



RUTES BTT

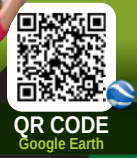
Vandellòs · Hospitalet de l'Infant
Masboquera · Masriudoms · l'Almadrava

Més rutes, tracks i mapes per a descarregar a: www.serresdelmestral.cat

- Distància total**
Distancia total / Total distance
Gesamtdistanz / Distance totale
- Desnivell acumulat pujada**
Desnivell acumulado subida / Accumulated ascent gradient
Akkumulierter Höhenunterschied Anstieg / Dénivellement accumulé en montée
- Desnivell acumulat baixada**
Desnivell acumulado bajada / Accumulated descent gradient
Akkumulierter Höhenunterschied Abstieg / Dénivellement accumulé en descente
- Altitud màxima**
Altitud màxima / Maximum altitude
Maximale Höhe / Altitude maximum
- Altitud mínima**
Altitud mínima / Minimum altitude
Mindesthöhe / Altitude minimum
- Recorregut circular**
Recorrido circular / Circular route
Rundstrecke / Parcours circulaire

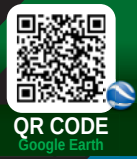
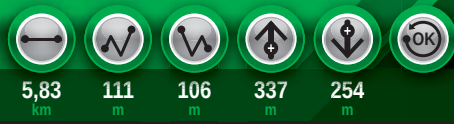
Ruta Familiar:

L'Hospitalet de l'Infant ·
Punta Cala d'Oques



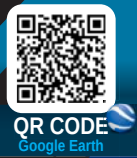
Ruta
Route 0

Vandellòs · Remullà ·
Masets · Vandellòs



Ruta
Route 1

Vandellòs · Masboquera ·
La Barrancada · Castelló ·
Vandellòs



Ruta
Route 2

Vandellòs · Masboquera ·
Masriudoms · Verdura ·
Castelló · Vandellòs



Ruta
Route 3

L'Hospitalet de l'Infant · Masriudoms · Masboquera ·
Vandellòs · Masvalentí · l'Abellar · Senén · Antiga
N-340 · l'Almadrava · l'Hospitalet de l'Infant



Ruta
Route 4

L'Hospitalet de l'Infant ·
l'Almadrava



Ruta
Route 5

Ruta d'enllaç entre 4 i 7

Ruta de enlace entre 4 y 7 · Connection route between 4 and 7
Verbindung Route zwischen 4 und 7 · Liaison route entre 4 et 7



Ruta
Route 6

L'Hospitalet de l'Infant · Masriudoms · Coll de les Portes ·
l'Irla · Lleriola · Antiga N-340 · l'Almadrava ·
l'Hospitalet de l'Infant



Ruta
Route 7

Edita:

Col·labora:



No tens un visualitzador QR?

No tienes visualizador QR? / Don't you have a QR app?
Hast du keinen QR-Scanner?
Vous n'avez pas de lecteur de code QR?



Senyalització de les rutes:

Señalización de las rutas / Routes signposting
Routenkennzeichnung / Signalisation des routes

- Fàcil | Fácil | Easy | Leicht | Facile
- Mitjà | Medio | Medium | Mittel | Moyen
- Díficil | Difficil | Hard | Schwer | Difficile

Consells bàsics:

- Abans de sortir, revisar l'estat de la bicicleta.
- Informar-se de la ruta i del temps previst.
- Avisar de la data i ruta que feu als coneguts.
- Recomanem la utilització del casc.
- Garantiu la vostra seguretat i la dels acompanyants.
- Respecteu el vostre entorn i la gent del voltant.
- No embroteu el bosc ni els carrers del recorregut.
- Eviteu les hores amb molta calor i hores puntes.
- Per la llunyania de nuclis urbans, porteu aigua.

Consejos básicos:

- Antes de salir, revisar el estado de la bicicleta.
- Informarse de la ruta y del tiempo previsto.
- Avisar de la fecha y ruta que hagamos a los conocidos.
- Recomendamos el uso de casco.
- Garantizad vuestra seguridad y la de vuestros acompañantes.
- Respetad vuestro entorno y la gente de alrededor.
- No ensuciéis el bosque ni las calles del recorrido.
- Evitad las horas de mucho calor y horas punta.
- Por la lejanía de núcleos urbanos, llevad agua.

Basic advice:

- Before leaving, check the condition of the bicycle.
- Check the route and the weather forecast.
- Let friends and relatives know the travel dates and the route to be taken.
- We recommend the use of helmets.
- Ensure your safety and that of your companions.
- Respect the environment and people around you.
- Do not drop litter in the woodland or streets of the route.
- Avoid hot times of day and rush hours.
- Because of the distance from urban centres, take plenty of water.

Grundlegende Tipps:

- Vor dem Start den Zustand des Fahrrads überprüfen.
- Sich über die Route und die Wettervorhersage informieren.
- Bekannten vom Datum und von der Route, die wir machen, Bescheid sagen.
- Wir empfehlen das Tragen eines Helms.
- Gewährleistet eure Sicherheit und die eurer Begleiter.
- Respektiert die Umwelt und die Mitmenschen.
- Verschmutzt weder den Wald noch die Straßen der Route.
- Vermeidet die heißesten Tageszeiten und Hauptverkehrszeiten.
- Nehmt wegen der weiten Entfernung zu Ortschaften genug Wasser mit.

Conseils de base:

- Avant de partir, vérifiez l'état de votre bicyclette.
- Étudiez le parcours et regardez les prévisions météorologiques.
- Informez vos proches de la date et du parcours que vous allez effectuer.
- Nous vous recommandons de porter un casque.
- Assurez votre sécurité et celle des personnes qui vous accompagnent.
- Respectez votre environnement et les personnes qui vous entourent.
- Ne jetez pas de déchets dans la forêt ni sur les routes du parcours.
- Évitez les heures de grande chaleur et les heures de pointe.
- Pour des questions de distance avec le centre-ville, approvisionnez-vous préalablement en eau.

