

Lleida - La Seu d'Urgell

I punti salienti:

- Lleida
- Congost de Mont-rebei
- Parco nazionale Aigüestortes i Estany de Sant Maurici
- Il romanico della Vall de Boí
- Val d'Aran
- La Seu d'Urgell

3ª parte: Lleida - La Seu d'Urgell - 357 km - 5 tappe

- Da Lleida a La Pobla de Segur. 107 km
- Da La Pobla de Segur a Boí - Taüll. 62 km
- Da Boí a Taüll a Vielha: 60 km
- Da Vielha a Sort: 74 km
- Da Sort a La Seu d'Urgell: 54 km



Motto vicino al cielo

La cattedrale che domina **Lleida** è il nostro punto di partenza per un viaggio attraverso paesaggi vertiginosi che ci offriranno i **migliori cieli stellati della Catalogna**. Viaggeremo anche nel cuore dei Pirenei, dove faremo escursioni tra laghetti glaciali, spettacolari cascate e paesini di montagna, prima di scoprire l'**architettura romanica di un Sito Patrimonio dell'Umanità**. Gusteremo **formaggi e salsicce artigianali** e ricette di montagna come la tradizionale **olha aranesa** servita accanto al fuoco del camino.



1ª TAPPA

IL CIELO STELLATO

La tappa inizia tra cattedrali e castelli, in particolare quelli della città di Lleida e dei suoi dintorni. Al calare della notte, le stelle e le costellazioni del cielo di Montsec saranno il nostro tetto.

I monumenti di Lleida

La giornata inizia con un'abbondante colazione, a base di *pa amb tomàquet* (pane e pomodoro), con olio d'oliva della **D.O.P Les Garrigues**, insaccati e **pere a denominazione di origine protetta di Lleida**, e una passeggiata attraverso **La Seu Vella**, un luogo di culto con una magnifica cupola e un campanile ottagonale alto sessanta metri, che offre una vista panoramica della città e del territorio circostante. Con il **Castello del Re - la Suda**, La Seu fa parte di un complesso monumentale che ci aiuta a comprendere la storia della città. Si tratta di un territorio di campi coltivati che si estendono fino all'orizzonte, pieno di frutteti e orti da cui provengono gli ingredienti di molti piatti locali. Su queste fertili pianure che circondano Lleida visiteremo il **Castello di Gardeny**, che nel XII secolo ospitò i soldati Templari che si stabilirono in questa zona. Al castello, viene offerta l'opportunità di vivere la vita di un cavaliere templare per un giorno.

Congost de Mont-rebei

La nostra tappa successiva sarà **Balaguer**, dove riprenderemo forza con una *coca de recapte*, fatta, naturalmente, con peperoni e melanzane provenienti dai giardini di Lleida. La strada panoramica tra Balaguer e Baronia de Sant Oïme è

un viaggio attraverso bellissimi paesaggi, con vista sul **fiume Segre** e sul magnifico **lago artificiale di Camarasa**. Il paesaggio intorno al lago, che si affaccia sulla catena montuosa del Montsec è propizio alla pratica dell'escursionismo - un tratto del GR-1 passa da lì - all'osservazione di pitture rupestri e magari al volo in mongolfiera o in deltaplano. Questi paesaggi sono un buon preludio a ciò che ci attende al **Congost de Mont-Rebei**. Il vertiginoso paesaggio e la rocca più famosa della Catalogna possono essere esplorati a piedi, attraverso uno stretto passo, o in kayak lungo il fiume Noguera-Ribagorçana. Decidiamo di rimanere a terra e camminare tra pareti di roccia la cui altezza, in alcune sezioni, supera i cinquecento metri.

Un cielo stellato

Prima che la giornata finisca, varrà la pena di ripiegare di qualche chilometro fino ad **Àger** per assistere a un altro grande spettacolo della natura: una notte stellata. I monti del **Montsec**, **Destinazione turistica e Riserva Starlight** ufficiale, ospitano il Centre d'Observació de l'Univers, dove grandi e piccini imparano qualcosa di più sui misteri del cosmo. Dopo un'intensa ed eccitante giornata partiamo per **La Pobla de Segur**, il punto finale dello storico **Tren dels Llacs**, un viaggio che offre spettacolari vedute panoramiche.



2ª TAPPA

AIGÜESTORTES E IL ROMANICO DI BOÍ

I paesaggi dell'unico parco nazionale della Catalogna, con i suoi laghi e le sue montagne, e l'architettura delle chiese romaniche di Boí sono al centro di una giornata dedicata alla natura e alla cultura.

L'unico parco nazionale delle Catalogna

Il ricordo delle costellazioni riempie il nostro tempo mentre viaggiamo tra la Pobla de Segur e la **Vall de Boí**. Raggiungendo Senterada, vediamo le indicazioni per **Vall Fosca**, un'altra delle meraviglie naturali della Catalogna che merita una deviazione. La strada inizia con una graduale salita fino in cima al **Coll de la Creu de Perves**, con bei panorami sui Pirenei. Da El Pont de Suert, la strada passa tra le alture fino all'entrata del **Parco Nazionale Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**. L'unico parco nazionale della Catalogna ci permette di ammirare uno spettacolare scenario naturale: oltre 200 laghi di origine glaciale circondati da vette alte circa 3000 metri. In primavera e in estate, genziane e rododendri aggiungono spruzzi di colore al verde dei prati.

Escursioni ad Aigüestortes

Area naturale e montana ufficiale per la famiglia, la Vall de Boí è un paradiso per gli escursionisti con sentieri adatti a tutti i livelli: da quelli adatti anche ai bambini a quelli per escursionisti esperti. Abbiamo scelto di salire a **Planell d'Aigüestortes** da Boí in taxi 4x4, e da qui inizieremo un'escursione agevole che ci porterà fino a **Estany Llong**. Il sentiero per il colle Rus è il percorso storicamente utilizzato dai valligiani per raggiungere Barcellona, prima che venissero

realizzate le strade asfaltate. Lo stesso tracciato, anche se in senso opposto e a dorso d'asino, veniva percorso spesso dalla borghesia catalana cittadina per recarsi alle **sorgenti termali di Caldes de Boí**. La camminata ci ha messo appetito, e per fortuna la Vall de Boí è un posto ideale per provare la generosa cucina dei Pirenei: nei ristoranti locali si servono funghi, formaggio di malga e carne cucinata *a la llosa*.

La bellezza dell'arte romanica

Il pomeriggio sarà riservato al **retaggio romanico della Vall de Boí**, inserito nella lista del **Patrimonio Mondiale dell'Umanità dell'UNESCO**. Fu la famiglia feudale degli Erills a chiamare nella valle alcuni tagliatori di pietre, maestri artigiani che in pochi decenni eressero otto chiese e una cappella. A **Taüll** troviamo la quintessenza di quest'arte romanica: **Sant Climent e Santa María**, due chiese consacrate nel 1123, a un solo giorno di distanza. A Sant Climent, il video mapping riporta alla vita gli affreschi dell'abside maggiore e del santuario. Ci fermiamo a **Erill la Vall** per visitare il **Centre del Romànic de la Vall de Boí** e la chiesa di **Santa Eulàlia**, con la sua slanciata torre a sei piani di influenza lombarda. Continuiamo il nostro viaggio verso nord per raggiungere un'altra delle grandi valli pirenaiche: la Val d'Aran.



3ª TAPPA

LE CARATTERISTICHE UNICHE DELLA VAL D'ARAN

Entriamo nella Val d'Aran, un territorio dei Pirenei con lingua propria e architettura unica, la cui natura e cucina risentono molto del particolare orientamento geografico.

Val d'Aran

L'alba in **Val d'Aran**. L'esposizione atlantica di questa valle, il cui territorio è per quasi un terzo al di sopra dei 2000 metri, caratterizza il clima e la tipologia delle sue specie forestali, che sono diverse da quelle di altre parti dei Pirenei. Scopriremo presto che qui le cose sono parecchio diverse da quanto abbiamo visto finora. A Vielha, capoluogo della Val d'Aran, un poster che pubblicizza una fiera dell'artigianato *hèt a man, hèt aciù* (fatto a mano, fatto qui) ci ricorda che, anzitutto, qui si parla un'altra lingua: l'**aranese**. Anche l'architettura è molto particolare, con villaggi in pietra aggregati intorno a una chiesa e altri arroccati sui versanti delle montagne, con viste panoramiche sulla valle.

Cascate glaciali

Da Vielha si segue la strada lungo il **fiume Garona** verso uno dei luoghi più pittoreschi della Val d'Aran, **Artiga de Lin**, una serie di prati verdi, forre e fiumi che formano una delle valli laterali più belle e facilmente accessibili della Val d'Aran. Da qui, una breve camminata ci porta più vicino a **Els**

Uelhs Deth Joeu, una cascata alimentata dalle acque del ghiacciaio Aneto. Un fenomeno eccezionale: l'acqua scompare per quattro chilometri nella valle di Benasque solo per riaffiorare qui in tutta la sua forza.

Fauna dei Pirenei

Le foreste di questa parte dei Pirenei sono casa di marmotte e cervi. Quando si fa autunno, il richiamo del cervo in calore è la colonna sonora di queste foreste. Per tutta la nostra camminata sappiamo che gli animali sono ben presenti, ma difficili da scorgere; quindi, nel pomeriggio, decidiamo di visitare il parco faunistico **Aranpark**, a **Bossòst**, un paese dall'architettura tradizionale. In questo parco faunistico, grandi e piccoli rimangono incantati dalla presenza imponente di orsi bruni, linci e lupi grigi. Per concludere la giornata facciamo ritorno a Vielha. Se la visita capita di martedì, possiamo partecipare a qualcosa che in questa valle è una vera istituzione: il **Pintxo Pote**. Un giro di bar-hopping nel centro storico della cittadina, caratterizzato da una cucina in miniatura.



4ª TAPPA

CAMMINANDO ATTRAVERSO IL CIRCO COLOMÈRS

La nostra visita agli affascinanti villaggi in pietra della Val d'Aran è il preludio di un'escursione attraverso uno dei paesaggi più belli dei Pirenei, il circo Colomèrs.

Villaggi della Val d'Aran

Abbiamo visto che la Val d'Aran è un luogo di superstizioni profonde, di festival del fuoco che costituiscono Patrimonio Culturale Immateriale, e di artigiani che dedicano ore alla lavorazione di ceramiche, ferro battuto e salsicce come il *fuet*, che qui si chiama *Ilonganissa seca*. La giornata inizia con visite ai paesi di **Arties**, con le sue notevoli case di epoca rinascimentale, e **Salardú**, dove si ammira uno degli esempi di romanico aranese: Sant Andrèu, una chiesa con una torre ottagonale, splendidi affreschi murali e un Cristo ligneo. Arties e Salardú sono raggiungibili anche per mezzo di mountain bike elettriche. Esistono altre opzioni per conoscere le particolarità della valle, come i vicini villaggi di **Escunhau**, **Bagergue** e **Tredòs**, ma riteniamo che i paesaggi della zona vadano vissuti meglio lentamente e a piedi, e così decidiamo di fare un'altra escursione facile. Se si preferisce un po' più di relax, si può sempre optare per una visita ai **Banhs de Tredòs**, le terme più alte d'Europa, in posizione mozzafiato nel cuore della natura.

Escursioni a Colomèrs

Nel suo *Viaje al Pirineo de Lérida* (Viaggio ai Pirenei di Lleida) Camilo José Cela scrisse che le gambe sono le ali del cuore. Camminare sui sentieri è uno dei modi migliori per esplorare il territorio, motivo per cui nel pomeriggio, partendo da Salardú, faremo un'escursione per esplorare una meraviglia della natura: la più grande area lacustre dei Pirenei, ovvero il **circo Colomèrs**, situato all'interno del **Parco Nazionale Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**. L'intero percorso tocca sette laghi glaciali, ma noi non siamo così ambiziosi: ci limiteremo a salire fino al rifugio. Lungo il sentiero incontreremo due laghi, diversi ruscelli, ponti e formazioni rocciose di ogni tipo. Una volta al rifugio, ci sediamo a sorseggiare un caffè ammirando la vista dell'Estany de Colomèrs e delle vette delle montagne circostanti che in esso si rispecchiano. Questo vuol dire sentirsi in pace. Un paio di percorsi ad anello (uno breve e uno lungo) partono dal rifugio e collegano i diversi laghi. Concludiamo la giornata con una *olha aranesa*: una zuppa abbondante e deliziosa, tipica della cucina della valle, che ci aiuta a ricaricare le batterie.



5ª TAPPA

AVVENTURA A LLAVORSÍ

Questa giornata offre le emozioni delle attività fluviali sul fiume Noguera Pallaresa e termina con una degustazione di formaggi che hanno vinto prestigiosi riconoscimenti.

Turismo fluviale attivo

Dopo due giorni in cui abbiamo usato l'automobile a malapena, ci mettiamo nuovamente in strada dirigendoci a **Llavorsí**, che insieme a **Sort**, **Rialp**, **Esterri d'Àneu** e **Ribera de Cardós**, è una capitale catalana del **rafting**. Il **fiume Noguera Pallaresa** è stato il primo della Penisola Iberica a vedere l'esordio di questo sport negli anni Ottanta. Con i suoi passaggi di II, III e IV grado è tra le migliori "acque bianche" d'Europa. Non vogliamo perderci questa esperienza unica, adatta anche ai bambini, quindi indossiamo le nostre mute, i caschi, e saltiamo a bordo di un gommone con il prezioso aiuto di un rafter esperto. Oltre al rafting, quest'area offre anche altri **sport d'avventura**, come hydrospeed, canoa, torrentismo e bungee jumping, tra gli altri. Se si desidera seguire un programma più tranquillo, in **Valls d'Àneu**, altra Area naturale e montana per la famiglia, vi sono proposte alternative, come la visita all'Ecomuseu d'Esterri d'Àneu o alla Casa de l'Ós Bru dels Pirineus (Casa dell'Orso bruno dei Pirinei) a Isil. In **Vall d'Assua** possiamo imparare qualcosa sul lavoro dei pastori e visitare l'Ecomuseo di Llessui.

Buon formaggio

Dopo tutte le emozioni, una visita ad alcuni

artigiani che producono **formaggio di montagna** riporta il nostro battito cardiaco alla normalità. Il nostro obiettivo è conoscere il processo di produzione e assaggiare le prelibatezze di alcuni produttori di formaggi che hanno vinto prestigiosi premi come il *World Cheese Award*. Prima di concludere la giornata a **El Pallars Sobirà**, faremo una deviazione di pochi chilometri per visitare la pittoresca cittadina di **Gerri de la Sal**, dove visiteremo il centro storico fortificato, un monastero dell'XI secolo, un ponte medievale e le saline con il l'Alfolí, monumenti censiti come Beni di Interesse Culturale Nazionale.

A La Seu d'Urgell

Proseguiamo per **La Seu d'Urgell**, nella comarca di Alt Urgell, situata tra due fiumi e all'ombra della vicina Serralada del Cadí. Il sole del tardo pomeriggio illumina **Santa María**, l'unica cattedrale completamente romanica della Catalogna; siamo appena in tempo per visitarne l'affascinante chiostro. Qui troviamo l'unico formaggio della Catalogna a denominazione di origine protetta, un prodotto di alta qualità fatto localmente. La Seu d'Urgell è considerata la capitale catalana del formaggio grazie all'importanza della **Fiera artigianale del formaggio dei Pirinei**, che si tiene in ottobre durante la **festa di Sant Ermengol**



PER SAPERNE DI+

SE HAI TEMPO, PUOI ANCHE VISITARE...

IL TREN DELS LLACS

Aperta nel 1951, la ferrovia che collega Lleida e La Pobla de Segur era parte del progetto transpirenaico destinato a collegare la città di Lleida con Saint Giron, attraverso il confine. L'intero percorso, tuttavia, non è mai stato completato. Oggi possiamo ripercorrere questo tragitto nostalgico fino a La Pobla de Segur grazie a due locomotive diesel degli anni sessanta chiamate "ye-ye". Lungo la strada ci sono quattro bacini idrici, 41 tunnel di montagna e 31 ponti, sempre con vista sul fiume Noguera Pallaresa, sul Montroig e sul Montsec. Il viaggio sul **Tren dels Llacs** dura un'ora e cinquanta minuti

DINOSAURI IN CATALOGNA

Molto molto tempo prima che i feudatari costruissero castelli sulle colline di Lleida o i Greci e i Romani edificassero città sulle rive del Mediterraneo, i Pirenei erano abitati dai **dinosauri**. Impronte, ossa, uova fossilizzate e altri resti sono stati trovati in varie zone delle province di Lleida e Barcellona, aiutando i paleontologi a capire quale aspetto avesse la vita alla fine del Cretaceo in quella che attualmente è la Catalogna. A **Isona** e **Conca de Dellà** è possibile visitare il **Cretaci Park**, costituito da un centro museale e da diversi campi in cui sono in corso scavi. Il **Geoparco Orígens** comprende le parti della provincia di Lleida di eccezionale valore geologico. Fa parte della Rete Mondiale dei Geoparchi dell'UNESCO. Nell'**Epicentre**, il centro visitatori di Pallars Jussà spiega l'importanza del Geoparco, in termini di patrimonio naturale e culturale, e al primo piano si trova un'interessante mostra intitolata la Terra e la Geologia dei Dinosauri. Un'altra interessante opzione è **Dinosfera**, nel paesino di **Coll de Nargó**.

ACQUE TERAPEUTICHE

A un'altitudine di 1500 metri, la Vall de Boí ha diverse **sorgenti minerali curative** con temperature che vanno dai 4 ai 56 gradi. I Romani già apprezzavano le virtù terapeutiche di queste terre nel I e II secolo, come pure i signori di Erill, che dominarono su queste terre un millennio più tardi, ma la prima Casa Termale come tale non fu costruita fino al XVII secolo. Oggi, lo storico **Balneari de Caldes de Boí** ha 37 sorgenti termali con acque naturali contenenti cloro, solfati e bicarbonato di calcio. Dispone inoltre di due



hotel aperti dalla primavera all'autunno e di un noto impianto di imbottigliamento di acqua minerale. È la casa termale con la più ampia varietà di acque, fatto che le ha fatto guadagnare un posto nel Guinness dei primati.

LA MAGIA DELL'INVERNO

Lleida è sinonimo di **sci**, e ci sono molte opzioni disponibili per praticare questo sport nella provincia. La Vall de Boí ha il **Boí Taüll Resort**, che vanta il comprensorio sciistico più alto dei Pirenei, e la Val d'Aran ha l'iconica **Baqueira-Beret**. Ma ci sono anche resort più modesti, dove i turisti possono praticare **sci di discesa** e **sci di fondo**. L'elenco è lungo e vario: **Espot Esquí, Port Ainé, Tavascan, Port del Comte, Virós-Vallferrera, Aransa, Lles de Cerdanya, Sant Joan de l'Erm e Tuixent-la Vansa**. Molte di queste zone offrono anche opportunità per dedicarsi ad altri sport della neve, come la slitta trainata da cani o le racchette da neve.

CULTURE PIRENAICHE

È accaduto in molte regioni di montagna, e la Catalogna non fa eccezione: le principali strade raggiungevano le valli dei Pirenei molto più tardi del resto del territorio. Il loro territorio impervio ha sempre mantenuto gli abitanti relativamente separati dal mondo, il che ha accentuato caratteristiche sociali e culturali uniche che persistono ancora oggi. Nella provincia di Lleida sono presenti diversi interessanti musei per esplorare questo patrimonio culturale, come l'**Espai Raier** a **La Pobla de Segur**, dedicato agli antichi sistemi di trasporto fluviale del legname lungo il Noguera Pallaresa. **Erri d'Àneu** è la spina dorsale dell'**Ecomuseo Valls d'Àneu**, un nuovo concetto museale che ci avvicina allo stile di vita del Pallars di fine secolo attraverso una serie di mostre interattive. A **Vilamòs**, si può visitare il **Museo Joanchiquet**, una casa tradizionale che ricrea la vita in Val d'Aran nell'epoca compresa tra il XVII e il XIX secolo.

A **Boí, Taüll, Erill la Vall, Barruera, Durro, El Pont de Suert, Llesp, Casós, Vilaller e Senet**, nella comarca di Alta Ribagorça; **Arties e Les**, nella Val d'Aran; **Isil e Alins**, a El Pallars Sobirà, e **La Pobla de Segur**, a El Pallars Jussà, è possibile vedere le "**falles**" (torce ardenti) dei Pirenei catalani. È questo un festival tradizionale che è stato riconosciuto dall'UNESCO come parte del Patrimonio Culturale Immateriale dell'umanità. Intorno al solstizio d'estate, in un periodo di vari giorni che può variare da villaggio a



villaggio, si svolgono festeggiamenti che sono coronati dalle "falles". In questa cerimonia, i giovani del luogo accendono torce e trasportano tronchi d'albero lungo il versante della montagna, fino a raggiungere il villaggio. Una volta a destinazione, si accende un falò e i festeggiamenti sono accompagnati da musica e danze tradizionali.

IL ROMANICO ARANESE

Nella Val d'Aran ci sono trentatré **chiese romaniche**, una per ciascun abitato della valle. Di queste, ve ne sono cinque che gli esperti considerano particolarmente interessanti. La prima - Sant Miquèu - si trova a Vielha e fu costruita nel XIII secolo, quando il romanico iniziò a incorporare elementi dello stile successivo, ovvero il gotico. La seconda chiesa - Era Mair de Diu dera Purificacion - si trova a Bossòst e fu eretta nel XII secolo al culmine della disputa dei signori feudali per il controllo della regione. Sempre a Bossòst si contano sette oratori romanici costruiti dai parrochiani come voto per la protezione dalla pestilenza. Sulla strada per Port de la Bonaigua sfioreremo abitati con un impressionante patrimonio romanico: Arties, Salardú e Unha. La chiesa di Santa Maria d'Arties è un Bene di Interesse Culturale Nazionale e presenta una scena spettacolare del Giudizio Finale. Le ultime due chiese lungo il percorso, Sant Andrèu de Salardú e Santa Eulària d'Unha, pure si distinguono per i loro affreschi.

PARCHI NATURALI

Oltre all'area naturale di **Aigüestortes ed Estany de Sant Maurici**, designata come struttura di parco nazionale, due parchi naturali si estendono nella parte occidentale dei Pirenei catalani. Il **Parco naturale Alt Pirineu** è uno spazio di dimensioni superlative; i suoi 80.000 ettari lo rendono il più grande parco naturale della Catalogna. All'interno dei suoi confini incontriamo anche un altro numero da record, la **Pica d'Estats**, che è la montagna più alta della Catalogna con i suoi 3143 metri. Il parco ospita alcune specie a rischio di estinzione, come il gallo cedrone, l'orso bruno e la nativa lucertola di Aurelio, che non sono facili da scorgere. Suo vicino è il **Parco naturale Cadí-Moixeró**, il quale protegge le due catene montuose collegate dal passo Tancalaporta. Questo è il posto migliore in Catalogna per osservare picchi muraioli e altri uccelli delle foreste montane e subalpine dei Pirenei, come il picchio nero, che compare nel logo stesso del parco, o la civetta capogrosso.



IL RICHIAMO DEL CERVO

In autunno, gli amanti della fauna selvatica hanno un appuntamento d'obbligo nei Pirenei: quello con il **bramito del cervo**, una curiosa cerimonia di suoni che si svolge nelle idilliache ambientazioni dei Pirenei e dei Prepirenei di Lleida. Aree come i parchi naturali **Alt Pirineu** e **Cadí-Moixeró**, il **Parco nazionale Aigüestortes e Estany de Sant Maurici**, e soprattutto la **Riserva nazionale di Boumort**, ospitano questa meraviglia del regno animale tra metà settembre e metà ottobre. Questo è un periodo in cui i maschi combattono per guadagnarsi il favore delle femmine, marcando il territorio, e bramendo costantemente. È un'esperienza incredibile osservare dal vivo il comportamento di questi animali per assicurarsi la continuità della loro progenie con le femmine del gruppo: li vediamo marcare gli alberi con le loro corna, scavare il terreno con gli zoccoli per lasciare il segno, cozzare ferocemente i palchi in combattimento per assicurarsi il predominio, e li sentiamo intonare questi insoliti concerti di bramiti, che si protraggono dal tramonto fino a notte fonda. In questa zona si trovano agenzie specializzate e case rurali che organizzano **visite guidate** per rendere godibile al massimo questa esperienza e che consentono ai visitatori di osservare questa attività in tutto il suo splendore, pur interferendo il meno possibile in quello che è un momento vitale per questa specie animale.