

Cerdanya Senderisme de Salut explora racons i cims poc coneguts

Les activitats, que es difonen a través d'hotels i oficines de turisme, incorporen itineraris poc freqüentats, ascensions, marxa nòrdica i banys de bosc amb sortides també a l'Ariège, l'Alt Urgell, el Berguedà i el Ripollès



Una sortida del programa Cerdanya Senderisme de Salut / **ARXIU PARTICULAR**

Miquel Spa

El programa d'activitats guiades de **Guies del Pirineu** es renova aquest estiu amb noves propostes per descobrir indrets emblemàtics i també espais menys freqüentats de la Cerdanya i del Pirineu. La iniciativa, que es difon a través dels hotels i de les oficines de turisme del territori tot i que aquest any ja l'entitat no compta amb la col·laboració econòmica ni dels ajuntaments ni dels establiments hotelers, torna a posar l'accent en un model de descoberta basat en l'activitat física i el coneixement de l'entorn, incorporant enguany itineraris inèdits i ampliant l'àmbit geogràfic més enllà de la comarca amb sortides a l'Ariège, l'Alt Urgell, el Berguedà i el Ripollès.

Sota el lema "**Cos actiu, saludable i dinàmic, dins un entorn privilegiat**", el programa inclou activitats de **senderisme, marxa nòrdica, ascensions i banys de bosc**, amb una oferta que es renova

cada temporada per oferir una visió més àmplia del territori. L'objectiu és combinar itineraris coneguts amb altres de menys transitats, permetent als participants descobrir nous miradors i paisatges de la Cerdanya i del seu entorn.

Després de la finalització del suport públic, l'organització ha actualitzat els preus mantenint-los tan assequibles com ha estat possible. Alhora, ha reduït el nombre total d'activitats, però ha diversificat les propostes i ha reforçat la col·laboració amb l'empresa **Penyes Altes**, mantenint la filosofia de promoure la salut i el coneixement del territori a través de l'activitat física.

Entre les principals novetats destaquen les rutes al **Grau de l'Os** i als **Empedrats de Bor**, així com la visita a l'**estany de Besinés**, a l'Arièja. El programa també incorpora ascensions a cims com la **Muga**, **Perafit**, la **Tossa Plana de Lles** i el **Moixeró** amb el **Puig Cubell**, que representen les propostes més exigents de la temporada.

La programació també s'amplia cap a l'**Alt Urgell** amb l'itinerari entre **Cava** i **Querforadat**, que permet contemplar de prop la cara nord del Cadí. Al **Berguedà**, s'ofereix una ruta entre el **mirador de Gresolet** i el **coll de la Bena** per descobrir diferents perspectives de la paret nord del Pedraforca. També es recupera la sortida de paisatgisme a **Rocaviva** i s'estrena una activitat de **naturwalk**, que combina marxa nòrdica i orientació al circuit de la natura de **La Molina**. Una altra de les propostes singulars és la marxa nòrdica nocturna amb lluna plena fins al **puig del Ginebró**, amb vistes sobre la Cerdanya i el Ripollès.

El programa manté igualment les sessions de **banys de bosc** i de **marxa nòrdica**, a més de la possibilitat de reservar activitats personalitzades a la carta. La informació es pot obtenir a les oficines municipal i comarcal de turisme de **Puigcerdà**, mentre que les inscripcions s'han de formalitzar mitjançant WhatsApp al telèfon 637 729 612. Els preus oscil·len entre els 15 i els 20 euros per a les activitats de mitja jornada entre setmana i entre els 20 i els 35 euros en les sortides de més dificultat i amb grups reduïts.