

# PARCOURS

ITINÉRAIRE CIRCULAIRE

*gravel*



TURISMEVALLES.COM





Le parcours gravel vous permettra d'apprécier et de découvrir des paysages, des personnes uniques et un territoire impressionnant. Au fil de la route, vous pourrez découvrir la variété des paysages de la région, la végétation, les produits locaux et les parcs naturels.

---

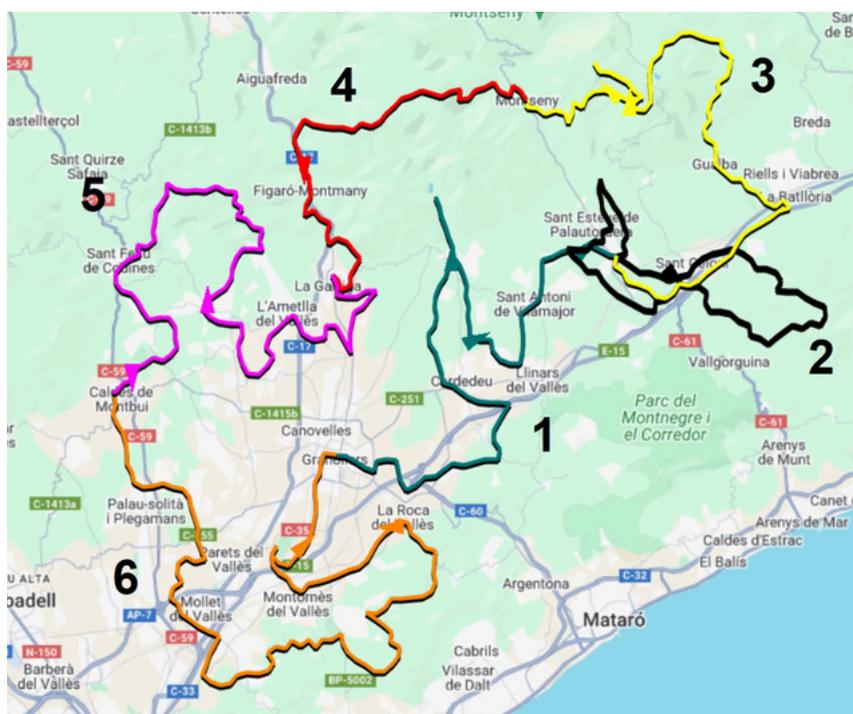
## **ITINÉRAIRE CIRCULAIRE À TRAVERS LA RÉGION DU VALLÈS ORIENTAL**



# INFORMATIONS PRATIQUES DU PARCOURS

Il s'agit d'un itinéraire circulaire et bien que le départ de la première étape soit indiqué à Granollers, il est possible de commencer à n'importe quel endroit.

Comme c'est un itinéraire durable, Granollers a été choisie comme première étape en raison de sa situation. La ville dispose en effet d'une gare ferroviaire, de plusieurs services d'autobus et les aéroports de Barcelone et de Gérone sont tous deux situés à moins d'une heure.



## COMMENT SE RENDRE AU POINT DE DÉPART DE GRANOLLERS :

- Ligne R11 avec FGC (Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya) et arrêt à Granollers centre.
- Ligne R2, R8 avec la RENFE et arrêt à Granollers Centre et R2 Nord avec arrêt à Granollers centre et Les Franqueses - Granollers Nord.
- En bus, la ligne L500 relie Barcelone à la gare routière de Granollers.

## DIFFICULTÉ TECHNIQUE

Il s'agit d'un parcours gravel qui comprend quelques sections en altitude et quelques difficultés techniques, notamment en termes de dénivelés, car certaines étapes passent par des pentes assez raides. Pour parcourir les 6 étapes, il faut être en bonne forme physique et être habitué au cyclisme et en particulier aux parcours gravel.

Les étapes sont parcourues en un temps moyen estimé à environ 3 à 4 heures par jour, sans compter les arrêts éventuels.

**Distance totale: 343 km**

**Dénivellation cumulée (moyenne): 1.213 m**

## CLIMAT

La région bénéficie d'un climat méditerranéen tempéré, sans hivers rigoureux, avec des températures basses. Les précipitations sont très variables selon les saisons et sont plus abondantes au printemps et en automne.

La température moyenne est de 15°C et la température moyenne en hiver est de 6°C et d'environ 23°C en été.

## SAISON RECOMMANDÉE

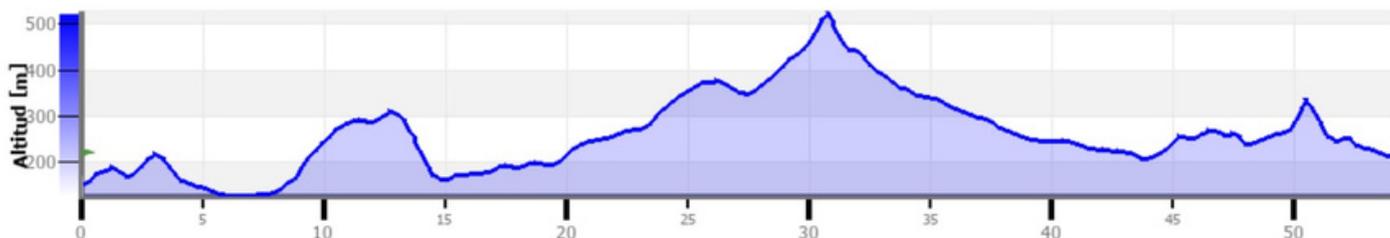
Nous recommandons le printemps et l'automne comme saisons les plus appropriées pour effectuer ce parcours, tant pour la température que pour le paysage, bien que la douceur du climat méditerranéen permette d'effectuer ce parcours tout au long de l'année, à condition que les étés et les hivers soient doux.



# JOUR 1

## GRANOLLERS – SANTA MARIA DE PALAUTORDERA

Distance : 54 km Dénivelé positif : 811 m Dénivelé négatif : 751 m



La première des 6 étapes qui composent l'itinéraire commence à Granollers, la capitale de la région et la municipalité la plus peuplée.

Les 8 premiers kilomètres du parcours traversent des terres agricoles avec des routes de gravier, des tronçons asphaltés et des urbanisations, et comprennent des vues impressionnantes sur le parc du Montseny et la montagne du Montengre.

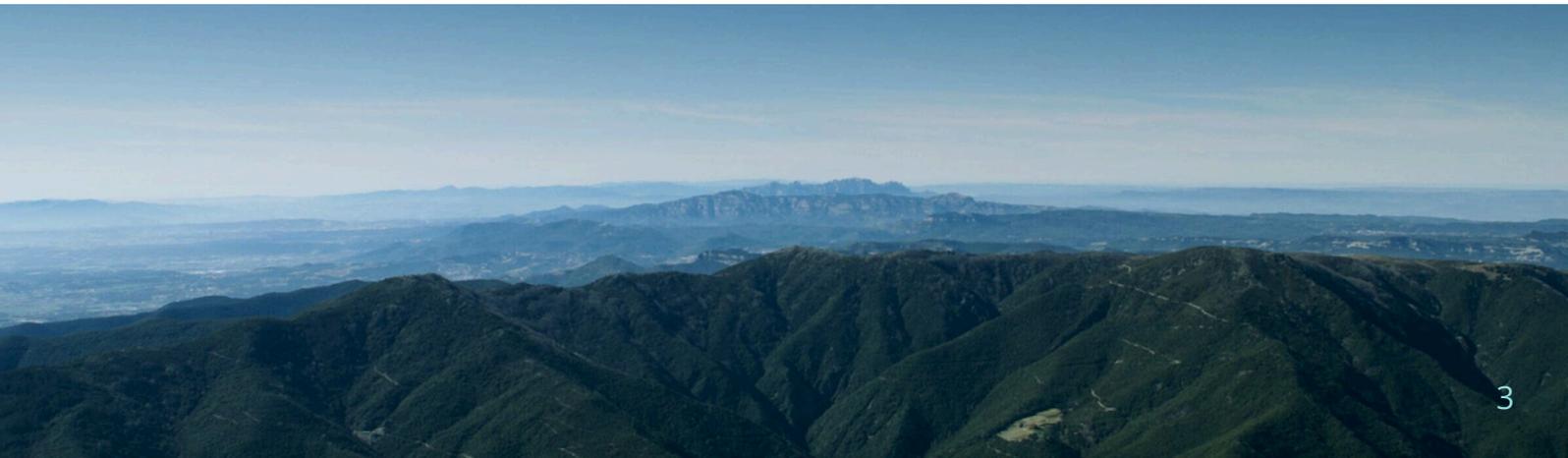
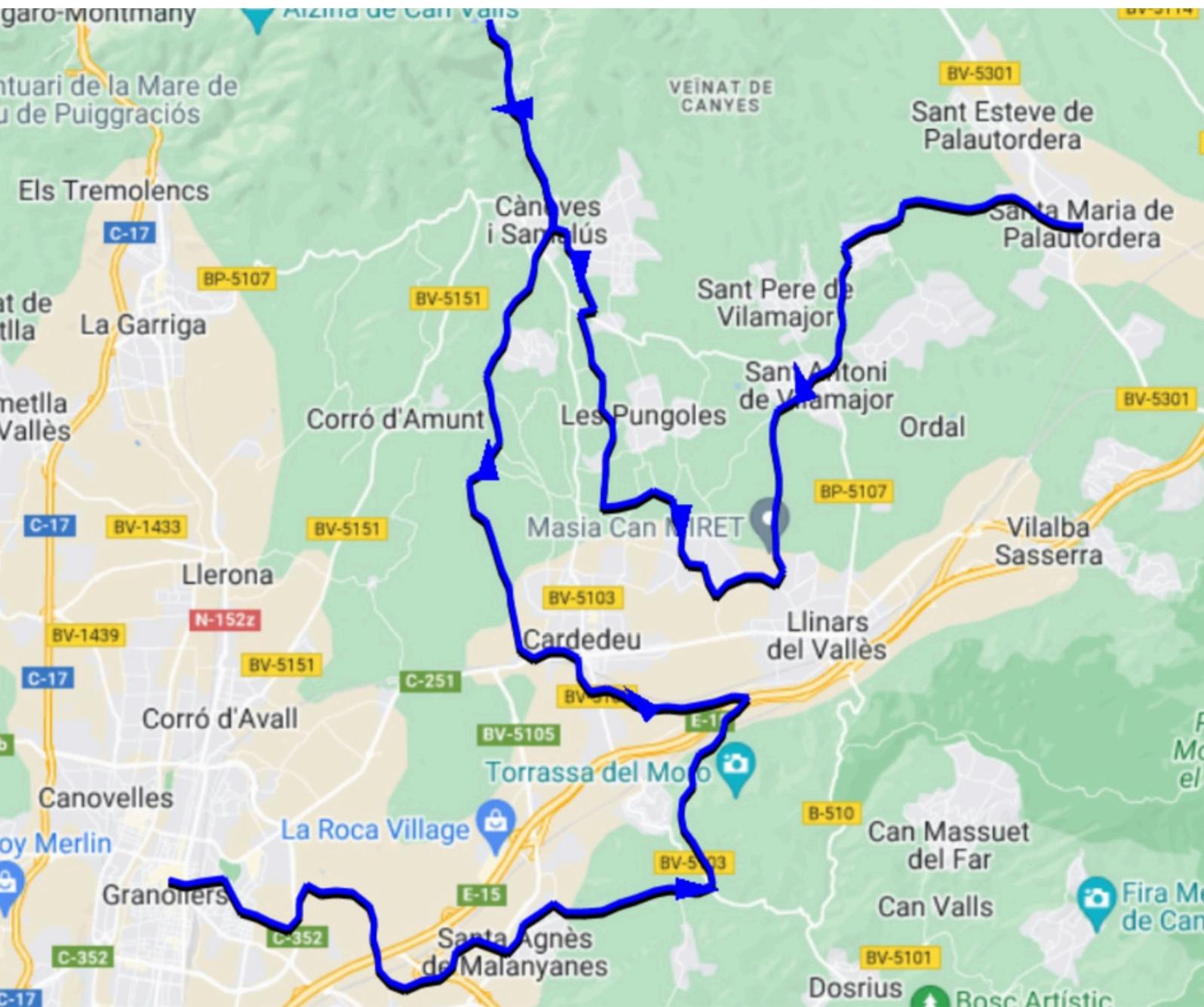
Ensuite il y a 4 km de montée asphaltée au milieu des agglomérations, en passant par l'église de Santa Agnès de Malanyanes, puis une descente sur une piste compacte jusqu'à Cardedeu. Là, l'itinéraire traverse le centre de la commune et prend ensuite des chemins de gravier avec des vues sur le Turó de l'Home (une montée qui aura lieu dans la troisième étape) et différentes communes de la région et la route montera jusqu'à Cànoves i Samalús.

À partir de cette commune, les 7 km suivants se font en aller-retour sur le même chemin, 3,5 km en montée sur un chemin parallèle à la rivière avec une large végétation jusqu'au réservoir de Vallforners situé à 500 m d'altitude, d'où vous pourrez jouir d'une vue panoramique sur la région.

Vous prendrez ensuite la piste qui descend vers la commune de Cànoves i Samalús pour aborder 14 km de descente sans pentes raides et des tronçons variés. Vous traverserez des routes secondaires et des chemins ruraux en passant par des champs, des centres équestres et des fermes, jusqu'à arriver à Llinars del Vallès. Il s'agit d'une zone très dégagée qui permet de profiter des montagnes qui entourent la région.

Une fois arrivés à Llinars del Vallès, vous emprunterez une route rurale en montée avec quelques fermes et parcs d'aventure jusqu'à Sant Antoni de Vilamajor. Vous traverserez le centre de la commune puis le lotissement de Vallserena pour affronter la dernière descente sur une route caillouteuse jusqu'au centre de Santa Maria de Palautordera et terminer ainsi les 54 premiers kilomètres de l'étape 1.

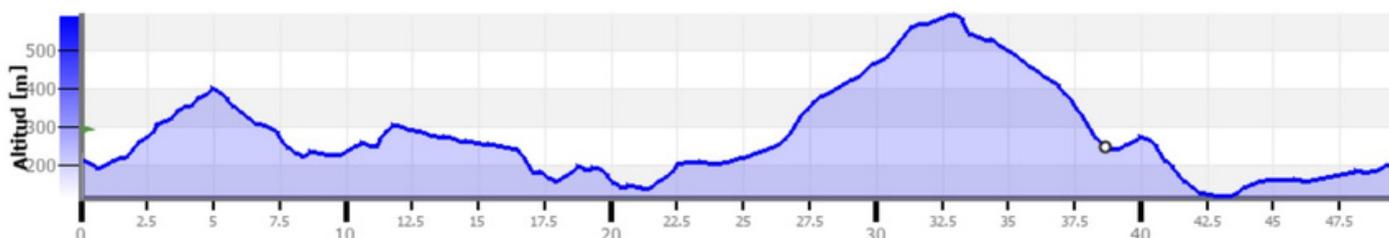
## GRANOLLERS – SANTA MARIA DE PALAUTORDERA



# JOUR 2

## ÉTAPE CIRCULAIRE SANTA MARIA DE PALAUTORDERA

Distance : 50 km Dénivelé positif : 944 m. Dénivelé négatif : 948 m



C'est la seule des 6 étapes qui est circulaire, avec un départ et une arrivée à Santa Maria de Palautordera.

Il s'agit d'une étape très complète et accessible pour les vélos de gravel. Juste après avoir quitté la ville, il y a une première montée d'environ 4 km où se combinent des tronçons asphaltés et des chemins de terre jusqu'à Mosqueroles, avec des vues spectaculaires depuis le pied du Turo de l'Home et du parc du Montseny. L'itinéraire traverse ensuite la commune de Sant Esteve de Palautordera et s'engage dans une zone de pente favorable avec des tronçons de piste et des urbanisations asphaltées jusqu'au km 22 du parcours, pour arriver à la commune de Sant Celoni, accomplissant ainsi presque la moitié de l'itinéraire très rapidement.

Une fois arrivé à Sant Celoni, l'itinéraire change de paysage et devient un peu plus ardu en termes de dénivelé, mais pas en termes de difficulté technique. Il faut d'abord emprunter une route d'environ 4 km avec très peu de circulation automobile et sans grandes pentes, ce qui donne l'occasion de profiter du paysage et de la végétation qui mène à Sant Esteve d'Olzinelles et qui permet d'entrer pleinement dans le Parc du Montnegre i El Corredor.

Le sentier s'écarte ensuite de la route pour emprunter le GR-92, qui continue à monter sur un chemin de terre jusqu'à une altitude de 600 m, en traversant le parc. Cette fois, l'ascension comporte des passages plus difficiles pour atteindre le sommet du Montnegre et passer par une large piste en descente sans difficulté technique qui retourne à Sant Celoni avec des vues panoramiques sur la région et en particulier sur le parc du Montseny.

Une fois la descente vers la commune terminée, le parcours traverse cette fois le centre de la ville pour effectuer les 8 derniers kilomètres, qui passent par une plaine pour revenir au point de départ de l'étape et compléter ainsi les presque 50 km de la deuxième étape.

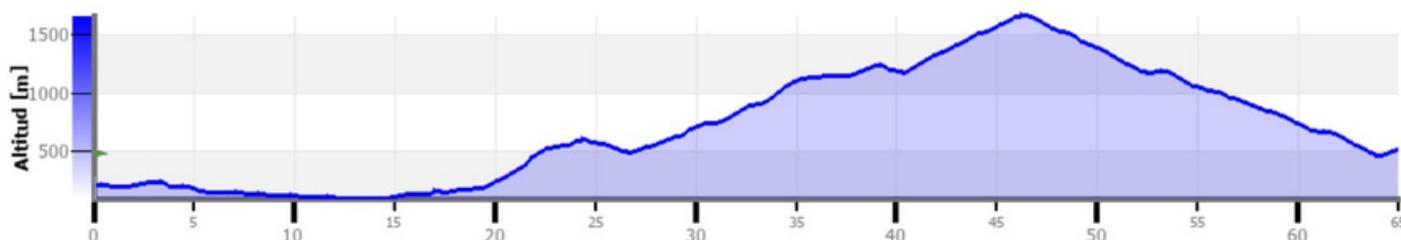
## ÉTAPE CIRCULAIRE SANTA MARIA DE PALAUTORDERA



# JOUR 3

## SANTA MARIA DE PALAUTORDERA - MONTSENY

Distance : 65 km Dénivelé positif : 1.871 m Dénivelé négatif : 1.557 m



La troisième étape est l'une des plus complètes en termes de variété de terrain et de dénivelé. Elle part de Santa Maria de Palautordera en direction de Sant Celoni et les 20 premiers kilomètres environ, passent par différentes voies vertes parallèles à la rivière La Tordera et à l'autoroute, jusqu'à atteindre Gualba.

Ces 20 premiers kilomètres sont complètement plats et très rapides pour un vélo de gravel, avec peu d'asphalte. Sur ce parcours, vous pourrez profiter du calme, du murmure de la rivière et des champs cultivés.

Une fois arrivé à Gualba, au pied du Turó de l'Home, le paysage change complètement. Tout d'abord, vous trouverez différents établissements où vous pourrez vous arrêter pour déjeuner et prendre des forces pour le premier grand défi de l'étape. Vous entamerez alors une montée de 3 km sans pause, suivie de 3 km de terrain plat jusqu'à Riells.

Au cours des 6 derniers kilomètres qui séparent Gualba de Riells, vous passerez devant de nombreuses fermes qui ont une longue histoire et aurez une belle vue sur la région. Une fois Riells dépassé, la deuxième ascension de la journée commence, en entrant complètement dans le parc du Montseny jusqu'à Santa Fe. Pendant ces 11 km environ de montée sans repos, vous pourrez combiner l'effort avec la tranquillité et admirer la vaste végétation du parc, pleine de chênes verts et de pins.

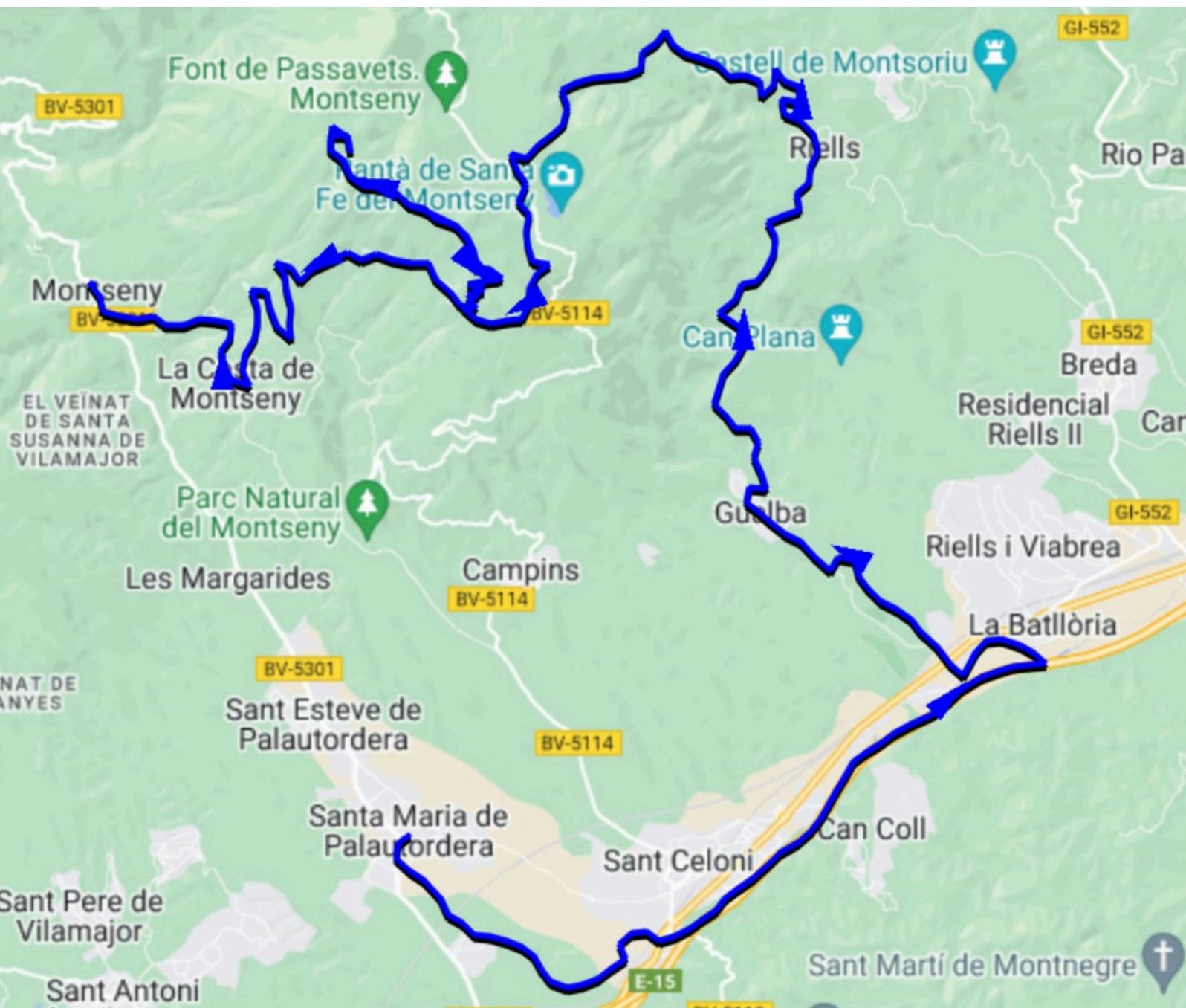
En arrivant à Santa Fe, la piste se termine et vous prendrez la route qui vous mènera à la dernière montée vers le Turó de l'Home, qui se trouve à seulement 6 km. Cette dernière montée finale vers le sommet offre un paysage plus dégagé en raison de son altitude (1705 m au-dessus du niveau de la mer) et de larges vues panoramiques non seulement sur la région du Vallès Oriental, mais aussi sur Barcelone et la mer Méditerranée, à condition que ce ne soit pas un jour nuageux et que le temps soit bon.

(Au cas où l'étape serait trop ardue pour quelqu'un, la dernière montée vers le sommet peut être supprimée, ce qui permet d'économiser environ 10 km et environ 400 m de dénivelé).

---

## SANTA MARIA DE PALAUTORDERA - MONTSENY

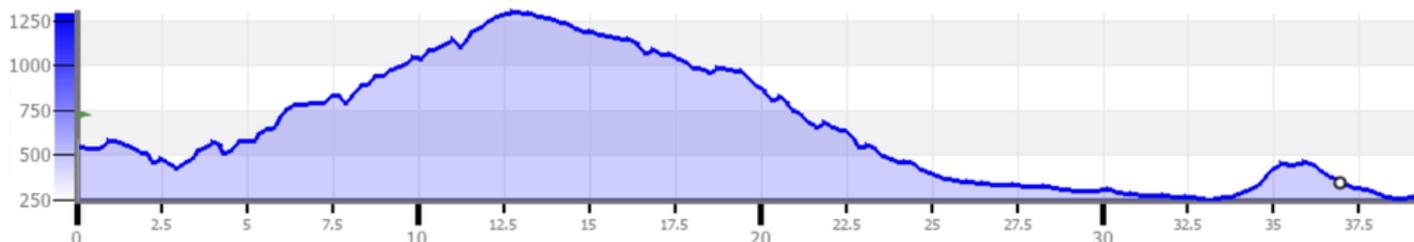
Enfin, une fois le sommet atteint, il ne reste plus que 15 km de descente asphaltée. C'est une descente très amusante avec de fortes dénivellations et des virages à 180° qui vous mènera jusqu'à la commune de Montseny pour terminer la troisième étape.



# JOUR 4

## MONTSENY – LA GARRIGA

Distance : 39,2 km Dénivelé positif : 1.425 m Dénivelé négatif : 1.714 m



Après une troisième étape assez exigeante en termes de dénivelé, la quatrième étape part de la même commune du Montseny, située dans une petite vallée entre le sommet du Turó de l'Home et le Pla de la Calma. Cette étape peut être divisée en deux parties clairement définies avec les 30 premiers kilomètres présentant de forts dénivelés, tant positifs que négatifs, et les 10 derniers kilomètres étant plus plats.

Au début de l'étape, on emprunte une piste en montée sans aucune difficulté technique en termes de terrain, si ce n'est le dénivelé. Sur les 1 300 m de dénivelé total de l'étape, environ 900 m sont concentrés dans les 15 premiers kilomètres. Toutefois la difficulté causée par la pente est atténuée grâce aux vues spectaculaires que l'on peut apprécier tout au long de l'ascension, avec un paysage très dégagé et une piste très large. De même une fois arrivé au sommet, la tranquillité et le calme sont au rendez-vous, ainsi que la vue sur les 4 vents à environ 1300 mètres d'altitude.

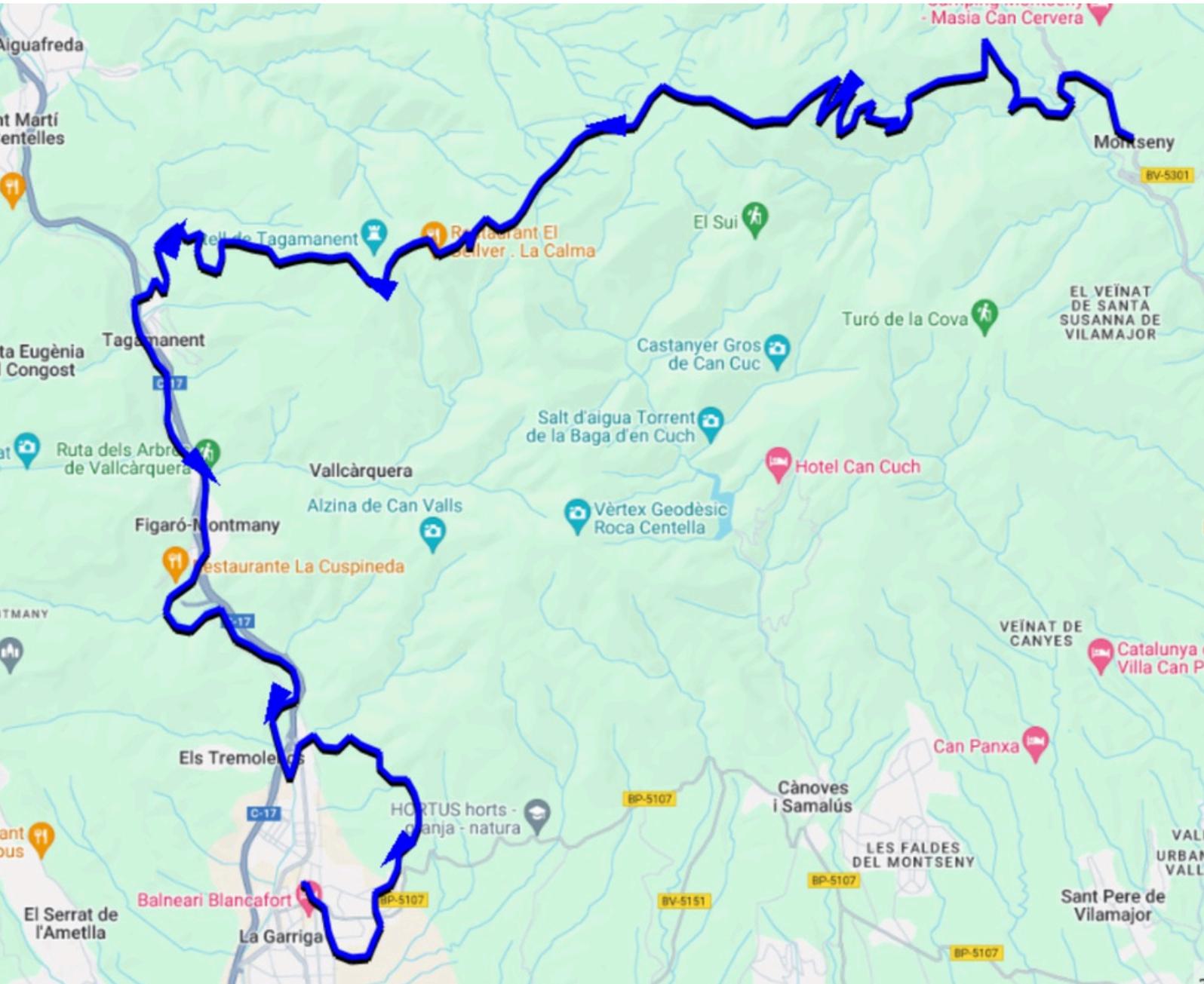
Les 15 kilomètres suivants sont en descente et l'on quitte les vues sur le Parc du Montseny pour se diriger vers la commune de Tagamanent avec des vues lointaines sur le Vallès Occidental. La première partie se fait sur un chemin de terre en suivant le GR-5, puis la descente se poursuit sur une route asphaltée depuis le Château de Tagamanent jusqu'à la commune elle-même.

Une fois la descente terminée et Tagamanent derrière vous, le paysage change et vous ne trouverez plus de montées abruptes, mais des chemins qui traversent les bois et la plus grande partie de l'itinéraire est parallèle au fleuve Congost. En suivant le chemin du Riu Congost, on laisse derrière soi des communes comme Figaró – Montmany pour arriver jusqu'à La Garriga. Il s'agit d'un itinéraire très fréquenté, aussi bien à vélo qu'à pied, car il relie différentes communes sans avoir à gravir de fortes pentes.

Juste à l'entrée de la commune de La Garriga, l'itinéraire s'écarte du chemin du fleuve Congost pour emprunter une piste en montée d'environ 2 km et contourne la commune de La Garriga pour entrer dans la partie sud de la commune, ce qui rallonge les tronçons de piste.

Enfin, l'itinéraire traverse les rues de la commune jusqu'à la place de l'église où se trouvent l'église et la mairie.

## MONTSENY - LA GARRIGA



# JOUR 5

## LA GARRIGA - CALDES DE MONTBUI

Distance : 65 km Dénivelé positif : 1.137 m Dénivelé négatif : 1.178 m



La cinquième étape commence à La Garriga. Les deux premiers kilomètres passent par la rue principale de la ville jusqu'à l'entrée d'un chemin rural au terrain très compact où l'on peut rouler sans problème avec un vélo de gravel, sans ajouter beaucoup de mètres de dénivelé et en profitant de larges vues sur les champs de culture. Ensuite, vous longerez un tronçon du fleuve Congost (un chemin qui a déjà été emprunté tout au long des 5 étapes dans les différentes communes) pour arriver à l'Ametlla del Vallès.

Après la municipalité, vous emprunterez une piste complètement plate qui passera par différents champs de culture et offre une vue sur les Cingles de Bertí, que vous gravirez dans les kilomètres suivants de l'étape. Si la journée est ensoleillée, vous pourrez apercevoir la montagne du Tibidabo, à Barcelone.

À partir du km 20, l'itinéraire change de direction pour emprunter le chemin parallèle à la Riera del Tenes, avec une végétation abondante et peu de dénivelé jusqu'à Bigues i Riells au km 25.

Après avoir quitté la ville de Bigues i Riells, le profil de l'étape change complètement, combinant des tronçons asphaltés et des chemins ruraux sur environ 7 km de montée jusqu'au Sanctuaire de Mare de Déu de Puiggraciós.

Tout au long de ces 7 km, vous pourrez profiter de vues spectaculaires sur les différentes municipalités du Vallès Oriental, le parc naturel de Sant Llorenç del Munt i l'Obac et même la mer Méditerranée et Barcelone.

Ces 7 premiers kilomètres ne présentent aucune difficulté technique, si ce n'est le dénivelé, mais les 5 kilomètres suivants sont un peu plus compliqués, car il faut s'engager dans la montagne pour traverser les gorges et arriver à l'église de Sant Pere de Bertí.

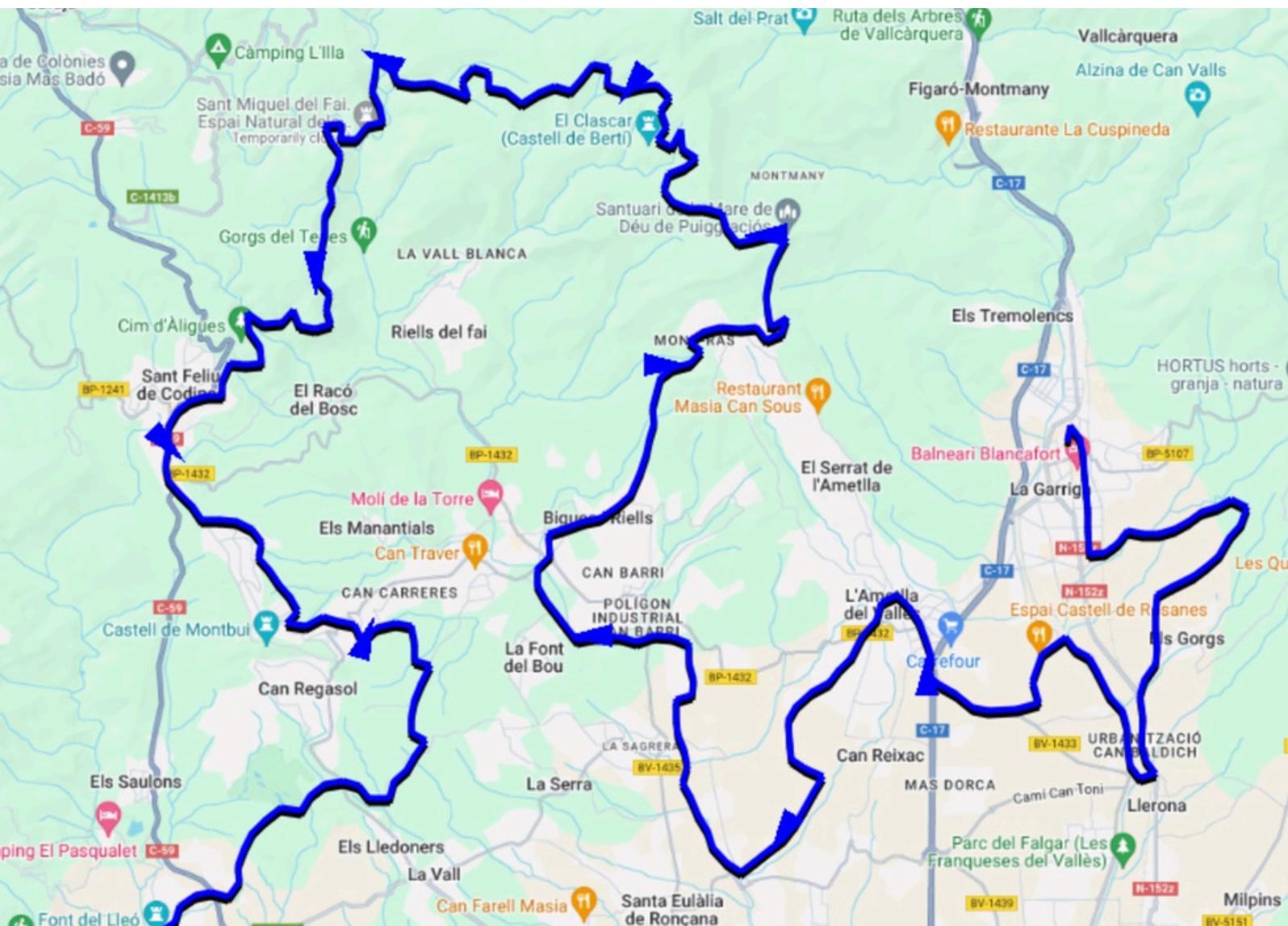
## LA GARRIGA – CALDES DE MONTBUI

Une fois que vous aurez atteint l'église, vous aurez accumulé pratiquement tout le dénivelé de l'étape, et il ne vous restera plus qu'à affronter les 25 km de descente.

Les 3 premiers kilomètres de la descente vers Sant Miquel del Fai sont très rocailleux (ils suivent le même paysage que les 5 km précédents) et il faut faire attention car les vélos de gravel n'ont pas de suspension.

Une fois arrivé à Sant Miquel del Fai, les vues au milieu d'une petite vallée sont spectaculaires. Et à partir de là, commence une route, avec peu de trafic mais très fréquentée par les cyclistes, pour rejoindre Sant Feliu de Codines.

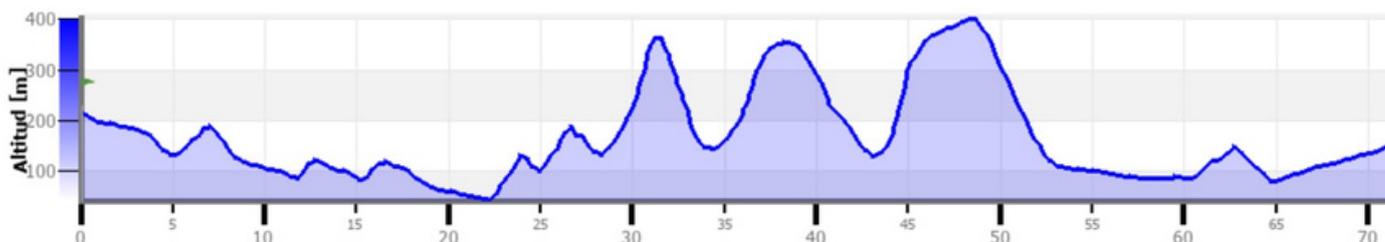
Une fois le village atteint, il ne reste plus que 13 km de descente pour arriver à la destination finale de l'étape, où il n'y a pratiquement aucune difficulté technique ( en passant par des chemins ruraux et des urbanisations asphaltées) et avec une pente favorable. Cela permet d'arriver très rapidement à la ville de Caldes de Montbui, historiquement connue pour ses eaux thermales.



# JOUR 6

## CALDES DE MONTBUI – GRANOLLERS

Distance : 70,1 km    Dénivelé positif : 1.165 m    Dénivelé négatif : 1.225 m



La sixième et dernière étape commence à Caldes de Montbui. Les 23 premiers kilomètres sont en descente, avec un passage par le musée international des marionnettes ou le parc Gallecs avec des vues spectaculaires sur la montagne magique de Montserrat ou sur Barcelone avec la montagne du Tibidiabo.

Une fois le village de Mollet traversé, la première des trois ascensions de la journée commence, bien qu'aucune d'entre elles ne présente de grandes difficultés, combinant toujours des chemins de terre avec des urbanisations et des routes secondaires.

La première montée offre une belle vue sur les communes de Montmeló, Montornès, Parets del Vallès et au loin, sur les montagnes qui ont été franchies les jours précédents, comme les Cingles de Bertí ou le Montseny. Ensuite, vous commencerez à descendre le long d'une piste jusqu'à Vallromanes, où vous traverserez un terrain de golf et rejoindrez la deuxième ascension de la journée. Une fois arrivé au sommet, vous pourrez apercevoir la mer Méditerranée sur quelques kilomètres, car cette partie est la plus proche des villes côtières. Ensuite, vous vous engagerez sur une autre piste en descente et commencerez la dernière ascension.

La troisième ascension est pratiquement entièrement asphaltée. Elle traverse un lotissement et, une fois au sommet, emprunte une route de campagne qui mène à l'ermitage de Sant Bartomeu de Cabanyes.

Une fois arrivé au point culminant, il est temps de redescendre, cette fois-ci sur une route asphaltée, le long de la célèbre route de la Roca del Vallès, très fréquentée par les cyclistes.

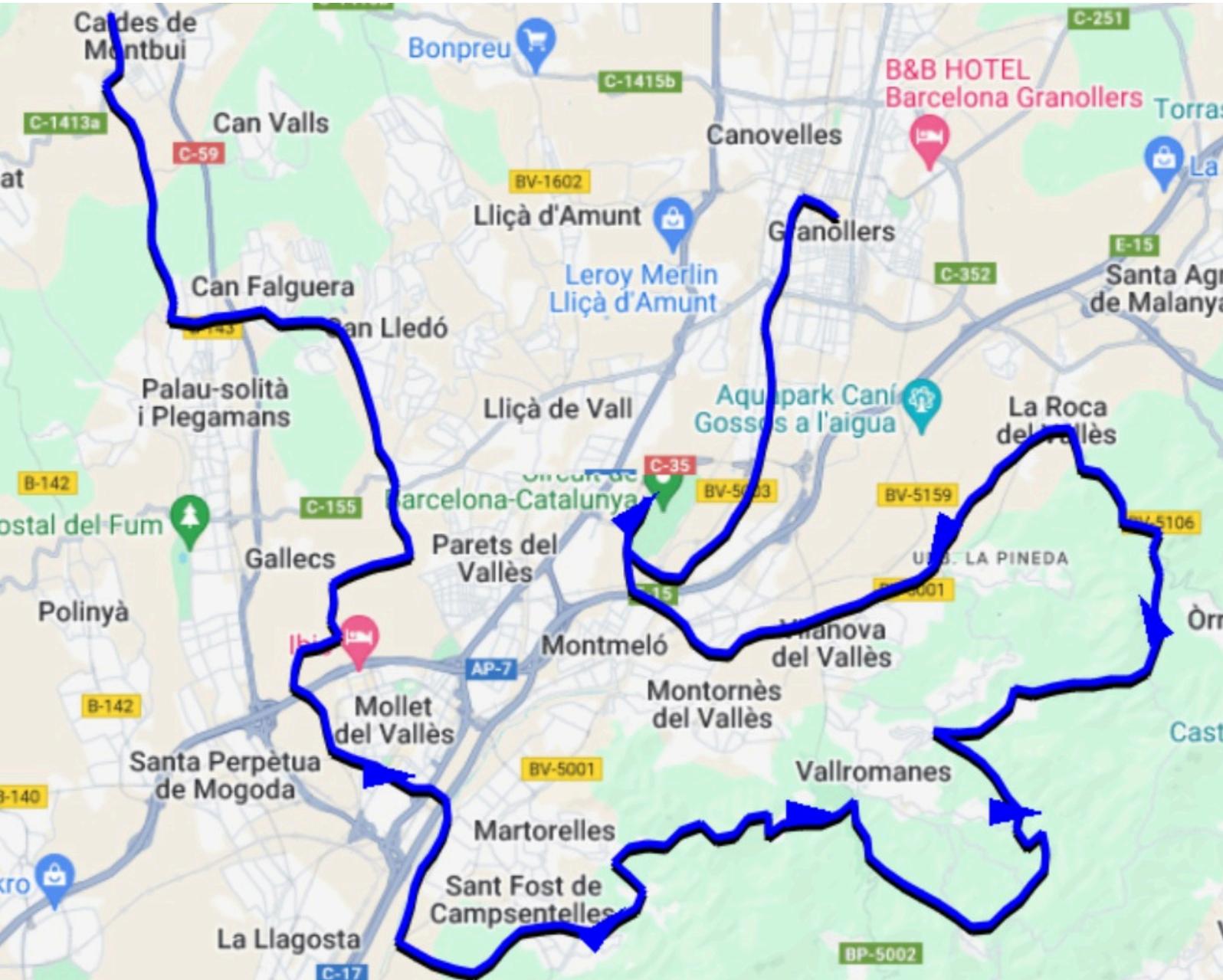
Depuis la ville de La Roca del Vallès, il reste environ 20 km jusqu'à la fin de l'étape, dont une grande partie se fera sur des voies vertes. La première partie, de La Roca à Montornès, est un sentier fluvial qui traverse des zones recouvertes de végétation.

Ensuite, vous quitterez le sentier fluvial pour vous rendre sur le circuit de Barcelone - Catalogne où se déroulent les championnats de Formule 1 ou de Moto GP et vous aurez l'occasion de faire le tour du circuit avec Bicircuit.

Enfin, vous laisserez derrière vous le circuit de course pour revenir sur le sentier fluvial du fleuve Congost, que vous ne quitterez pas avant d'arriver au centre-ville de Granollers. Et c'est ainsi que se terminera la 6e étape et par conséquent le programme des 6 étapes à vélo de gravel.

---

## CALDES DE MONTBUI – GRANOLLERS



---

## JOUR 7

JOUR DU DÉPART

Journée libre et retour à la maison.

# INFORMATION

- Langues : Toutes les informations sont disponibles en catalan, espagnol, anglais et français.
- Âge minimum : Il est recommandé d'avoir plus de 18 ans et d'être en bonne forme physique pour pouvoir réaliser l'ensemble de l'itinéraire.
- Catalogue d'information : Un catalogue a été créé contenant : des informations sur la région du Vallès Oriental et expliquant pourquoi le Vallès Oriental est une destination de cyclotourisme; un guide des services répondant aux besoins des cyclistes (avec des hébergements, des entreprises proposant diverses activités, des magasins spécialisés, etc.) ; un recueil de bonnes pratiques pour les cyclistes afin d'améliorer la coexistence avec les autres usagers de la route et les objectifs du développement durable.

# COMMENT ARRIVER

Barcelone est la ville la plus connectée et peut être rejointe en avion, en train ou en bus.

Aéroport 1 : Barcelone

Terminal d'autobus de Barcelone

Une fois à Barcelone, prenez le train R11 (Barcelone Sants - Portbou) depuis les gares de Sants, Passeig de Gràcia ou El Clot jusqu'à la gare de Granollers Centre.

Une autre option est le train R2 (Castelldefels - Granollers Centre) qui passe par différents arrêts dans le centre de Barcelone et par l'aéroport de Barcelone jusqu'à la station Granollers Centre.

La ligne R2 est également complétée par la ligne R2 Nord (Aéroport - Maçanet Massanes) et passe également par la station Granollers Centre.

Enfin, la ligne R8 relie Martorell à Granollers Centre.

D'autre part, il est possible d'arriver à Granollers en bus, avec la ligne L500 qui relie Barcelone (depuis l'Avenida Meridiana - Aragó) à la gare routière de Granollers.

On peut aussi arriver à Granollers depuis l'aéroport de Gérone et, depuis la ville de Gérone, prendre un train régional jusqu'à la gare de Granollers centre.







Afiliat  
Agència  
Catalana de  
Turisme

**TURISMEVALLES.COM**