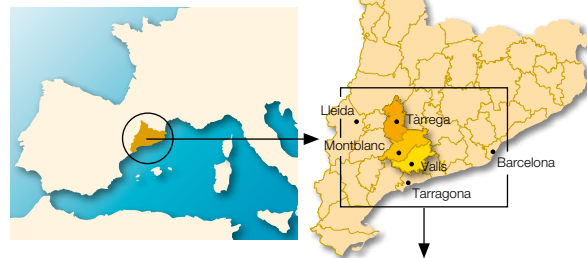


CARNET 6T
descomptes i
avantatges

6T CARD
discounts and
advantages

LA RUTA
DEL CISTER
Alt Camp · Conca de Barberà · Urgell



Porta amb tu
el CARNET 6T

Take with you
the 6T CARD



GR 175

Català - English

La Ruta del Cister



Oficines Comarcals de Turisme / Regional tourism offices

Oficina Comarcal de Turisme de l'Alt Camp
C. Mossèn Martí, 3
43800 Valls
Tel. 977 60 85 60
www.altcamp.cat
turisme@altcamp.cat

Oficina Comarcal de Turisme de la Conca de Barberà
Pg. Abat Conill, 9 baixos
43448 Poblet (Vimodó i Poblet)
Tel. 977 87 12 47
www.concadebarbera.cat
turisme@concatourisme.cat

Oficina Comarcal de Turisme de l'Urgell
C. Agoders, 16
25300 Tàrraga
Tel. 973 50 07 07
www.urgell.cat
turisme@urgell.cat

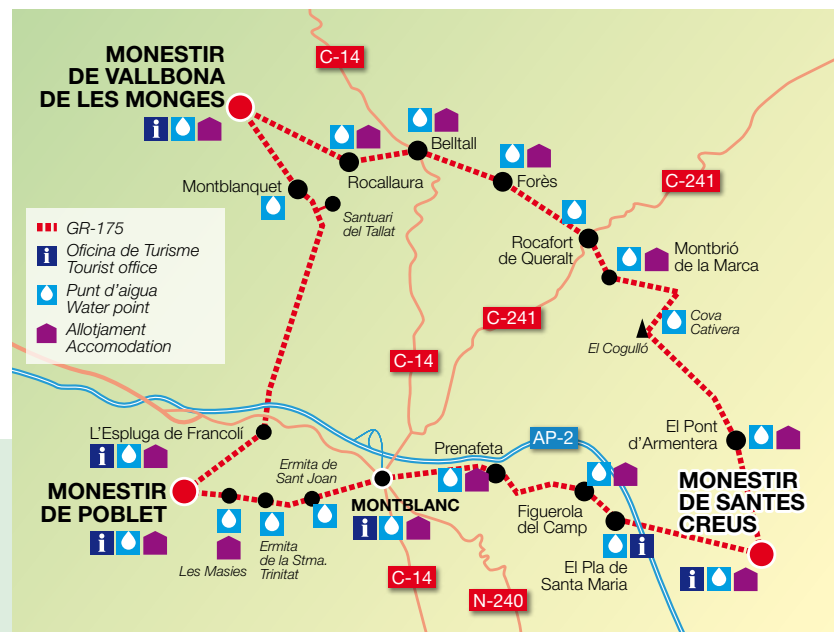


Consell Comarcal de l'Alt Camp

Amb la col·laboració de:



Consell Comarcal de l'Urgell



GR 175 La Ruta del Cister

El **GR 175 La Ruta del Cister**, està integrat dins l'extensa xarxa de senders abalisats d'Europa i és l'únic sender que enllaça els tres monestirs més emblemàtics d'aquest orde a la Catalunya Nova: Santes Creus, Poblet i Vallbona de les Monges, situats a les comarques de l'Alt Camp, la Conca de Barberà i l'Urgell, respectivament.

The **GR 175 The Cistercian Route**, forms 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.

www.larutadelcister.info

www.larutadelcister.info

Disseny: JM Vilas - Fotografies: Enric Font

El traçat circular del recorregut, la senyalització i la descripció en ambdós sentits de la marxa, la connexió amb d'altres senders GR i PR de la xarxa, els múltiples serveis que ofereixen els pobles,... creen el marc ideal per a que aquesta ruta sigui idònia per a recórrer-la sencera o bé planificar-hi altres circuits, combinant diversos trams de senders, els quals es poden adaptar perfectament a les preferències dels visitants.

El recorregut total suma **105 quilòmetres a peu i 108 quilòmetres en BBT**. S'han previst de quatre variants en els llocs més complicats per al trànsit dels ciclistes. Està totalment senyalitzat 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 i de l'alçada, i també compta amb les infraestructures necessàries: passeres, baranes, escales, etc. per a fer més còmoda i segura la caminada.

Aquesta ruta és apte per a qualsevol practicant acostumat a fer senderisme, ja que no comporta cap més dificultat que la distància a recórrer i uns desnivells moderats. Us podeu plantejar fer-la amb més o menys etapes, tenint en compte els dies que disposeu, els vostres objectius i la preparació física. Podreu gaudir d'algunes 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'Interés 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 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.

I és que el **GR 175 La Ruta del Cister** és molt més que un sender: és el vincle d'unió entre els tres monestirs del cister més rellevants de Catalunya, el fil conductor per la història dels seus pobles, l'aproximació a unes terres modelades per l'home en alguns indrets i a una natura salvatge en d'altres, el tast d'una gastronomia autèntica arrelada a la terra i el contacte amb la gent que hi viu i que estima aquests paisatges. És tot allò que esteu disposats a trobar-hi. És el **GR 175 La Ruta del Cister**.



Vall del riu Corb



Calçots



Arboços



Barraca de pedra seca



Forès



Carena del Cogulló



Montblanc



Serra del Comavert



Vallbona de les Monges

This is a circular route with direction notes and timings in either direction you are heading. In addition, its link to other GR (long distance) and PR (short distance) footpaths that criss-cross the Cistercian Route, as well as the wide range of facilities to be found in all the villages along the way make this route ideal for you to complete it on its own on one go, or else to suit your preferences and plan it as part of the many local footpaths in the area.

The route is **105 kilometres in length on foot and 108 kilometres by mountain bike**. There are four additional detours in those areas which are a bit more complex for mountain bikers. It is all well-signposted with the usual red and white GR blazes and waymarked posts showing additional information on 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.

The Cistercian Route is suitable for anyone who is used to hiking, since it does not entail anything harder than some moderate slopes and the distance itself. You can do it in as many stages as you like, always taking into account how long you can spend on it, what you are aiming at and how fit you are. 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 and the Poblet Natural Site of National Interest; 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.

The **GR 175 The Cistercian Route**, is more than just a footpath, it is the link between the three most outstanding monasteries of the Cistercian Order in Catalonia, a walk through the history of its towns, the close-up to some man-modelled lands and some pristine natural features, the taste of an original local cuisine, rooted as firmly to the landscape as the people who live and love the area. This route is all you are willing to come across. It is the **GR 175 The Cistercian Route**.

Descarrega't els tracks per al GPS a: www.larutadelcister.info
Adquireix el mapa i la guia a les llibreries

Download the tracks for your GPS at: www.larutadelcister.info
Purchase the map and the guide book at the bookshop.