monolits amb les poesies de Jacint Verdaguer.
Circuito llano siguiendo el itinerario de monolitos con las poesías de Jacint Verdaguer.
Distància/Distancia: 10,5km. Temps/Tiempo: 1h. Desnivell/Desnivel: +75m.

- 10** Folgueroles - Font Trobada - Folgueroles.
És el circuit més fàcil, de passeig per Folgueroles. Ideal per als més menuts i per fer-la amb tota la família.
Es el circuito más fácil, de paseo por Folgueroles. Ideal para los más pequeños y para realizarla con toda la familia.
Distància/Distancia: 6,80km Temps/Tiempo: 45min. Desnivell/Desnivel: +50m.

- 11** Folgueroles - Els Munts - Pantà de Sau - Savassona - Tavernoles-Folgueroles.
Circuit per a veritables fans de la BTT amb senders tècnics i baixades de vèrtic.
Circuito para verdaderos fans de la BTT con senderos técnicos y bajadas de vértigo.
Distància/Distancia: 36,17km. Temps/Tiempo: 3h. 30min. Desnivell/Desnivel: +600m.

Sortida del Punt d'informació de St. Julià de Vilatorça Salida del Punto de información de St. Julià de Vilatorça

- 16** Sant Julià de Vilatorça - Set Fonts - Puiglagulla - Sant Julià de Vilatorça.
Ruta que aprofita el Gr. d'anada i tornada pel mateix lloc i que ens permet aprofitar una petita serra boscosa molt distreta tècnicament.
Ruta que aprovecha el Gr. de ida y vuelta por el mismo sitio y que nos permite aprovechar una pequeña sierra boscosa muy entretenida técnicamente.
Distància/Distancia: 10,8km. Temps/Tiempo: 1h. 30 min.
Desnivell/Desnivel: +192m.

Descripció de les rutes/Descripción de las rutas

Sortida del Punt d'Acolliment l'Esquirol Salida del Punto de Acogida del Esquirol

- 2** Punt d'acolliment de l'Esquirol - La Barra de Ferro - Punt d'acolliment de l'Esquirol
Circuit predominant de sender que voreja la riera de les Gorgues, de distància curta però de nivell tècnic mitjà alt.
Circuito con predominio de senderos que rodean el torrente de las Gorgues, de distancia corta pero de desnivel técnico mediano alto.
Distància/Distancia: 12,66km. Temps/Tiempo: 1h. 30 min.
Desnivell/Desnivel: +239m.

- 4** Punt d'acolliment de l'Esquirol - Cantonigròs - Tavertet - Rupit - Punt d'acolliment de l'Esquirol.
Circuit dur pels desnivells, la distància i el nivell tècnic. Però molt recomanable pel seu atractiu paisatgístic.
Circuito duro por los desniveles, la distancia y el nivel técnico. Pero muy recomendable por su atractivo paisajístico.
Distància/Distancia: 35,16km. Temps/Tiempo: 4h Desnivell/Desnivel: +1439m.

- 5** Punt d'acolliment de l'Esquirol- Sant Julià de Cabrera- La Foradada - Punt d'acolliment de l'Esquirol
Circuit curt però intens per a tots aquells amb un gran nivell tècnic i que no disposin de massa temps.
Circuito corto pero intenso para todos los que tengan un gran nivel técnico y que no dispongan de mucho tiempo.
Distància/Distancia: 25,02km. Temps/Tiempo: 3h. Desnivell/Desnivel: +1032m.

- 17** Circuit al voltants del punt d'acolliment, curt i de dificultat baixa per aquells que s'inicien al món de la bicicleta.
Circuito alrededor del punto de acogida, corto y de dificultad baja para los que se inician al mundo de la bicicleta.
Distància/Distancia: 1,7 km. Temps/Tiempo: 30 min. Desnivell/Desnivel: +28m.

Sortida del Punt d'Informació de Tavertet Salida del Punto de Información Tavertet

- 1** Tavertet - Pla del Castell - Tavertet.
És la ruta més senzilla i planera de tot el Collsacabra. Amb un interès especial pel mirador del castell i les seves vistes sobre el pantà de Sau.
Es la ruta más sencilla y llana de todo el Collsacabra. Con un interés especial por el mirador del castillo y sus vistas sobre el pantano de Sau.
Distància/Distancia: 7,5 km. Temps/Tiempo: 45min. Desnivell/Desnivel: +50m.

- 3** Tavertet - Fageda de La Cau - Sant Corneli - Tavertet.
Ruta ideal per a iniciats tant pel quilometratge com pel seu nivell tècnic no massa exigent.
Ruta ideal para iniciados por su kilometraje y por su nivel técnico no demasiado exigente.
Distància/Distancia: 14,80 km. Temps/Tiempo: 1h. 30min. Desnivell/Desnivel: +250m.

Sortida del Punt d'Informació de Rupit Salida del Punto de Información de Rupit

- 6** Rupit - Puig de la Batalla - Salt de Sallent - Rupit.
Circuit molt curt però senzillament impressionant, per la gran bellesa dels paisatges i del salt d'aigua.
Circuito muy corto pero sencillamente impresionante, por la gran belleza de los paisajes y del salto de agua.
Distància/Distancia: 11,18km. Temps/Tiempo: 1h. 15min.
Desnivell/Desnivel: +343m.

