



RUTES PIRINEUS
Rutes de muntanya, senderisme i excursions



Paisatges
pintorescs



Famílies
i nens



Patrimoni
històric



Rutes
circulars



Català



La cova d'Anes des de Prullans

Ruta circular que ens descobreix l'amagada cova d'Anes i les remotes cases d'Anes, Orèn i la Bastida a la solana ceratana

Prullans, Vall de la Cerdanya (Lleida), Cerdanya (Lleida), Lleida, Catalunya, Espanya



Dificultat Mitjana



Temps total efectiu 4:30h



Distància total 11,7 km



Desnivell acumulat 585m



Altitud mínima 1.102m



Altitud màxima 1.650m



Punt de sortida / arribada Hotel Muntanya de Prullans

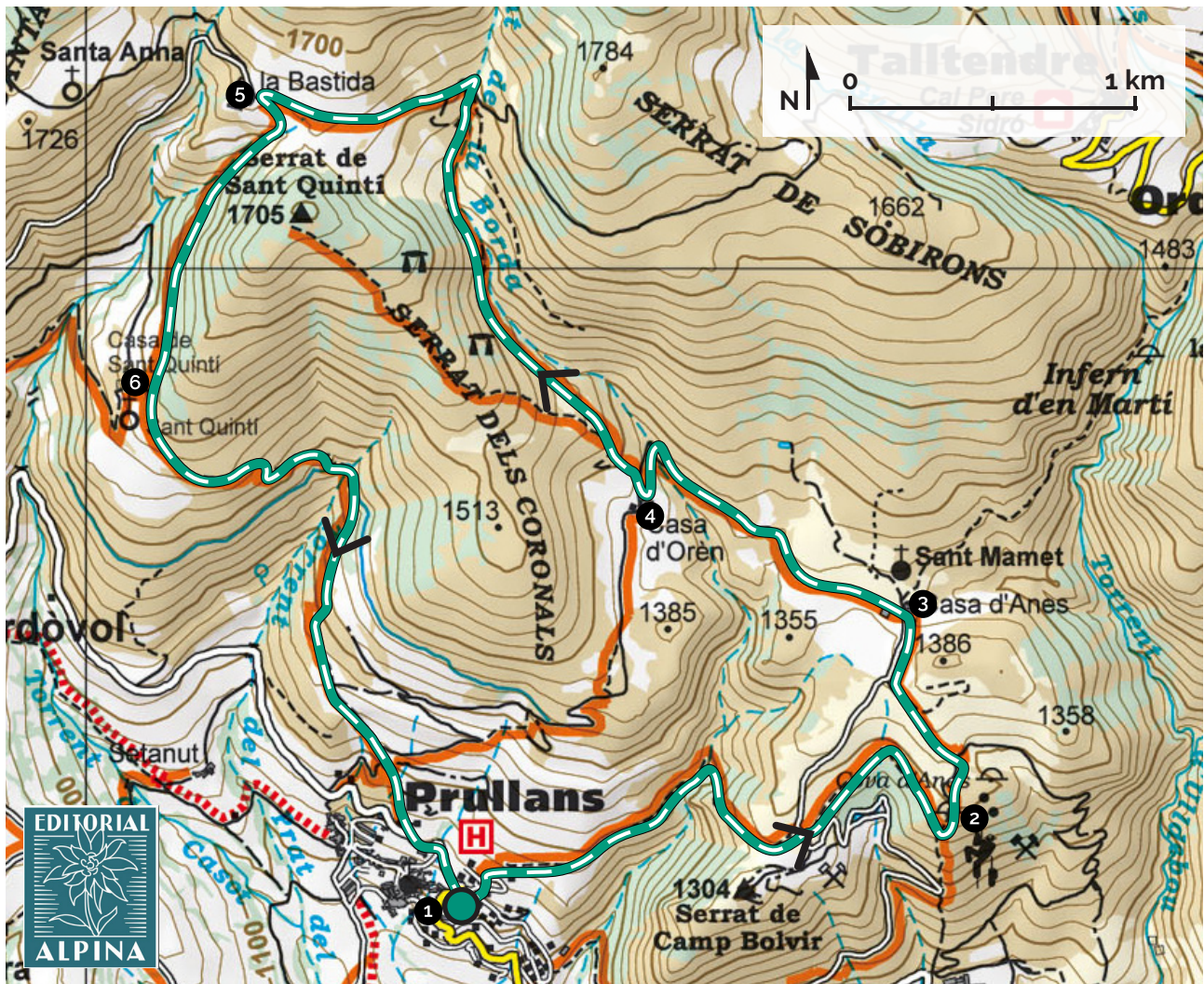


Població més propera Prullans



Ruta patrocinada pel *Cerdanya ecoResort*,
la millor oferta de natura en el Pirineu.
NATURALMENT!

Prullans, la Cerdanya
info@cerdanyaecoresort.com - 973 510 260
www.cerdanyaecoresort.com



"Cerdanya. Alta Cerdanya - Capcir - Andorra. Escala 1:50.000." propietat de la Editorial Alpina.

itinerari
 sentit de la ruta
 inici / final

PUNTS IMPORTANTS DE PAS (WAYPOINTS)

Punt de pas	Tiemps	Altura	Latitud	Longitud
1 Hotel Muntanya (Cerdanya EcoResort) - Prullans	0:00h	1.102m	42.378715°	1.738339°
2 Cova d'Anes	1:00h	1.272m	42.381219°	1.759442°
3 Casa d'Anes	1:20h	1.345m	42.387992°	1.757660°
4 Cova d'Orèn	1:50h	1.376m	42.391699°	1.746409°
5 La Bastida	2:35h	1.650m	42.403653°	1.729849°
6 Trencall - casa de Sant Quinti	3:05h	1.510m	42.234060°	1.433340°
1 Hotel Muntanya (Cerdanya EcoResort) - Prullans	4:20h	1.102m	42.378715°	1.738339°

Sistema de coordenades geogràfiques. Datum WGS84.

EL MILLOR D'AQUESTA RUTA

- ✓ Conèixer i explorar la **cova d'Anes**.
- ✓ La solitud de l'**altiplà d'Anes**, digne del Salvatge Oest.
- ✓ L'autenticitat de les **masies d'Anes, Orèn i la Bastida**, les tres situades en indrets remots.
- ✓ Les **increïbles vistes** a la cara nord del Cadí, el Moixeró i la Tosa.



INTRODUCCIÓ

Itinerari circular de 12 km de longitud i 550m de desnivell que ens descobreix els silenciosos i poc visitats contraforts meridionals del circ d'Engorgs, entre la vall de la Llosa i la Valltova, a la solana de la Cerdanya. Tot sortint des de l'Hotel Muntanya del Cerdanya EcoResort, situat al centre de Prullans, enfilem cap al torrent Feló, tramuntem el serrat de Camp Bolvir i el torrent de la Banya i arribem a la cova d'Anes, que visitem. Continuem cap al N passant pel petit altiplà on es troba la casa d'Anes i l'església de Sant Mamet. Des d'aquest punt seguim cap al NO, passem per la casa d'Orèn, la capçalera del torrent de la Borda i després virem vers l'O en direcció a la Bastida. A continuació baixem a mig vessant del serrat de Sant Quintí, passem pel Solà i finalment resseguim el torrent del Prat del Vià fins que arribem novament a Prullans.

A cavall de la concorreguda vall de la Llosa i la no menys visitada Valltova, la solana de la Cerdanya amaga indrets tranquils i del tot sorprenents com la misteriosa cova d'Anes i tres masos recòndits que conserven el seu caràcter agropecuari: Anes -i la seva església romànica de Sant Mamet-, Orèn i la Bastida, els dos darrers amb baluards defensius. Una petita joia de ruta on a més de debutar en el misteriós món de l'espeleologia també podem gaudir de la bellesa de l'altiplà d'Anes i d'unes vistes privilegiades de la Tosa, la serra del Moixeró, la ciclòpia muralla nord del Cadí i les grans masses forestals que hi ha al peu de les muntanyes, entre les quals s'emplacen els petits poblets i camps adjacents que configuren la Cerdanya.



MÉS INFORMACIÓ

DURACIÓ: Dia complet.

TEMPS TOTAL EFECTIU (SENSE PARADES): 4:20h en total: 1:00h des de l'Hotel Muntanya de Prullans fins a la cova d'Anes; 0:20h des de la cova d'Anes fins a la casa d'Anes; 0:30h des de la casa d'Anes fins a la casa d'Orèn; 0:45h des d'Orèn fins a la Bastida. 0:30h des de la Bastida fins al trencall a la casa de Sant Quintí; 1:15h des del trencall a la casa de Sant Quintí fins a l'Hotel Muntanya de Prullans.

DESNIVELL ACUMULAT: 585m

DIFICULTAT: Mitjana. Si es fa la ruta amb nens, recomanem valorar en cada cas si la distància i desnivell de la ruta circular completa són adequats per a ells. I valorar l'opció d'escurçar la ruta fent només l'anada i la tornada fins a la cova d'Anes (pel mateix camí) o tornar directament a Prullans des de la casa d'Orèn (veure apartat "Observacions" per més informació).

ÈPOCA: Tot l'any. Amb neu es recomana fer el recorregut amb raquetes o esquís de muntanya.

MATERIAL: Llanterna o frontal per visitar la cova d'Anes. Dispositiu GPS o mapa actualitzat de la zona i brúixola.

CARTOGRAFIA:

· Cerdanya. Alta Cerdanya - Capcir - Andorra. Escala 1:50.000. Editorial Alpina.

OBSERVACIONS: Si volem conèixer la cova d'Anes però fent la ruta més curta i menys exigent, després de visitar la cova podem tornar a Prullans pel mateix camí, d'aquesta manera la duració de la ruta passa a ser de 5,6 km (anada i tornada), aproximadament 200m de desnivell i 1:50h de temps efectiu (sense parades). Una segona opció que tenim si volem escurçar la ruta i fer menys desnivell però incloent algun dels masos a l'itinerari és visitar la cova d'Anes, la casa d'Anes i la casa d'Oren i, des d'aquest punt, tornar directament a Prullans per la pista evident que surt en clara direcció S. Si, en canvi, volem allargar la ruta, des de la casa d'Orèn es poden visitar els dòlmens d'Orèn (cal sumar 1h addicional de recorregut per arribar i tornar dels dòlmens). Si anem amb gos caldrà dur-lo lligat allà on hi hagi vaques, ja que aquestes s'espanten quan els gossos van deslligats i és fàcil que els vulguin perseguir.

SABIES QUE...

L'actual casa de la Bastida fou construïda amb les ruïnes d'un antic castell que guardava aquest territori? Actualment el conjunt d'edificacions que conformen la Bastida està declarat bé cultural d'interès nacional i els camps de conreu que envolten el mas són els que es troben a més altitud (fins als 1.750m) de tot Europa. Conrear la terra a aquesta cota és possible gràcies a la orientació sud del vessant, el recer del vent del nord i el fenomen de la inversió tèrmica, mitjançant el qual l'aire més fred es queda al fons de la vall del Segre, essent més calent als seus vessants i especialment als vessants orientats a sud, com és el cas dels camps de la Bastida.



RECORREGUT

Iniciem el recorregut a **1 l'Hotel Muntanya del Cerdanya EcoResort (0:00h - 1.102m)**, ubicat al bell mig de l'acollidor poblet ceretà de Prullans. Seguim amunt el camí d'Ardòvol fins al torrent de les Marrades, que divideix el poble en dos. Girem a la dreta pel carrer cimentat del Solà, que fa una forta i curta pujada i surt a un camí de terra amb un filat pel bestiar que hem de tornar a tancar un cop hi passem. El camí, ben fressat, es dirigeix cap al NE, envolta l'ombrívol torrent de Feló i ens ofereix esplèndides vistes a la vall del Segre i la cara nord del Cadí i el Moixeró. Avancem gairebé mantenint cota i gaudim molt d'aquest tram de camí, amb un mur de pedra seca que marca els límits dels camps i les pastures i amb boniques nogueres que ens parlen dels usos tradicionals d'aquesta via que enllaçava Prullans amb l'altiplà d'Anes. A mesura que ens

apropem al torrent de Feló advertim el fort contrast de vegetació que hi ha entre la solana, per on caminem, i l'obaga, cap on ens dirigim. Creuem el torrent admirant els freixes i els pollancre i les vistoses lleteres veres del sotabosc. Seguim en tot moment les **marques de pintura groga** -que ens acompanyaran fins al final del recorregut- i canviem de vessant tot remuntant una frescal pineda que ens enlaira fins al serrat de Camp Bolvir.

Un cop a la carena hem d'estar ben atents: el nostre camí **creua la pista** que puja directa cap a la casa d'Anes i **segueix per un corriol** que ens porta fins a un bosc jove de pi blanc i pi roig, deixant a la nostra dreta i més avall (S) una pedrera. El corriol voreja el torrent de la Banya ja gairebé al límit del bosc i, un cop a l'altre vessant, s'encamina cap al llom de la muntanya. Deixem enrere a l'esquerra un corriol senyalitzat (itineraris de Trail Cerdanya) que puja amb fort pendent i nosaltres continuem recte. Un cop assolim el llom i abans de continuar seguint els senyals grocs cap a l'esquerra (N), **avancem uns 20m entre boixos** en direcció a un ressalt rocallós mig amagat darrere d'una alzina, indret on s'amaga l'entrada a la **2 cova d'Anes (1:00h - 1.272m)**, on trobem una reixa de ferro.

Retornem a l'entrada de la cova d'Anes i desfem les nostres passes fins a recuperar el **camí per on veniem** -marques grogues-. Seguim ara cap a la nostra dreta (N) i després d'una curta però intensa remuntada



LA COVA D'ANES

El misteri d'aquesta cavitat formada per l'erosió i l'esfondrament de la roca calcària ens sorprendrà des del primer moment. Diverses excavacions arqueològiques que s'iniciaren a principis del segle XIX hi han trobat restes de ceràmica i ossos datats de l'edat del coure (període de transició entre el neolític i l'edat del bronze, uns 2.400 anys aC). Si disposem de lot o frontal podem dedicar una estona a explorar la gruta, que té 335m de recorregut i tècnicament no presenta cap dificultat. Caldrà parar compte amb el fang, que ens pot fer rrelliscar, i els forats que apareixen a la meitat de la cova. Destaca una finestra natural situada uns 20m més avall de l'entrada. Si seguim la galeria principal aviat gaudirem amb les diferents concrecions de calcàries de colors ataronjats, groguencs i vermellosos. Hi ha alguna sala amb sostres que sobrepassen els 10m i amb estalactites, estalagmites i columnes de gran bellesa.



sortim a un petit replà amb uns filats. Continuem pel caminet que es dirigeix cap al N i de seguida ens trobem amb una **pista** que prenem cap a l'esquerra. Guanyem altura suaument fins que arribem al remot altiplà d'Anes, on sembla que el temps s'hi hagi aturat. No és estrany veure grups nombrosos de **voltors** sobrevolant la contrada a la recerca de bestiar mort. **Seguim a la dreta** per una pista més fressada (la mateixa que hem creuat abans quan ens dirigíem a la cova) que en pocs minuts ens situa a la **3 casa d'Anes (1:20h - 1.345m)**, masia força monumental que actualment s'utilitza com a explotació ramadera. Si ho volem també podem apropar-nos a visitar la bonica església romànica de Sant Mamet.

Continuem la ruta. Des de l'entrada de la masia agafem un **camí que surt cap a l'esquerra** (NO) i que voreja dos prats de pastura i un gran estable. Les vaques acostumen a pasturar per aquest tram de camí i, si anem amb gos, caldrà que el lliguem si no volem tenir algun encontre inesperat amb aquests animals, que no són tan mansos com semblen. La pista guanya alçada molt suaument pel solà de la muntanya, regalant-nos vistes precioses a la cara nord del Cadí i a uns camps i uns prats més elevats, on hi veiem la masia d'Orèn, que serà el nostre proper punt de pas.

Envoltem i creuem el torrent de la Borda, superem una curta pujada i arribem a la **4 casa d'Orèn (1:50h - 1.376m)**, fortificada amb torres defensives que eren propietat dels barons de Prullans. Sense entrar a la masia prenem un **camí que surt cap a la dreta** (NO) i passa pel costat d'un abeurador pel bestiar. Comencem aquí la pujada més llarga i exigent de tota la caminada. Descartem el trencall que surt cap a l'esquerra i que ens portaria fins als dòlmens d'Orèn. Deixem a la dreta una gran **bassa** i seguim pel vessant obac del serrat dels Coronals, passant sota un línia elèctrica i endinsant-nos en una pineda, amb el torrent de la Borda sempre a la nostra dreta (E), en sentirem el brogit si va ple d'aigua. Aviat sortim a un prat on proliferen tot tipus de rosers silvestres. Creuem el prat rumb N fent alguna marrada entre boixos i gavarreres per guanyar alçada. Un cop a la part més alta del **prat**, desemboquem a una **pista** (doble filat amb dos vailets) que agafem cap a **l'esquerra** (O). El camí es fa molt més plàcid alhora que ens ofereix molt bones vistes del prat que acabem de creuar i, en segon i tercer terme, del serrat de Sobirons i el serrat dels Coronals, que emmarquen els emblemàtics cims de la Tosa i el Penyes Altes del Moixeró.

Passem una àmplia collada sense nom envoltada per dos grans camps de conreu, al costat de l'obaga del serrat de Sant Quintí, i ens apropem fins a l'entrada de la imponent masia de **5 la Bastida (2:35h - 1.650m)**. Aquest altiu edifici inclou diferents dependències i es va construir aprofitant les ruïnes d'un antic castell avui en dia desaparegut. Els camps de conreu dels voltants, alguns situats a la cota 1.750m, són els camps conreats a més alçada d'Europa.

Tant bon punt haguem tafanejat pels voltants del mas majestuós, cal que retornem uns metres camí avall i que ens situem al costat d'un **pal elèctric** al davant del qual hi ha un filat amb un vaillet. En aquest punt hem de parar molta atenció perquè hem de **baixar pel mig del prat**, sense camí marcat, però seguint una direcció prou evident, amb l'objectiu de situar-nos a **l'altra banda del torrent**, on trobem un corriol que baixa a mig vessant del serrat de Sant Quintí (filat pel bestiar amb vaillet). Entrem ara a un bonic bosc de pi roig on la molsa i els boixos aporten un toc màgic. Diverses nogueres, algunes de plantades i d'altres segurament assilvestrades, acaben d'enriquir el tapís forestal. El tram per aquesta boscúria es fa molt agradable, alhora que anem veient a la dreta (O) el torrent de la Casot. Més avall deixem enrere un corriol que se'n va cap a la dreta i pugem lleugerament abans de tornar a baixar, moment en el que sortim definitivament del bosc. Arribem a un **6 trencall (3:05h - 1.650m)** que baixa fins a l'enrunada **casa de Sant Quintí**, monumental masia amb església, també en estat ruïnós, al seu interior.

Continuem a camp obert per l'antic **camí de Sant Quintí**, descartant corriols que surten a dreta i esquerra. Tot gaudint de vistes panoràmiques que abasten des de la Tosa d'Alp fins a la serra del Cadí més occidental, baixem envoltant el torrent del Prat del Vià fins que finalment creuem el rec del Solà. Seguim per l'altre vessant, creuem un bosquet de pins i sortim novament a camp obert. Continuem per l'altre banda del torrent



i travessem un bosquet de pins abans de sortir novament a camp obert. Anem perdent altura progressivament, sempre seguint els senyals de pintura grocs i deixant de banda diversos trencalls que ens poden fer dubtar en algun moment. El camí està deteriorat en els seus darrers 300m i cal parar atenció: passem per sota uns aranyons i fem un tramet per camins oberts per les vaques. Sigui com sigui, el camí va a espetegar al **final d'un carreró cimentat** (a l'esquerra hi ha l'entrada a cal Quirze). Un cop allà seguim baixant i enllacem amb el camí d'Ardòvol, que ens porta fins al torrent de les Marrades i, des d'aquí, fins a **1 l'Hotel Muntanya del Cerdanya EcoResort (4:20h - 1.102m)**, on finalitzem aquest itinerari tan ben farcit.

NO ET PERDIS..

Visitar la cova d'Anes i explorar les diferents cambres, amb estalactites i estalagmites. Per fer-ho amb seguretat cal que portem una lot o un frontal. Haurem de ser austers amb l'ús de la llum -no posar-la a la màxima potència- i mirar de no enfocar molt el sostre ja que hi viuen ratpenats molt sensibles a la llum. Endinsar-se a la cova d'Anes pot ser una petita introducció al fascinant món de l'espeleologia!



COM ARRIBAR-HI EN COTXE

Des de **Puigcerdà** seguim per la carretera **N-260** en direcció a **la Seu d'Urgell**. Passem la rotonda d'accés a **Bellver de Cerdanya** i seguim **3 km** més fins al **trencall a Prullans**, que agafem a la dreta. Pugem fins al **centre del poble** i estacionem el vehicle al **petit aparcament** situat al darrere de l'**Hotel Muntanya del Cerdanya EcoResort**.

Des de **la Seu d'Urgell** seguim per la carretera **N-260** en direcció a **Puigcerdà**. Travessem el poble de **Martinet** i **4 km** més endavant agafem a l'esquerra el **trencall a Prullans**. Pugem fins al **centre del poble** i estacionem el vehicle al **petit aparcament** situat al darrere de l'**Hotel Muntanya del Cerdanya EcoResort**.





QUÈ MÉS PODEM VISITAR?



Àrea de pícnic de Martinet

Al poble de Martinet, a l'inici de la carretera que puja cap a Montellà i Estana, trobem aquesta àrea de pícnic. Aquest espai, al costat del riu Segre, disposa de 5 taules i de bancs de pedra per poder descansar, menjar i gaudir de la natura en aquesta bonica població de la Cerdanya.

Coordenades GPS: 42.3588766° 1.6919081°



Parc dels Búnquers de Martinet i Montellà

El parc dels búnquers de Martinet dóna a conèixer un element de la història recent fins ara totalment desconegut. Els visitants realitzaran un recorregut pels diferents búnquers i elements històrics acompanyats d'un monitor. Es troba situat a 1 km de Martinet i ha esdevingut un reclam turístic per la regió i pel municipi.

Coordenades GPS: 42.3598041° 1.6957598°



Casa del Riu de Martinet

La Casa del riu consisteix en una mostra museogràfica sobre els ecosistemes fluvials: el curs principal del riu, el bosc de ribera i la fauna associada. Complementant l'exposició hi ha una petita arbreda amb les espècies vegetals més representatives del bosc de ribera i un itinerari de natura dedicat a la llúdriga, un dels animals més emblemàtics dels ambients fluvials.

Coordenades GPS: 42.3590906° 1.6966073°

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. La senyalització (marques, panells, balises) que podem trobar al llarg de la ruta també pot variar amb el temps. 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.



Descobreix tot el que t'oferim i viu els Pirineus com mai ho has fet!



Guies Web i Pdf gratuïtes

Posem a la teva disposició guies web i PDF -rutes de senderisme i d'alta muntanya que et pots descarregar gratuïtament-, uns continguts de qualitat i fiables elaborats per professionals de la muntanya per tal que puguis descobrir els Pirineus al teu aire!



Sortides i excursions guiades

Disposem d'un calendari de sortides organitzades o et podem preparar una proposta personalitzada a mida. Crestes i ascensions, naturalesa, parcs naturals, travesses... Amb Rutes Pirineus descobriràs tots els secrets del Pirineu de la mà dels millors guies de muntanya!



Recomanacions Rutes Pirineus

Us recomanem els millors establiments que hi ha a prop de les rutes de senderisme i alta muntanya que us proposem a la web. Hotels, restaurants, museus, artesans, esports d'aventura... tots revisats pel nostre equip perquè la teva experiència als Pirineus sigui inoblidable!



Serveis per a organismes i empreses

Creem i elaborem continguts d'itineraris de senderisme i d'alta muntanya per a organismes i empreses (díptics, tríptics, format web, APP per a mòbils,...). També us oferim la possibilitat de patrocinar els nostres continguts i així promocionar-vos en diversos espais de la nostra web.

www.rutespirineus.cat | info@rutespirineus.cat