

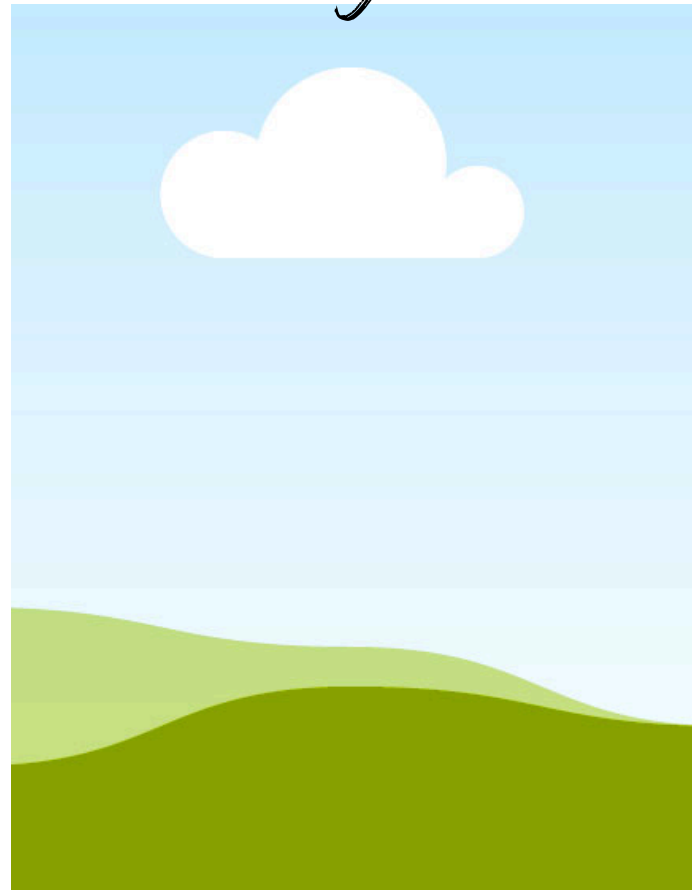
# Lleida - La Seu d'Urgell

## In evidenza:

- Lleida: partenza con la Seu Vella come faro e la pianura del Segrià come scenario iniziale.
- Àger: porta del Montsec e finale panoramico con l'atmosfera dei Prepirenei.
- La Pobla de Segur: cuore del Pallars e punto culminante della Ruta dels Llacs.
- Vielha: capitale della Val d'Aran e arrivo epico dopo il passaggio del tunnel.
- La Seu d'Urgell: fine del tratto con identità pirenaica e carattere di capitale della valle.

## Sezione 3: Lleida - La Seu d'Urgell - 486 km - 8 tappe

- Da Lleida ad Àger 80 km.
- Da Àger a La Pobla de Segur 70 km.
- Da La Pobla de Segur a El Pont de Suert 53 km.
- Da El Pont de Suert a Vielha 42 km.
- Da Vielha a Salardú 36 km.
- Da Salardú a Espot 67 km.
- Da Espot a Sort 55 km.
- Da Sort a La Seu d'Urgell 83 km.



**Da non perdere!**

- La Ruta dels Llacs lungo il Segre, con piste lisce, paesaggio fluviale e ingresso a Balaguer.
- Il Coll d'Ares (1.534 m) nel Montsec, 14 km di salita e viste immense verso i Prepirenei e i Pirenei.
- Il tratto di alta montagna nell'Alta Ribagorça (Coll de Sant Pere e Coll de Sas), puro gravel solitario tra prati e montagne.
- Il passaggio attraverso il tunnel di Vielha e la discesa lungo il Camin deth Port fino a Vielha, una transizione mitica verso la Val d'Aran.
- Il "balcone" da Espot a Llessui e la discesa verso Sort, uno dei tratti più panoramici e memorabili del Pallars.

## Sezione 3. In bicicletta tra vette e orizzonti infiniti

Dalle pianure di **Lleida**, dominate da campi e pendenze minime, il percorso segue il fiume **Segre e la Ruta dels Llacs** prima di entrare nel **Montsec**, con salite panoramiche e bacini incastonati tra le scogliere. Il terreno diventa più verticale man mano che si raggiungono i **Pirenei**: passi di montagna impegnativi, valli profonde e cime che superano i 3.000 metri. La **Val d'Aran**, le **valli d'Àneu** e il **Parc Natural de l'Alt Pirineu** offrono i tratti più alpini di tutto il viaggio, prima di culminare in viste ampie e interminabili dal **Pic de l'Orri**.



## Cifre del tratto (Gravel)

### PUNTI DI RIFORNIMENTO / SERVIZI

Capoluoghi di valle e paesi chiave (Balaguer, Tremp, Vielha, Sort, ecc.) dove fermarsi, fare rifornimento e riorganizzare la giornata.

### TIPOLOGIA DEL TERRENO

Piste di montagna, strade secondarie senza traffico e tratti specifici di pista ciclabile.

### GRANDI PUNTI PANORAMICI

Segre e Ruta dels Llacs, bacino idrico di Camarasa, Aiguabarreig Segre-Noguera Pallaresa, Montsec, Terradets, Pallars Jussà, Alta Ribagorça, bacino idrico di Baserca, galleria di Vielha, Val d'Aran, Pla de Beret-Montgarri, Valls d'Àneu, Parco Naturale dell'Alt Pirineu e Torreta de l'Orri.

### NUMERI DELLE TAPPE

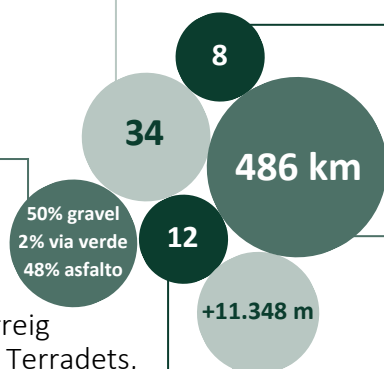
Dalla pianura di Ponent ai Pirenei, collegando valli, passi e grandi paesaggi montani.

### DISTANZA TOTALE

Un tratto compatto e molto alpino, con tappe lunghe e giornate brevi ma intense.

### DISLIVELLO ACCUMULATO

Molte montagne concentrate, con giornate impegnative e diversi "tetti" oltre i 2.000 m.



**TAPPA 17. 80 km +1.257 m**



Da Lleida a Àger.  
***Dalla pianura del Segre  
alle porte del Montsec!***

Prima tappa della sezione 3, una giornata che inizia in pianura e termina con un aumento dell'altitudine man mano che ci avviciniamo ai Prepirenei. Da Lleida, il percorso segue il corso del fiume Segre lungo la Ruta dels Llacs, attraversando terreni agricoli e zone fluviali naturali fino a Balaguer. Da qui, il terreno sale gradualmente verso le catene montuose di Àger e Montsec, con panorami sempre più ampi e un finale spettacolare.

**Da Lleida a Balaguer seguendo il corso del Segre**

Lasciamo Lleida attraversando il fiume Segre e ci immettiamo immediatamente nella Ruta dels Llacs, una pista ciclabile che collega la città con i Pirenei, seguendo le vecchie strade di servizio ferroviarie. Il primo tratto è completamente pianeggiante con piste e sentieri molto agevoli, circondati da campi di cereali, alberi da frutto e cicogne che ci accompagnano lungo il percorso. Il fiume è sulla destra, serpeggiando lentamente tra argini e piccole pozze invase dagli uccelli. Entriamo a Balaguer con Castell Formós e il santuario di Sant Crist sullo sfondo. Un buon posto per fare una pausa e provare la tipica "coca de recapte" prima di affrontare la seconda metà della giornata.

**Dal bacino di Camarasa all'Aiguabarreig del Segre e alla Noguera Pallaresa**

Attraversiamo nuovamente il fiume Segre prima di lasciare Balaguer in direzione nord su sentieri che ci portano a Camarasa e Sant Llorenç de Montgai, dove attraversiamo nuovamente il fiume Segre mentre il bacino idrico si estende alla nostra destra. Il paesaggio cambia: ci lasciamo alle spalle la pianura agricola ed entriamo nell'Area Naturale Protetta dell'Aiguabarreig del Segre e della Noguera Pallaresa, dove i due fiumi si incontrano in un ambiente di grande ricchezza biologica e geologica. È qui che inizia il dislivello della tappa. La salita iniziale, lungo una pista, offre una bella vista sul bacino artificiale prima di addentrarsi nei campi e nelle dolci colline. Attraversiamo Vilanova de la Sal e iniziamo a notare la presenza del Montsec, che ora domina l'orizzonte.

**Salita ad Àger e al Montsec**

Dopo Vilanova, il percorso scende lungo una strada secondaria che attraversa Les Avellanes prima di tornare su una pista sterrata per affrontare l'ultima salita della giornata, verso Turó de les Torres. Il percorso è agevole, con alcuni tratti più impegnativi, ma sempre immerso in un ambiente aperto e tranquillo. Man mano che si sale, la vista si apre sulla catena montuosa del Montsec, che si erge imponente sulla destra. L'ultimo tratto è pianeggiante e molto piacevole fino al belvedere di Àger, un punto panoramico privilegiato prima di una breve discesa su strada che ci porta alla fine della tappa, il paese di Àger.

**TAPPA 18. 70 km +1.480 m**

Una giornata intera che combina montagne e acqua nell'essenza dei Pirenei. Da Àger, il percorso entra nel massiccio del Montsec, attraversando il Coll d'Ares prima di scendere verso la conca del Pallars Jussà. Un percorso spettacolare con infinite viste panoramiche, villaggi isolati e un tratto finale dolce che segue la Ruta dels Llacs, parallela al fiume Noguera Pallaresa e alle dighe che caratterizzano questo territorio.

**Salita al punto più alto della tappa: Coll d'Ares (1.534 m)**

Lasciamo Àger e iniziamo subito la salita al Coll d'Ares: 14 chilometri di salita per superare un dislivello di 935 metri. La strada stretta e senza traffico si snoda lungo il massiccio, offrendo una vista sempre migliore sulla valle di Àger. Nella prima metà della salita attraversiamo il Parco Astronomico del Montsec, uno dei luoghi migliori della Catalogna per osservare il cielo notturno. Man mano che saliamo, il paesaggio diventa più aperto e roccioso e, una volta raggiunto il passo, a 1.534 metri, la vista è immensa: la Vall Alta de Serradell-Terreta-Serra de Sant Gervàs sullo sfondo e, oltre, i Pirenei all'orizzonte.

**Dal Coll d'Ares alla conca del Pallars**

Iniziamo una lunga discesa lungo una strada stretta con asfalto dissestato, dove è consigliabile prestare attenzione. La discesa si snoda attraverso boschi di pini e querce, alternando tratti ombreggiati e radure che offrono una vista privilegiata sul bacino idrico di Terradets e sulla catena montuosa del Montsec. Attraversiamo piccoli villaggi come Sant Esteve de la Sarga, l'Alzina e Moror, dove il tempo sembra essersi fermato, fino a raggiungere il belvedere di Llimiana, dove ci ricongiungiamo alla Ruta dels Llacs, che seguiremo fino alla fine della tappa.

**Costeggiando il Noguera Pallaresa e il bacino idrico di Sant Antoni**

Dal belvedere, il percorso prosegue in modo dolce e piacevole, sempre parallelamente al fiume Noguera Pallaresa. Il sentiero, sterrato e greenway, alterna tratti di pista e piccoli sentieri lungo la strada, attraversando zone di grande biodiversità, canali di irrigazione e boschi fluviali. Il percorso costeggia il bacino di Sant Antoni, con tratti vicini all'acqua e altri più in alto che offrono magnifiche viste sulla conca del Pallars. Attraversiamo Tremp, dove il terreno diventa più dolce, e continuiamo a pedalare fino a raggiungere La Pobla de Segur, fine della tappa e culmine della Ruta dels Llacs.



Da Àger a La Pobla de Segur.  
**Attraversando il Montsec fino  
al cuore del Pallars!**

**TAPPA 19. 53 km +1.490 m**

Una tappa breve ma impegnativa che collega le terre del Pallars con le prime grandi valli pirenaiche dell'Alta Ribagorça. Si alterna tra strade solitarie e sentieri di montagna, con paesaggi che passano dai campi coltivati della conca ai rilievi scoscesi dei Prepirenei. Il Coll de Sant Pere e il Coll de Sas segnano i punti più alti di una giornata in alta montagna ricca di contrasti e panorami mozzafiato.

**Da La Pobla de Segur a Sentís**

Lasciamo La Pobla de Segur su una strada secondaria che sale e scende dolcemente tra fattorie e piccoli campi fino a congiungersi con l'Eix Pirinenc. Il percorso ci porta attraverso Senterada, un piccolo villaggio incastonato tra le montagne, e prosegue verso nord fino al bivio per Xerallo. Da qui, la pendenza aumenta notevolmente: una strada stretta e senza traffico sale ripidamente fino a Sentís, un villaggio in pietra situato a oltre 1.200 metri di altitudine, dove il paesaggio è interamente montuoso.

**Tra i prati e le montagne dei Prepirenei**

Lasciamo l'asfalto e imbocchiamo una pista che continua a salire fino al Coll de Sant Pere (1.420 m) e, più in alto, al Coll de Sas (1.483 m), il punto più alto della tappa. Il sentiero si snoda tra prati di alta montagna e boschi radi, con viste spettacolari sul Tossal de la Costa (1.867 m) e sulla valle di Barrabés sulla sinistra. È un tratto solitario e autentico, dove si sentono solo il vento e il rumore delle ruote sulla ghiaia. Dopo il passo, una breve discesa ci porta al piccolo villaggio di Sas, un agglomerato di case in pietra dal fascino pirenaico.

**Da Sas a El Pont de Suert, seguendo il riuet d'Erta**

Da Sas, il sentiero prosegue lungo il Riuet del Port d'Erta, passando accanto alla chiesa romanica di Sant Bartomeu d'Erta, circondata da cime che superano i 2.200 metri, come il Cap dels Vedats d'Erta e il Pic de la Tartera. Il percorso continua in discesa fino alle vicinanze di Castellars, dove imbocca un tratto di strada che più avanti si collega con il sentiero Mina, che ci porta a Malpàs. Da qui, un ultimo tratto di strada sale leggermente fino a Gotarta, prima di una discesa finale veloce e divertente con vista panoramica sulla valle che ci porta direttamente a El Pont de Suert, capoluogo dell'Alta Ribagorça.

Da La Pobla de Segur  
a El Pont de Suert.

***Dal Pallars Jussà alle  
valli dell'Alta  
Ribagorça***



38% gravel | 62% asfalto | 0% pista ciclabile / via verde

TAPPA 20. 42 km +1.004 m

41% gravel | 59% asfalto | 0% pista ciclabile | via verde

Da El Pont de Suert a Vielha.

***Attraversando la valle di Barravés fino alla Val d'Aran!***

Una tappa di alta montagna con identità pirenaica. Il percorso segue la valle di Barravés parallelamente al fiume Noguera Ribagorçana, confine naturale tra Catalogna e Aragona, per poi attraversare il tunnel di Vielha e scendere verso la capitale della Val d'Aran. Una giornata breve ma intensa, con un forte legame con la natura e il maestoso rilievo dei Pirenei.

### **Attraversando la valle di Barravés**

Lasciamo El Pont de Suert seguendo il corso del fiume Noguera Ribagorçana, che ci accompagna per i primi chilometri della tappa. Sentieri e piste si alternano a tratti asfaltati, sempre paralleli al fiume, tra campi, boschi e piccoli villaggi come Les Bordes, Vilaller e Ginast. La valle è circondata da creste montuose che si innalzano progressivamente man mano che ci dirigiamo verso nord. Dopo Forcat, svoltiamo a destra su una pista che sale ripidamente fino a Senet.

### **Salita al bacino superiore della Noguera Ribagorçana**

Da Senet, una breve salita asfaltata ci porta alla diga del bacino idrico di Baserca, noto anche come bacino idrico di Senet, situato a 1.361 metri di altitudine. Costruito sul fiume Noguera Ribagorçana, questo bacino idroelettrico è circondato da vette che superano i 3.000 metri, come il massiccio del Maladeta, il massiccio del Besiberri e il Pic de Mulleres. Il paesaggio è granitico, aspro e spettacolare: una profonda valle scavata tra montagne che accumulano neve per gran parte dell'anno. Una volta superata la diga lungo un tratto di sentiero molto accidentato e ripido, il sentiero si allarga e la pendenza si attenua seguendo il GR11, con tratti aperti che consentono di contemplare l'acqua blu del bacino sulla sinistra e le foreste alpine di pino nero e abete che segnano la strada verso nord.

### **Il tunnel di Vielha e la porta d'accesso alla Val d'Aran**

Lasciamo alle spalle il bacino idrico e proseguiamo parallelamente alla strada N-230, passando accanto alla gola di Besiberri e al rifugio Conangles, circondati da un paesaggio di alta montagna caratterizzato da boschi e cave. Arriviamo all'imbocco del tunnel di Vielha, un'infrastruttura storica che collega l'Alta Ribagorça con la Val d'Aran. Il tunnel è percorribile in bicicletta, a condizione che il servizio SOS Vielha venga avvisato in anticipo tramite la funivia. situato all'ingresso; il personale chiude temporaneamente una corsia al traffico per garantire il passaggio sicuro dei ciclisti. È obbligatorio portare con sé una luce e un giubbotto riflettente. All'interno del tunnel c'è una salita di 400 metri, mentre il resto è tutto in discesa. All'uscita, prendiamo il Camin deth Port, una pista in discesa che segue il fiume Nere fino al centro di Vielha, fine della tappa e porta d'accesso alla Val d'Aran.

**TAPPA 21. 36 km +1.238 m**

Una tappa breve ma molto completa che racchiude tutta l'essenza dell'Aran: fiumi, boschi umidi, cascate e splendidi panorami di alta montagna. Il percorso entra nella valle di Varradòs, una delle più spettacolari dei Pirenei, fino al Coll de Varradòs, a oltre 2.000 metri, e scende attraverso la Vall d'Unhòla prima di raggiungere Salardú.

**Lungo il Camin Reiau fino ad Arròs**

Lasciamo Vielha e, dopo aver attraversato Gausac, ci immettiamo sul Camin Reiau, un antico sentiero che collega i paesi della Val d'Aran. Il percorso corre parallelo al fiume Garona lungo ampi sentieri e tratti ombreggiati, dove gli alberi formano un tunnel di vegetazione. Il bosco è fitto, ricco di betulle, noccioli e faggi, con il rumore costante del fiume nelle vicinanze. Il terreno è dolce e molto piacevole fino ad Arròs, dove attraversiamo il fiume per iniziare la salita verso la valle di Varradòs.

**Salita attraverso il Port de Varradòs fino al passo (2.049 m)**

Da Arròs, la strada inizia a salire costantemente. I primi 7,5 km sono impegnativi, con pendenze sostenute. La vegetazione e l'acqua sono abbondanti: boschi di abeti, faggi e querce. Gli ultimi 2,5 km fino a Saut deth Pish, una cascata iconica della Val d'Aran, sono più dolci e consentono di godersi il paesaggio e iniziare a vedere l'immensità della valle. Da qui lasciamo l'asfalto e proseguiamo su una strada sterrata che continua a salire per circa 6,5 km, con tratti costanti ma mai tecnici. Il sentiero entra nella valle, fiancheggiato da prati verdi bagnati dalle acque delle cascate che alimentano il fiume Varradòs. Se ci voltiamo, la vista sulla Val d'Aran è spettacolare. Infine, raggiungiamo il Coll de Varradòs (2.049 m), il punto più alto della giornata.

**Discesa verso Bagergue e Salardú attraverso la Vall d'Unhòla**

Dal passo la vista è maestosa: davanti a noi si apre la Vall d'Unhòla, racchiusa da cime come Cap des Closos e Tuc Blanc de Parros. La discesa inizia su un ampio sentiero dove la vegetazione è più rada, in contrasto con il verde della valle precedente. Il fiume Unhòla, con le sue caratteristiche acque bruno-rossastre dovute alla presenza di ossidi e idrossidi di ferro, ci accompagna negli ultimi chilometri fino a raggiungere Bagergue, il paese più alto della Val d'Aran. Proseguiamo lungo la strada fino a raggiungere Salardú, punto di arrivo della tappa.

Da Vielha a Salardú.

**Da Vielha alla valle dell'Unhòla attraverso il Port de Varradòs!**



**TAPPA 22. 67 km +1.300 m**

Una tappa di alta montagna che collega due delle grandi valli dei Pirenei: la Val d'Aran e la Valls d'Àneu, una delle porte d'accesso al Parco Nazionale di Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Il percorso combina strade di montagna e sentieri forestali, seguendo il corso del fiume Noguera Pallaresa dalla sua sorgente a Pla de Beret fino a Esterri d'Àneu e terminando a Espot.

**Da Salardú a Pla de Beret, sorgente del Noguera Pallaresa**

Lasciamo Salardú in direzione di Baqueira su strada, seguendo il percorso del passo che porta al Pla de Beret. Si tratta di una salita di 6 chilometri con un dislivello di 400 metri, costante ma gestibile, che passa accanto a case e circondata da boschi di abeti e pini neri. Man mano che saliamo, la vista sulla Val d'Aran si allarga e la strada si snoda attraverso prati di alta montagna. Il Pla de Beret, a oltre 1.850 metri di altitudine, è una delle pianure naturali più grandi dei Pirenei.

Qui nasce il fiume Noguera Pallaresa, circondato da un idilliaco scenario di pascoli e cime arrotondate che in inverno diventano il più grande comprensorio sciistico dei Pirenei: Baqueira Beret.

**Montgarri e la sorgente del Noguera Pallaresa**

Lasciamo l'asfalto alle spalle e imbocchiamo la pista forestale che scende dolcemente verso il santuario di Montgarri, uno dei luoghi più belli ed emblematici della Val d'Aran. La pista corre parallela al fiume Noguera Pallaresa, tra prati verdi e boschi di abeti e betulle. In estate, i pascoli si riempiono di cavalli e mucche e la sensazione di calma è assoluta. Il Santuario di Montgarri, trasformato in rifugio, è il luogo ideale per fare una sosta e godersi l'atmosfera di alta montagna. Continuiamo lungo la pista fino a entrare nella valle di Bonabé, lasciandoci alle spalle la Val d'Aran ed entrando nel Pallars Sobirà.

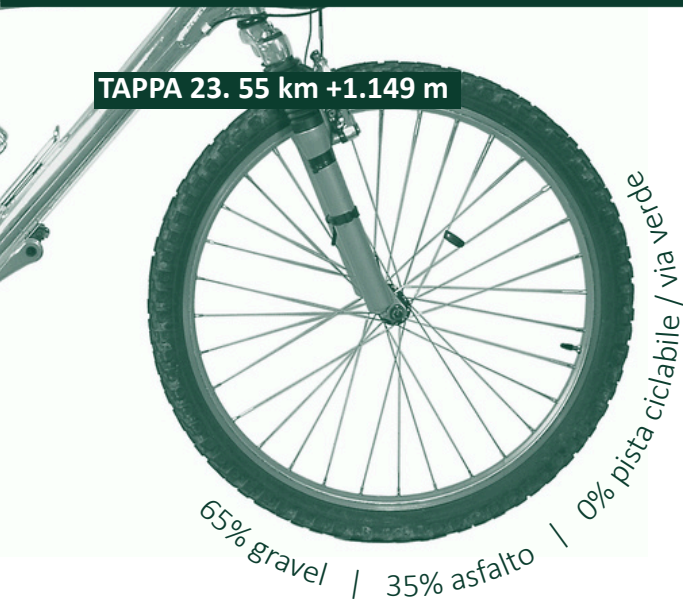
**Le Valls d'Àneu e l'arrivo a Espot**

Il sentiero prosegue in discesa lungo la Noguera Pallaresa fino a Esterri d'Àneu, passando per Alòs d'Isil, Isil e Borén, dove termina la lunga discesa. Da qui, il percorso attraversa il fiume e inizia una nuova salita lungo una strada secondaria che porta a Son, un belvedere naturale sul bacino idrico di Torrassa e su tutte le Valls d'Àneu. I boschi che circondano la strada sono costituiti da pini rossi, pini neri e abeti, tipici delle montagne dei Pirenei centrali. Gli ultimi chilometri alternano lievi salite e discese attraverso boschi fino a raggiungere Espot, porta d'accesso al Parco Nazionale di Aigüestortes i Estany de Sant Maurici e fine di una giornata che riassume perfettamente l'essenza dei Pirenei.

Da Salardú a Espot.  
**Dalle valli aranesi alle Valls d'Àneu!**



**TAPPA 23. 55 km +1.149 m**



Da Espot a Sort.  
**Da Espot alla capitale del Pallars Sobirà!**

Questa tappa di alta montagna combina fitte foreste, prati alpini e panorami infiniti sul Pallars Sobirà. Il percorso parte da Espot e sale fino al Coll de la Creu d'Eixol, per poi seguire il balcone naturale che collega Espot con Llessui, uno dei tratti più spettacolari di tutti i Pirenei. Pascoli, bestiame e silenzio assoluto prima di una lunga discesa verso Sort, capoluogo del Pallars Sobirà.

**Salita attraverso i boschi fino alla cima della tappa**

Lasciamo Espot e affrontiamo una salita di 12 chilometri con una breve pausa a metà percorso. I primi 3 chilometri si snodano su una strada stretta e ombreggiata, poi il percorso prosegue lungo una pista forestale, circondata da alti abeti che creano una sensazione di isolamento e calma totale. Gli ultimi metri prima del Coll de la Creu d'Eixol sono i più difficili, con pendenze ripide, ma la ricompensa è immediata: in cima, il paesaggio si apre e si dispiega un immenso panorama di prati alpini in pendenza, che rivelano i successivi strati di montagne che si estendono fino all'orizzonte, dove si distinguono montagne iconiche come il Pic de l'Orri.

**Il sentiero da Espot a Llessui, un balcone sul Pallars**

Dal passo, il sentiero prosegue quasi in piano, serpeggiando lungo il crinale della montagna da cui è sempre possibile ammirare l'intera valle. Il paesaggio è aperto e bucolico: immensi prati, greggi di pecore, mucche e cavalli al pascolo libero e burroni che scendono fino al fondo della valle. Non ci sono alberi, solo una successione di ripidi pendii verdi che trasmettono una sensazione di spazio infinito. In alcuni tratti il sentiero scende leggermente per poi risalire, sempre con vista sulle valli a sinistra e sulle montagne a destra. È un tratto perfetto per godersi il ciclismo a un ritmo tranquillo, circondati solo dalla natura e dalla tranquillità.

**Discesa attraverso la Vall d'Àssua fino a Sort**

Seguiamo il sentiero fino al punto in cui svolta a destra e si apre sulla Vall d'Àssua, dove serpeggia il fiume Berasti. Il sentiero costeggia la valle a media altezza, con i fienili di Llessui sottostanti e le cime di oltre 2.500 metri sopra, come il Montsent de Pallars (2.883 m), che lasciamo alle spalle man mano che procediamo. A poco a poco, il sentiero inizia a scendere, passando vicino al Coll de Triador e attraversando le vecchie strutture della stazione sciistica abbandonata di Llessui. La discesa prosegue a zig-zag lungo un ampio sentiero che conduce alla strada di Llessui. Da qui, non resta che lasciarsi trasportare dall'asfalto, passando per Llessui, Sorre e Altron, fino a raggiungere Sort, un borgo medievale, dove il fiume Noguera Pallaresa riappare come filo conduttore e punto di arrivo della giornata. I più avventurosi possono sostituire la bicicletta con la canoa e praticare sport acquatici su uno dei fiumi più belli d'Europa.

**TAPPA 24. 83 km +2.430 m**

Una tappa di alta montagna con un importante passo montano come punto culminante: Torreta de l'Orri. Da Sort, il percorso segue il fiume Noguera Pallaresa ed entra nel Parco Naturale dell'Alt Pirineu per raggiungere uno dei punti panoramici più spettacolari dei Pirenei catalani, a oltre 2.400 metri di altitudine. Una delle tappe più impegnative dell'intero percorso.

**Salita attraverso i boschi fino al Pic de l'Orri**

Lasciamo Sort seguendo una pista ciclabile che corre parallela al fiume Noguera Pallaresa fino a Rialp, un tratto pianeggiante e molto piacevole. Da qui prendiamo la strada di Roní verso la stazione sciistica di Port Ainé, iniziando una lunga e costante salita di 25 km e 1.681 m di dislivello. I primi chilometri, su asfalto, salgono attraverso boschi di pini rossi e abeti, con occasionali scorci sul Pic de l'Àliga e sulla valle. Attraversiamo Roní e seguiamo la strada fino a Port Ainé, dove lasciamo l'asfalto e imbocchiamo una pista sterrata. Man mano che saliamo, la vegetazione si dirada e il paesaggio si apre: le piste da sci di Port Ainé segnano gli ultimi metri che ci separano dalla vetta della Torreta de l'Orri (2.439 m), il punto più alto della tappa e il punto più alto del massiccio.

**Torreta de l'Orri e panorami infiniti**

Da questo belvedere naturale si possono vedere la maggior parte delle cime della zona, la pianura dell'Alt Urgell e persino il Principato di Andorra. Orri è un collegamento naturale tra il Pallars e l'Alt Urgell, e la sua vista panoramica è una delle più estese di tutta la Catalogna. Dalla vetta inizia una lunga discesa lungo sentieri forestali che si snodano lungo il versante meridionale del massiccio. I primi tratti sono dolci e veloci, mentre più in basso il terreno diventa più roccioso e in alcuni punti più tecnico, sempre circondato da boschi di pino nero, betulla e quercia.

**La lunga discesa verso La Seu d'Urgell**

La discesa ci porta al rifugio Basseta, nel santuario di Sant Joan de l'Erm, un'oasi di tranquillità tra prati e boschi di alta montagna. Da qui, il percorso prosegue, alternando piccole salite e discese lungo la valle del fiume Santa Magdalena, con tratti di sentiero stretto, burroni e zone d'acqua che offrono freschezza e contrasto. Dopo un'altra salita di circa 7,5 chilometri, il sentiero scende attraverso Serrat de les Cabanelles, una lunga e piacevole discesa con curve a zig-zag e tratti panoramici. Il sentiero, sebbene comodo, presenta alcuni punti tecnici che richiedono attenzione. Negli ultimi chilometri, attraversiamo Sendes e Bellestar, già nella regione dell'Alt Urgell, prima di raggiungere La Seu d'Urgell. Fine della tappa e sezione 3.

Da Sort a La Seu d'Urgell.  
**Salita al Pic de l'Orri fino a  
La Seu d'Urgell!**

