

# V

## ITINÉRAIRES EN VTT

Quand le temps est propice et que le paysage prend l'allure d'une belle estampe, le moment est venu de profiter des merveilles que nous offre la nature tout en pratiquant un sport divertissant et sain.

La pratique du vélo tout-terrain est un sport tout récent qui s'est largement imposé ces derniers temps parmi les amateurs de la randonnée, du vélo et du sport en général.

Ces pratiquants sont maintenant confrontés au défi de découvrir les divers chemins et circuits qui serpentent les vallées de l'Andorre tout en découvrant les différents paysages et recoins de ce pays montagneux.

Vous verrez que chacun des circuits que nous vous proposons à la suite est accompagné d'un support visuel consistant en un plan et une petite explication des chemins que vous devez suivre. Tout cela afin, que vous ne ratiez pas une randonnée, que vous ne pouvez pas laisser échapper !

# 1 | Aixovall - Os de Civís - Pal - la Massana

<b>Point de départ</b> Aixovall
<b>Point d'arrivée</b> la Massana
<b>Distance</b> 23,9 km
<b>Dénivelé de montée</b> 1.141 m
<b>Dénivelé de descente</b> 689 m
<b>Durée</b> 3h 30'
<b>Difficulté physique</b> très difficile
<b>Difficulté technique</b> difficile



**ITINÉRAIRE :** Départ d'Aixovall en direction d'Os de Civís par la route goudronnée avec une montée assez raide.

À Os de Civís, empruntez une piste de terre à droite de la vallée. À un moment donné, dans un tournant, vous allez tomber sur deux chemins : prenez celui qui va tout droit et continuez par la piste jusqu'au col de La Botella.

À partir de là, descendez en direction de Pal. Une fois arrivé à la station de ski (« Estació d'Esquí ») de Pal, vous pouvez emprunter le chemin qui passe à côté de la route et qui va d'abord à Escàs et ensuite à La Massana.



# 2 | Aixovall - coll de la Gallina - Fontaneda



<b>Point de départ</b> Aixovall
<b>Point d'arrivée</b> Fontaneda et Sant Julià de Lòria
<b>Distance</b> 23,8 km
<b>Dénivelé de montée</b> 983 m
<b>Dénivelé de descente</b> 931 m
<b>Durée</b> 2 h 30'
<b>Difficulté physique</b> difficile
<b>Difficulté technique</b> très facile

**ITINÉRAIRE :** Partez d'Aixovall et montez en direction d'Os de Civís par la route goudronnée jusqu'à Bixessarri.

À Bixessarri, passez par le pont de gauche et empruntez la route de droite qui va au sanctuaire de Canòlich par une route goudronnée à pente très raide.

Au sanctuaire, continuez à monter par une piste de terre jusqu'au col de La Gallina. Fin de l'ascension.

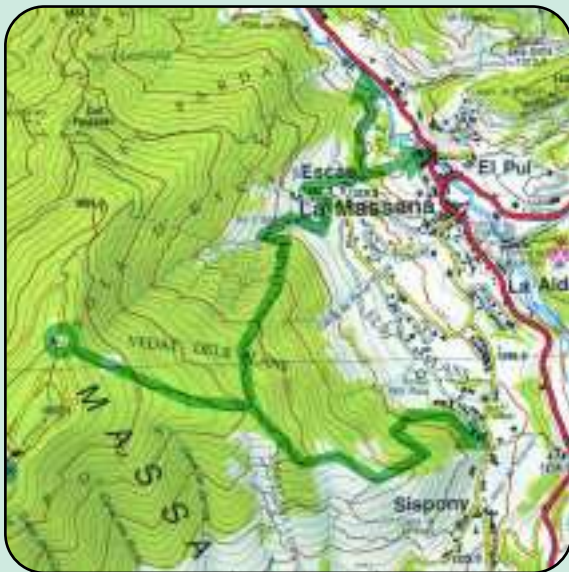
À partir de là, il y a une descente rapide par le même type de piste jusqu'au village de Fontaneda, où vous rejoignez la route qui mène à Sant Julià de Lòria.

**REMARQUES :** Si vous voulez, vous pouvez supprimer la montée d'Aixovall à Bixessarri. En plus, ce circuit est agréable à faire dans les deux sens.

## 3

La Massana - Pal - Escàs -  
Sispony

<b>Point de départ</b> La Massana
<b>Point d'arrivée</b> Escàs ou Sispony
<b>Distance</b> 2,57 km (Escàs) 3,09 km (la Massana) 2,7 km (Sispony)
<b>Dénivelé de montée</b> 0 m (Escàs); 0 m (Sispony)
<b>Dénivelé de descente</b> 608 m (Escàs - la Massana); 500 m (Sispony)
<b>Durée</b> 20'
<b>Difficulté physique</b> Facile
<b>Difficulté technique</b> difficile



**ITINÉRAIRE :** Départ de La Massana par la route goudronnée jusqu'à la station de ski de Pal (15 km).

Avant d'arriver dans la zone de services de la station, empruntez un chemin à gauche de la route juste avant le carrefour avec la route qui fait le tour de la gare.

À environ 1 km de ce sentier, qui descend dans une forêt de pins, vous avez la possibilité de prendre deux directions différentes :

- Si vous continuez tout droit, vous allez en direction de Sispony
- Si vous tournez à gauche, vous allez en direction d'Escàs

Les deux chemins ont une difficulté similaire et sont tous deux très amusants si vous aimez les descentes.

**REMARQUES :** La station de Pal a un circuit de VTT à faire les mois où il ne neige pas. Si vous souhaitez rallonger la randonnée décrite en faisant ce circuit, veuillez téléphoner à la station. Tél. 737 000.

## 4

## Engolasters - Meritxell



<b>Point de départ</b> Parking avant le lac
<b>Point d'arrivée</b> Meritxell - Encamp
<b>Distance</b> 8,5 km
<b>Dénivelé de montée</b> 80 m
<b>Dénivelé de descente</b> 220 m
<b>Durée</b> 1 h 15'
<b>Difficulté physique</b> Moyenne
<b>Difficulté technique</b> très difficile

**ITINÉRAIRE :** Départ du parking de terre qui se trouve un peu avant d'arriver au lac d'Engolasters. Empruntez la piste de terre qui va au lac.

Continuez tout droit, passez le bar et allez sur la piste qui mène, environ 2 km plus loin, à Els Cortals d'Encamp. Lorsque vous arrivez à une rivière, empruntez la route sur votre droite. Après une montée, au premier tournant, vous arrivez sur une piste de terre qui se termine à environ 500 m.

Continuez tout droit en prenant un sentier de montagne, qui descend légèrement, jusqu'à ce que vous arriviez à des ponts en bois. À cet endroit, bien que le sentier continue, on en perd un peu la trace. Vous devrez donc faire un bon bout de chemin à pied jusqu'à ce que vous puissiez reprendre le vélo. Vous continuerez alors sur le même sentier qui, en contournant la montagne, mène juste au-dessus du sanctuaire de Meritxell.

À partir de là, vous pouvez descendre par un chemin qui tourne à gauche jusqu'à ce que vous arriviez au sanctuaire, et, de là, par la route jusqu'à Encamp.

**ATTENTION !** Le sentier longe un ravin. Nous vous conseillons de descendre de votre vélo. N'essayez surtout pas de passer sans descendre du vélo.

**REMARQUES :** À un moment donné, on perd la trace du chemin et, à certains endroits, il est possible que vous ayez des doutes sur le chemin d'origine. Continuez dans la même direction jusqu'à ce que vous en retrouviez la trace (continuez à longer le câble électrique).

Sur environ 1,5 km, il vous faudra en parcourir un bon bout à pied. C'est pourquoi il est important de porter des chaussures résistantes et appropriées.



# 5 | La Rabassa - Pic Negre - prat Primer - la Comella

<b>Point de départ</b>	Sant Julià
<b>Point d'arrivée</b>	La Comella
<b>Distance</b>	14,4 km
<b>Dénivelé de montée</b>	590 m
<b>Dénivelé de descente</b>	1.220 m
<b>Durée</b>	2 h 30'
<b>Difficulté physique</b>	difficile
<b>Difficulté technique</b>	très difficile



**ITINÉRAIRE :** Départ de Sant Julià de Lòria par la route qui monte jusqu'aux pistes de ski de fond de La Rabassa, dans la zone de services. Là, empruntez une piste qui monte en direction de Pimes. Suivez-la jusqu'au refuge qui porte le même nom et qui se trouve dans une forêt de pins. Après une petite descente, vous allez devoir faire une belle grimpe qui vous mènera jusqu'à Camp Ramonet, un terrain de pâturage de haute montagne. À cet endroit, empruntez un chemin qui longe le bord droit de la rivière. Un peu plus loin, vous le traverserez pour emprunter la piste, à droite, qui mène à pic Negre. À première vue, on voit bien qu'il s'agit d'une ascension très dure : vous pouvez en faire une petite partie à vélo, mais la pente raide vous obligera à faire le reste à pied.

Arrivé au pic Negre (2 665 m), vous devez continuer à avancer sur une zone plate tout en continuant par le même chemin jusqu'à ce que vous arriviez finalement à un tournant où il vous faudra passer entre deux rochers. À partir de là, sans chemin, vous devez arriver au grand col de Prat Primer. À cet endroit, vous empruntez le sentier de Prat Primer qui descend jusqu'au refuge et tout le long de la vallée jusqu'à La Comella.

Une variante possible consiste à emprunter le chemin du grand col de La Caülla une fois que vous arrivez au refuge.

**ATTENTION !** Soyez très vigilant lors de la première descente du pic Negre à La Comella. C'est un passage étroit avec un éboulis jusqu'au grand col de Prat Primer.

**REMARQUES :** À cette sortie, vous aurez des parties à faire à vélo et des parties à faire à pied qu'il est impossible de grimper ou de descendre en vélo. Nous vous conseillons donc de porter des chaussures de marche confortables et résistantes. Vous vous éviterez ainsi des problèmes.

# 6 | Andorra la Vella - Rec de l'Obac - la Comella



<b>Point de départ</b>	Rec de l'Obac
<b>Point d'arrivée</b>	La Comella / Rec de l'Obac
<b>Distance</b>	11,85 km
<b>Dénivelé de montée</b>	680 m
<b>Dénivelé de descente</b>	644 m
<b>Durée</b>	1 h 10'
<b>Difficulté physique</b>	Moyenne
<b>Difficulté technique</b>	très difficile

**ITINÉRAIRE :** Pour commencer le circuit, vous devez aller jusqu'à Rec de l'Obac dans la zone ombragée d'Andorre la Vieille. Une fois arrivé, allez en direction de Santa Coloma jusqu'au bout du chemin du canal, dans une descente empierrée. Vous tomberez sur la route de La Comella (goudronnée). Traversez-la, continuez tout droit et empruntez un sentier qui vous conduira sur des chemins en côte douce qui prennent fin à l'autre bout du canal.

Maintenant, allez vers la gauche jusqu'au bout du chemin à l'endroit qui vous ramène sur la route. De là, montez pratiquement tout en haut de La Comella par la route goudronnée. En arrivant à un endroit où il y a un poste d'électricité, empruntez un chemin empierré à montée très raide sur votre gauche.

Continuez à monter par la piste forestière qui conduit à des descentes assez difficiles (de trial). Au bout de la descente, vous vous retrouvez sur la route par laquelle vous étiez monté au début. Un peu plus haut, empruntez un sentier sur votre gauche, dit Camí de la Costa, qui vous ramènera au canal d'irrigation.

# 7 | Coll d'Ordino - Beixalís - Vila

<b>Point de départ</b> Ordino
<b>Point d'arrivée</b> Vila (Encamp)
<b>Distance</b> 11,3 km
<b>Dénivelé de montée</b> 220 m
<b>Dénivelé de descente</b> 920 m
<b>Durée</b> 1 h
<b>Difficulté physique</b> Facile
<b>Difficulté technique</b> difficile



**ITINÉRAIRE :** Départ du village d'Ordino en direction du col d'Ordino par la route goudronnée. C'est une montée très chouette. Au km 15, où commence la descente, bifurquez à droite en direction de la butte de Les Neres (antenne) par une montée assez dure sur une piste de gravier.

Arrivé en haut, empruntez un sentier de montagne qui traverse la chaîne en descendant dans un très joli bois. Plus loin, vous arrivez sur une piste large de terre (vous êtes au grand col de Beixalís), lieu où vous devez tourner à gauche en direction de Vila (Encamp) pour descendre par une piste de terre jusqu'au village.



# 8 | Aixovall - Os de Civís - Pal - Sispony



<b>Point de départ</b> Aixovall
<b>Point d'arrivée</b> Sispony
<b>Distance</b> 18,2 km
<b>Dénivelé de montée</b> 1.150 m
<b>Dénivelé de descente</b> 758 m
<b>Durée</b> 3 h
<b>Difficulté physique</b> difficile
<b>Difficulté technique</b> difficile

**ITINÉRAIRE :** Départ d'Aixovall en direction d'Os de Civís par la route goudronnée ; c'est une montée assez raide. À Os de Civís, empruntez une piste de terre qui contourne la montagne et qui se trouve à droite de la vallée.

À un moment donné, dans un tournant, vous allez tomber sur deux chemins différents : empruntez celui qui part à gauche et suivre la piste jusqu'au grand col de Montaner. Vous devez passer à pied sur l'autre versant, car la montée est très raide. Pour la descente, empruntez un sentier sur l'autre versant de la montagne. Vous verrez que la descente jusqu'à Els Cortals de Sispony est assez amusante. De là, continuez le chemin jusqu'au village de Sispony.





<b>Point de départ</b> Carrefour de la route d'accès à la vallée d'Incles
<b>Point d'arrivée</b> Canillo
<b>Distance</b> 11,65 km
<b>Dénivelé de montée</b> 258 m
<b>Dénivelé de descente</b> 440 m
<b>Durée</b> 1 h 50'
<b>Difficulté physique</b> difficile
<b>Difficulté technique</b> Extrême, d'Incles à Soldeu ; difficile, de Soldeu à Canillo



**ITINÉRAIRE :** Commencez l'itinéraire depuis l'accès jusqu'à la vallée d'Incles, qui se trouve sur la route. Grimpez le premier tronçon par la route goudronnée et étroite de la vallée. Empruntez ensuite un sentier qui est signalé par un panneau comme chemin de Soldeu.

Empruntez-le en passant par un pont et une borne. Continuez jusqu'à une piste large avec une montée assez dure qui vous conduira à un sentier difficile à descendre en vélo.

Au bout du sentier, vous arrivez à Soldeu. Passez la route du village et allez vers les pistes de ski de Soldeu par l'ancien pont de fer, qui est vraiment spectaculaire. Grimpez un bout de piste et empruntez un sentier qui passe entre deux clôtures en bois (chemin de nature) et qui mène, sur un parcours plat, à Canillo.

**ATTENTION !** Sur cet itinéraire, il y a des zones dangereuses, outre les ponts en corde et les pistes de trial en descente.

Faire tout particulièrement attention aux grandes pierres et à la boue, car il peut y avoir des trous.

**REMARQUES :** Nous vous conseillons de porter des chaussures confortables et appropriées pour tous les parcours qui doivent être faits à pied (et il y en a un tas !). Le tronçon de la vallée d'Incles à Soldeu est assez difficile. Si vous avez des doutes sur vos performances, il vaut mieux que vous commenciez à Soldeu et que vous empruntiez directement le chemin de nature dit Gall de Bosc.

La descente à Soldeu par le sentier doit être faite presque entièrement à pied.

Premier conseil : commencez l'excursion de bon matin ; vous aurez ainsi le temps de parer aux imprévus et de résoudre les problèmes d'orientation éventuels.

À propos de l'alimentation, avant de partir, il convient de prendre un bon petit-déjeuner. Prévoir de quoi grignoter pendant le parcours, boire toujours avant d'avoir soif et avoir toujours sur soi une gourde pleine d'eau.

À propos de l'équipement, l'emploi d'un casque, de gants et de lunettes est conseillé. Les chaussures doivent être légères, résistantes et à semelle dure. N'oubliez pas non plus de prendre un imperméable et des vêtements chauds en prévision des changements de temps brusques.

Si vous partez avec votre vélo, pensez que son état est un facteur déterminant pour la réussite de l'excursion. Passez votre vélo en revue avant le départ : graisser la chaîne, les pignons et les moyeux, gonfler les roues et régler les freins et les vitesses.

Nous en profitons pour remercier la Fédération andorrane de cyclisme qui a participé à la confection des itinéraires de VTT :

#### Fédération Andorrane de Cyclisme

Tel. 829 692 - Fax: 864 441

federaciociclisme@andorra.ad



# Location de VTT

Si vous n'avez pas de vélo tout-terrain, vous pouvez en louer un dans les points suivants :

**Station de Ski Soldeu-El Tarter** Tel. 851 151  
(Canillo)

**Station de Ski de Pal** Tel. 737 000  
(La Massana)

**Tècnic Sports** Tel. 832 774  
(Encamp)

**Centre Sports et Nature de la Rabassa** Tel. 323 868  
(Sant Julià de Lòria)

**Iniciatives Turístiques d'Ordino** Tel. 737 080  
(Vall d'Ordino)

**Cortals Aventura** Tel. 731 000  
(Encamp)

