RUTESPIRINEUS
Rutes de muntanya, senderisme i excursions

Mobilitat reduïda

Català

# Itinerari adaptat fins al mirador del Cap del Ras

Itinerari adaptat per a persones amb mobilitat reduïda a la serra del Cadí

Bellver de Cerdanya, Cerdanya, Lleida, Catalunya

**Distància d'anada** 1.130m

**Desnivell** 31m

**Pendent màxim** 12% (excepte una rampa final del 15%)

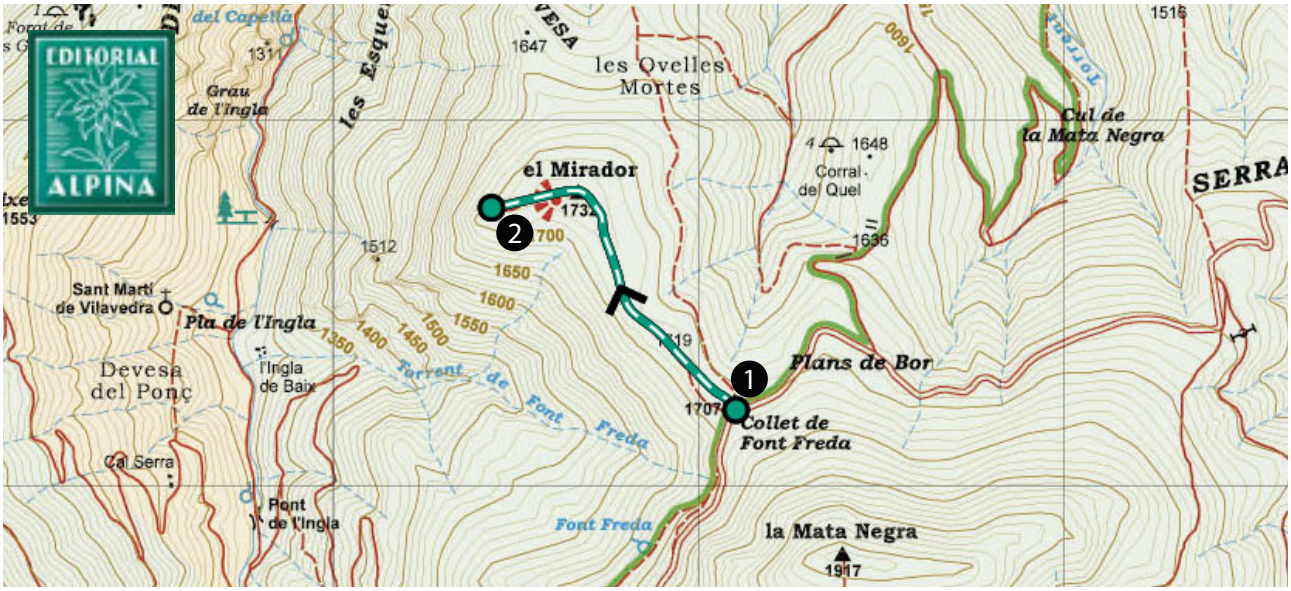
**Accessibilitat** Accessible sense acompanyant.

**Aparcament adaptat** Sí (capacitat per a un vehicle).

**Paviment** Passarel·la de formigó tenyit amb rodapeu, de 90 cm d'amplada mínima, amb sobreamples cada 50m aproximadament i una zona de descans a la meitat de l'itinerari.



© 2013 RUTES PIRINEUS. Tots els drets reservats.




EDITORIAL ALPINA. Moixeró - La Tosa. Serie E25. 1:25.000

| | | |
|---|---|---|
| itinerari | sentit de la ruta | inici / final |

## INTRODUCCIÓ

**Ruta de poc més d'1 km adaptada per a persones amb mobilitat reduïda al Parc Natural del Cadí-Moixeró. L'itinerari s'inicia al petit aparcament adaptat del coll del Cap del Ras i recorre el serrat del Mirador fins arribar al mirador del Cap del Ras. El camí transcorre per una passarel·la pavimentada entre boscos de pi negre i prats subalpins.**

El serrat del Mirador és una llengua de terra situada a més de 1.700m d'altitud que avança des del cim del Cap del Ras (1.718m) fins al cim del Mirador (1.732m). Arrel de la seva ubicació privilegiada, al vessant N de la serra del Cadí, aquest serrat es converteix en un mirador excepcional de la vall de la Cerdanya i de bona part dels pics del Pirineu central català. En dies clars podem gaudir d'una espectacular panoràmica que abasta des del Puig Farinós, a l'est, fins als pics del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, a l'oest. Des d'aquest punt també podem admirar les impressionants parets de la serra del Cadí, que s'eleven, majestuoses, al sud.

© 2013 RUTES PIRINEUS. Tots els drets reservats

## PUNTS IMPORTANTS DE PAS (WAYPOINTS)

Datum Europeu 1950

| Punt de pas | Altura | Latitud | Longitud |
|---|---|---|---|
| 1 Pàrquing adaptat Cap del Ras | 1.691m | N 42.3199660º | E 1.7986990º |
| 2 Mirador del Cap del Ras | 1.704m | N 42.3247990º | E 1.7905200º |

# EL MILLOR D'AQUESTA RUTA

- Les **vistes panoràmiques** de la vall de la Cerdanya i dels pics del Pirineu central català.
- Els **espais adaptats per a persones amb mobilitat reduïda.**

## COM ARRIBAR-HI EN COTXE

Es pot arribar fins al coll del Cap del Ras des de **Bellver de Cerdanya** o des de **Riu de Cerdanya**. Recomanem l'accés des de **Riu de Cerdanya**, que avança per una pista semi asfaltada en bon estat, és més curt i més fàcil de seguir. Arribem a **Riu** per la carretera **C-16**. Des de la petita plaça del centre del poble, agafem la **pista asfaltada LP-4033** que surt en direcció SE cap al **refugi del Serrat de les Esposes** i el **coll de Pendís**. La pista s'enfila cap a la serra del Cadí. Al cap de 5,9 km arribem al refugi del Serrat de les Esposes. En aquest punt, nosaltres seguim per la pista principal, que fa un gir de 180º i s'enfila en direcció O cap al refugi dels Cortals de l'Ingla i el coll de Pendís. Després de 3,2 km, arribem al **pàrquing adaptat del Cap del Ras** (a 9,1 km de Riu de Cerdanya). Si preferiu accedir des de **Bellver**, cal anar fins al nucli urbà de **Talló**, en direcció S. Des de Talló seguim cap a la vall de l'Ingla i el **refugi dels Cortals de l'Ingla**, sempre en direcció S, enfilant-nos pels contraforts del Cadí. Sobrepassem el refugi i després d'1,8 km arribem al **pàrquing adaptat del Cap del Ras** (a 11,5 km de Bellver de Cerdanya).

### SABIES QUE...

Els homes amagaven les seves dones al Serrat de les Esposes, al Moixeró, per protegir-les de les incursions sarraïnes?

© 2013 RUTES PIRINEUS. Tots els drets reservats

## RECORREGUT

L'itinerari comença al 1 **pàrquing del coll del Cap del Ras (1.691m)**, al Parc Natural del Cadí-Moixeró. Aquest pàrquing disposa d'una plaça amb accés adaptat a la passarel·la que seguirem durant tot el recorregut.

El camí comença pujant suaument tot fent llaçades, per un bosc de pi negre, en direcció NO. A l'esquerra hi ha el petit cim del Cap del Ras (1.718m). El pendent màxim del camí en tot l'itinerari és d'un 12% (exceptuant una última rampa amb un 15% de desnivell). La passarel·la té una amplada mínima de 90 cm i disposa de sobreamples cada 50-60m. El camí arriba al capdamunt de la carena del serrat del Mirador. A partir d'aquest punt s'avança ja per un terreny pla o amb lleugers desnivells de baixada. El serrat delimita a l'esquerra amb el torrent de Font Freda, que avança pel fons de la vall i desemboca les seves aigües al riu de l'Ingla, que al seu torn és un afluent del riu Segre. A la dreta hi tenim la vall del torrent de la Fou de Bor, que avança directe fins al riu Segre, on hi desemboca prop de Bellver de Cerdanya.

Després d'uns 800m, la passarel·la gira lleugerament cap a l'esquerra i arriba a la petita àrea de lleure del Cap del Ras. Aquesta àrea disposa de taules preparades per accedir-hi amb cadira de rodes. Uns metres més endavant arribem ja al 2 **mirador del Cap del Ras (1.704m)**, també anomenat mirador de Bellver de Cerdanya. El mirador disposa de panells d'orientació que faciliten la identificació dels cims que ens rodegen. Les vistes sobre la vall de la Cerdanya són espectaculars. D'oest a est, és a dir, d'esquerra a dreta, podem distingir: la Torreta de l'Orri (2.438m), el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, el pic Monturull o Torreta del Soldat (2.760m), el pic de Perafita o Tossal de la Truita (2.753m), el Tossal Bovinar (2.842m), la Tossa Plana (2.904m), el Tossal de la Muga (2.861m), la Carabassa (2.713m), el pic d'Engorgs (2.818m), el Puigpedrós (2.913m) i el Puig Farinós (2.613m). A la nostra esquerra, al S, també gaudim en tot moment de les impressionants parets de la serra del Cadí. La tornada es realitza seguint el mateix itinerari.

## QUÈ MÉS PODEM VISITAR?

**Santa Maria de Talló**

Santa Maria de Talló és l'església romànica més gran de la comarca. És per això que alguns l'anomenen la catedral de la Cerdanya. L'església té una planta trapezoïdal i un absis semicircular i està documentada des del segle X. Les vistes de Santa Maria amb les grans parets del Cadí al darrere són espectaculars. Per arribar-hi cal seguir les indicacions de Talló, petit nucli urbà situat al sud de Bellver de Cerdanya.

Coordenades GPS: N 42.3635662º E 1.7803218º



© 2013 RUTES PIRINEUS. Tots els drets reservats

### Font de l'Ingla

A la petita àrea de lleure de la font de l'Ingla hi trobarem tres taules de pedra i una placa amb les característiques químiques de l'aigua de la font. És un bon lloc per fer-hi un pícnic. La font de l'Ingla està ubicada a 5 km de Bellver de Cerdanya. Per arribar-hi des de Bellver, cal endinsar-nos per una pista que puja per la vall de l'Ingla en direcció S-SE, cap als contraforts de la serra del Cadí.

Coordenades GPS: N 42.3213824º E 1.7817756º

### Refugi Serrat de les Esposes

El refugi del Serrat de les Esposes està situat al vessant N de la serra del Cadí, en un entorn privilegiat a 1.511m d'altitud. El refugi compta amb 30 places guardades i 8 places lliures (en absència de guarda). A l'entorn del refugi, en un bonic prat rodejat de boscos, hi ha una zona de pícnic amb taules i barbacoes. Hi arribem des de Riu de Cerdanya per la pista semi asfaltada (5,9 km) que puja en direcció S cap al coll de Pendís. (Web: www.serratdelesesposes.com)

Coordenades GPS: N 42.3252693º E 1.8285721º

Totes les rutes han estat realitzades sobre el terreny per RUTES PIRINEUS. Les rutes poden variar molt en funció de l'època de l'any, de la neu i de les condicions meteorològiques. RUTES PIRINEUS no es responsabilitza de qualsevol mal ús de les seves guies i recomana que cadascú sigui responsable i prudent a la muntanya. Així mateix, us convidem a documentar-vos amb llibres i guies especialitzades per complementar la informació aquí descrita. Tots els temps són efectius i prenen un caràcter orientatiu, no s'han tingut en compte les parades per petites que siguin. Per qualsevol suggeriment, RUTES PIRINEUS us convida a enviar un correu a info@rutespirineus.cat.



© 2013 RUTES PIRINEUS. Tots els drets reservats