



Els cursos [Avellanes DO](#) "amb Denominació d'Origen" us presenten la **Pedalada Ecoespiritual**, els dies 7-9 de maig del 2010.

Viu un cap de setmana de somni al Monestir de les Avellanes, practicant BTT. El Monestir de les Avellanes i el seu incomparable entorn natural afavoreixen la trobada amb un mateix i l'experiència de la força del grup amb aquesta sortida per als amants de la bicicleta de muntanya. A través de paratges impressionants i de la saviesa refelctida en ermites, pobles i monestirs prendrem contacte amb allò que ens fa plenament humans: la natura, les persones i Déu. ([Vegeu rutes](#))

:

Característiques de les rutes "Pedalada Ecoespiritual"

Dissabte 8 de maig

Ruta: Monestir de les Avellanes - Os de Balaguer - Ermita de Sant Salvador - Monestir de Santa Maria de Vallverd - Pantà de Santa Anna - El Pas del llop - Alberola - Tartareu - Santa Linya - Monestir de les Avellanes.

Amb aquesta ruta descobrirem precisos paisatges de la Noguera cap a la conca del Noguera Ribagorçana, fins al pantà de Santa Anna, passant per l'ermita de Sant Salvador i les runtes del monestir de Santa Maria de Vallverd. Contemplarem els espectaculars vistes dels Picons i viurem l'inoblidable experiència del Pas del llop.

- **Distància recorreguda:** 53,06 quilòmetres
- **Desnivell:** 400-500 metres
- **Grau de dificultat:** Moderat
- **Finalitza al punt de partida:** ruta circular

Diumenge 9 de maig

Ruta: Monestir de les Avellanes - Ermita de Montalegre - Pantà de Camarasa - Vilanova de la Sal - Monestir de les Avellanes

Una altra fabulosa ruta que ens portarà a l'ermita de Montalegre, des d'on hi ha unes magnífiques vistes de la plana d'Urgell i de Lleida. Després, baixada cap al pantà de Camarasa, aquesta vegada a la conca del Noguera Pallaresa. És una ruta exigent en la pujada a Montalegre, però hi haurà possibilitat de transport. La baixada té una doble opció: la pista normal i un corriol de nivell tècnic mitjà-alt.

- **Distància recorreguda:** 30,37 quilòmetres
- **Desnivell:** 300-400 metres
- **Grau de dificultat:** Moderat
- **Finalitza al punt de partida:** ruta circular

Cal portar: Bicicleta de muntanya, roba adient, 2 càmeres de recanvi i eines bàsiques, barretes energètiques, beguda isotònica o aigua. El monestir us pot proporcionar lloguer de bicicleta i fruita per agafar energies durant la ruta.

Nota important: Les inscripcions per a la pedalada d'enguany ja estan complertes. Més informació a som.pastoral@maristes.cat

