

Itinerari de La Ruta del Cister GR®175



CAT

Itinerari de La Ruta del Cister pel GR®175

L'itinerari de La Ruta del Cister segueix el traçat del GR®175, transcorre per les comarques de l'Alt Camp, la Conca de Barberà i l'Urgell i és l'únic recorregut que enllaça entre sí els tres monestirs cistercencs de Santes Creus, Poblet i Vallbona.

Durant el recorregut descobrirem un territori profundament humanitzat, amb camps de cereals, ametllers, oliveres i vinyes, camins ancestrals plens de marges i cabanes de pedra seca; ens endinsarem a l'interior d'espais protegits com el Paratge Natural de Poblet, les muntanyes de Prades i el Tossal Gros de Miramar; caminarem per serres divisòries com la serra del Tallat i la serra de Comaverd des d'on admirarem les espectaculars vistes, amb el punt més alt de tot el recorregut, el Cogulló (881 m.).

Aquest itinerari és recomanable per a persones acostumades a fer travesses de varis dies. Com que és una ruta circular permet començar i finalitzar en qualsevol lloc i es pot realitzar en ambdós sentits de la marxa indistintament. També es pot plantejar fer-la amb més o menys estades, tenint en compte els dies de què es disposen, l'oferta d'allotjament, els objectius i la preparació física. Es poden escurçar les etapes utilitzant altres recorreguts senyalitzats, o bé taxis o trànsferts; i contractar els serveis d'un guia acompanyant o de transferit d'equipatge.

Es pot fer a peu amb un total de 105 quilòmetres o en BTT amb un total de 108 quilòmetres. Compta amb 4 variants en els llocs més complicats per al trànsit dels ciclistes (GR®175-1 Figuerola del Camp-Prenafeta; GR®175-2 Montblanc-Les Masies; GR®175-3 Mas d'en Llord-Cap del Coll; i GR®175-5 Puig de Comaverd-Cal Guixó) i una altra que es pot fer tant a peu com en BTT (GR®175-6 per Blancafort i Solivella). Està totalment senyalitzat en ambdós sentits de la marxa amb les característiques marques blanca i vermella de GR (sender de Gran Recorregut), amb pals direccionals ben identificats que, a més a més, incorporen informació del lloc, de l'alçada i la connexió amb d'altres senders GR i PR de la xarxa. També compta amb les infraestructures necessàries: passeres, baranes, escales, etc. per fer més còmoda i segura la caminada.

L'itinerari de La Ruta del Cister GR®175 ofereix el gaudi d'experiències impactants com participar en la pregària de vespres tot escoltant el cant dels monjos de Poblet, després d'haver realitzat una magnífica excursió per les muntanyes de Prades i Paratge Natural d'Interès Nacional de Poblet i, l'endemà, una vegada arribats a Vallbona de les Monges, havent travessat les vinyes de la Conca i els sembrats de l'Urgell, participar en les pregàries de les monges i deixar-se embolcallar pels seus cants, o bé caminar per la feréstega carena del Cogulló i les terres planes de l'Alt Camp fins a arribar a Santes Creus i passejar tranquil·lament pel monestir, gaudint de tots els racons, i poder escoltar les llegendes medievals que contenen els guies. De ben segur que aquestes vivències, que només en aquesta ruta trobareu, no us decebran.

ESP

Itinerario de La Ruta del Cister por el GR®175

El itinerario de La Ruta del Cister sigue el trazado del GR®175. Transcorre por las comarcas del interior de Catalunya: el Alt Camp, la Conca de Barberà y el Urgell y es el único recorrido que enlaza entre sí los tres monasterios cistercienses más importantes de Catalunya: Santes Creus, Poblet y Vallbona.

Durante el recorrido descubriremos un territorio profundamente humanizado, con campos de cereales, almendros, olivos y viñedos, caminos ancestrales llenos de márgenes o muros y cabañas de piedra seca; nos adentraremos en el interior de espacios protegidos como el Paraje Natural de Poblet, las montañas de Prades y el Tossal Gros de Miramar; caminaremos por sierras divisorias como la sierra del Tallat y la sierra de Comaverd desde donde podemos gozar de unas espectaculares vistas, con el punto más alto de todo el recorrido, el Cogulló (881 m.).

Este itinerario es recomendable para personas acostumbradas a hacer travesías de varios días. Al ser una ruta circular permite empezar y finalizar en cualquier lugar y se puede realizar en ambos sentidos de la marcha indistintamente. También se puede plantear hacerla con más o menos etapas, teniendo en cuenta los días de que se disponen, la oferta de alojamiento, los objetivos y la preparación física. Se pueden acortar las etapas utilizando otros recorridos señalizados, o bien taxis o transfers; y contratar los servicios de un guía acompañante o de transferit de equipaje.

Se puede hacer a pie con un total de 105 kilómetros o en BTT con un total de 108 kilómetros. Cuenta con 4 variantes en los lugares más complicados para el tránsito de los ciclistas (GR®175-1 Figuerola del Camp-Prenafeta; GR®175-2 Montblanc-Les Masies; GR®175-3 Mas d'en Llord-Cap del Coll; y GR®175-5 Puig de Comaverd-Cal Guixó) y otra que se puede hacer a pie o en BTT (GR®175-6 por Blancafort y Solivella). Está totalmente señalizado en ambos sentidos de la marcha con las características marcas blancas y rojas de GR (sendero de Gran Recorrido), con palos direccionales bien identificados que, además, incorporan información del sitio, de la altura y la conexión con otros senderos GR y PR de la red. También cuenta con las infraestructuras necesarias: pasarelas, barandillas, escaleras, etc. para hacer más cómoda y segura la caminata.

El itinerario de La Ruta del Cister GR®175 ofrece el disfrute de experiencias impactantes como participar en la oración de las vísperas escuchando el canto de los monjes de Poblet, tras haber realizado una magnífica excursión por las montañas de Prades y el Paraje Natural de Interés Nacional de Poblet y, al día siguiente, una vez llegados a Vallbona de les Monges, habiendo atravesado las viñas de la Conca de Barberà y los sembrados del Urgell, participar en las oraciones de las monjas y dejarse envolver por sus cantos, o bien caminar por la agreste loma del Cogulló y las tierras llanas del Alt Camp hasta llegar a Santes Creus y pasear tranquilamente por el monasterio, disfrutando de todos los rincones, y poder escuchar las leyendas medievales que cuentan los guías. Seguro que estas vivencias, que sólo en esta ruta encontrarás, no te decepcionarán.

ENG

La Ruta del Cister Trail, GR®175

La Ruta del Cister Trail GR®175 is part of the large European network of signposted footpaths and it is the only trail linking the three most outstanding Cistercian Order monasteries in Catalonia. The monasteries of Santes Creus, Poblet and Vallbona de les Monges are located in the inland regions of Alt Camp, Conca de Barberà and Urgell respectively.

In this route, we will discover an agricultural landscape, with fields of cereals, almond trees, olive trees and vines. A beautiful example of rural dry stone huts; the further we will explore protected areas such as the Poblet Natural Park, the Prades mountains and the Tossal Gros de Miramar; we will walk through border mountains such as the Tallat mountains and the Comaverd mountains from which we have spectacular views, with the highest point of the whole route, the Cogulló (881 m.).

This walking tour requires being an active person, used to hiking for several days. As this is a circular route, it allows you to start and end at any point of the trail and it can be realized in both directions of the march indistinctly. You can complete the circuit in stages, depending the accommodation offer, always taking into account how long you can spend on it, what you are aiming at and how fit you are. The stages can be shortened by using other marked routes, taxis or transfers; and hire the services of a tour guide or the backpack and luggage transport service.

La Ruta del Cister Trail GR®175 is circular hiking tour with a total of 105 km and 108 km for cyclists. It has 4 variants located in the most complicated places for cycling tour (GR®175-1 Figuerola del Camp-Prenafeta; GR®175-2 Montblanc-Les Masies; GR®175-3 Mas d'en Llord-Cap del Coll; and GR®175-5 Puig de Comaverd-Cal Guixó) and another one by hiking and by mountain bike (GR®175-6 by Blancafort and Solivella). It is fully signposted (in both directions) with the characteristic white and red GR marks (Grande Randonnée) and waymarked posts showing additional information of each site and its height. The path is also well-conditioned with railings, handrails and steps where necessary to ensure a safe and comfortable hike.

There are some striking experiences to be enjoyed along the way, such as evening prayers at Poblet accompanied by the monks' canticles following a superb walk over the wooded hills of Prades - Paratge de Poblet; the idyllic approach to Vallbona de les Monges through the vineyards of La Conca and the fields of L'Urgell, which complements perfectly the nuns' contemplative Vespers; or a hike along the rugged ridge of El Cogulló and the contrasting flatlands of L'Alt Camp to get to the impressive monastery of Santes Creus. There is still much to see, ably brought alive by a multi-lingual dramatic audiovisual installation, and English-speaking guides who will relate the medieval legends of the monastery. You are bound to enjoy all of these experiences, which you will only find along the Cistercian Route.

FRA

Le sentier La Ruta del Cister, GR®175

L'itinéraire de La Ruta del Cister suit le sentier de Grande Randonnée GR®175, traverse les régions de l'Alt Camp, la Conca de Barberà et l'Urgell et balisé et il est la seule piste qui relie les trois monastères cisterciens les plus remarquables Ordre en Catalogne: Santes Creus, Poblet et Vallbona.

Dans cet itinéraire, nous découvrirons un territoire profondément rural et naturel, avec des champs de céréales, d'amandiers, d'oliviers et de vignes, des sentiers de découverte de cabanes et de murs en pierre sèche; plus nous irons à l'intérieur de zones protégées telles que le parc naturel de Poblet, les montagnes de Prades et le Tossal Gros de Miramar; nous marcherons à travers des montagnes frontalières telles que les montagnes du Tallat et les montagnes du Comaverd d'où l'on a des vues spectaculaires, avec le point culminant de tout l'itinéraire, le Cogulló (881 m.).

Ce voyage nécessite d'être une personne active, habituée de faire de randonnée de plusieurs jours. Comme il s'agit d'un itinéraire circulaire, il permet de commencer et de terminer n'importe où et peut être fait dans les deux sens de la marche sans distinction. On peut réaliser le circuit par des étapes, selon les jours disponibles, l'offre d'hébergement, vos objectifs et votre préparation physique. Les étapes peuvent être raccourcies en utilisant d'autres itinéraires balisés, des taxis ou des transferts; et louez les services d'un guide accompagnateur ou le service de transport de sac à dos et de bagages.

On peut le faire à pied avec un total de 105 kilomètres ou en VTT avec un total de 108 kilomètres. Il a 4 variantes dans les endroits les plus compliqués pour la circulation cycliste (GR®175-1 Figuerola del Camp-Prenafeta; GR®175-2 Montblanc-Les Masies; GR®175-3 Mas d'en Llord-Cap del Coll; et GR®175-5 Puig de Comaverd-Cal Guixó) et un autre qui peut se faire aussi bien à pied qu'en VTT (GR®175-6 par Blancafort et Solivella). Il est entièrement balisé dans les deux sens de la marche les caractéristiques de blanc et de rouge marque GR (sentiers de Grande Randonnée), avec des panneaux de direction bien identifiés intègrent également des informations sur l'endroit, et la connexion avec les autres sentiers PR et GR réseau. Il a également l'infrastructure nécessaire: ponts, balustrades, escaliers, etc. pour rendre la marche plus confortable et plus sûre.

L'itinéraire de la Ruta del Cister GR®175 offre des expériences inoubliables: participer à la prière du soir en écoutant le chant des moines de Poblet, après avoir fait une magnifique excursion à travers les montagnes de Prades et le site naturel de Poblet et, le lendemain, une fois arrivés à Vallbona de les Monges, après avoir traversé les vignobles de La Conca et les champs d'Urgell, et participer aux prières des religieuses et rêver avec leurs chants, ou simplement, marcher parmi les sauvages collines du Cogulló et les terrains plats de l'Alt Camp jusqu'à atteindre Santes Creus et visiter le monastère en jouissant de tous les coins et pouvoir écouter les légendes du Moyen Âge racontées par les guides. On est sûr que ces expériences, que vous ne rencontrerez que pendant ce voyage, ne vous décevront pas.

Track GPS

- **A peu pel santuari del Tallat**
A pie por el santuario del Tallat
Hiking | Randonnée pédestre
- **A peu per Blancafort i Solivella**
A pie por Blancafort y Solivella
Hiking for Blancafort and Solivella | Randonnée par Blancafort et Solivella
- **En BTT | by MTB | pour le VTT**



Carnet 6T

Carné Cister | Cister Card | Carte Cister



Allotjaments especialitzats · Alojamientos especializados · Specialized accommodation · Hébergement spécialisé

Establiments que ofereixen serveis específics que s'adeqüen als practicants de senderisme i de BTT i estan identificats amb un distintiu | Establecimientos que ofrecen servicios específicos a los practicantes de senderismo y de BTT y están identificados con un distintivo | Accommodation adapted to welcome hikers and mountain bikers and identified by a distinctive sign | Hébergements adaptés à l'accueil de randonneurs et vététistes et identifiés par un signe distinctif.

Blancafort: Alberg municipal
Tel. 977 89 20 15
www.blancafort.altanet.org

L'Espluga de Francolí:
Hostal del Senglar H**
977 87 01 21 - 690 160 376
www.hostaldelsenglar.com

Les Masies (l'Espluga de Francolí):
Alberg de l'Espluga de Francolí Xanascot
Tel. 977 87 03 56 www.xanascot.gencat.cat

Hotel Rural i Apartaments Villa Engracia Tel. 977 87 03 08
www.villaengracia.com

Hotel Masia del Cadet H***
Tel. 977 87 08 69 www.masiadelcadet.com

Forès: Rural Horizons
Tel. 977 10 73 20 | www.ruralhorizons.org

Montblanc: Apartaments El Jac
977 86 32 65 - 628 654 690
www.eljacmontblanc.com

Rocafort de Queral: Apartaments Mircla
977 89 80 27 - 626 704 858
joanmircla.blogspot.com

Rocallaura:
Hotel Balneari Rocallaura H****
hotel@balneario-rocallaura.com

Santes Creus (Aiguamúrcia):
Hotel Grau HR** Tel. 977 63 83 11
www.hostal-grau.com

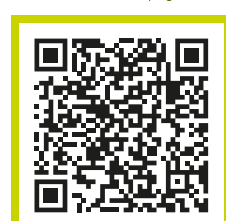
Vallbona de les Monges:
Cal Baster 626 969 406 - 655 902 004
elsentitsdevallbona@gmail.com

Fora del traçat principal Fuera del trazado principal · Off the main track · Hors de la piste principale
Vallverd (Sarral): Entre Rocafort de Queral i Montbrí de la Marca
Casa Miret H** Tel. 977 89 82 34
reservas@casamiret.com

Vilaverd - Entre Prenafeta i Montblanc:
Hotel Cal Maginet H***
Tel. 693 069 733 www.calmagnet.cat

Ca l'Esquelleta
Tel. 619 951 293 www.calesquelleta.com
Altres allotjaments no especialitzats:
www.larutadelcister.info

Punts de segellatge
Puntos de sellado · Stamping Points · Points des cachets



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura



f larutadelcister @larutadelcister larutadelcister.info