

**VAL D'ARAN**
La esencia de los Pirineos

www.bienestarvaldaran.com
www.visitvaldaran.com
www.esenciapirineos.com



En perfecta armonía
Bienestar en Val d'Aran



Olvidarse de casi todo

Cualquier excusa es buena para conocer **Val d'Aran**; unas vacaciones programadas o una escapada improvisada. La excepcional situación de este valle le convierten en el único de clima atlántico de la cordillera Pirinéica española.



Val d'Aran
El destino de montaña
con mayor diversidad y
calidad del sur de Europa



El **Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**, montañas de más de 3.000 metros, espectaculares lagos y saltos de agua, rutas temáticas creadas a partir del GR10, GR11 y GR211, senderos señalizados para todos los niveles y una gran oferta de ocio vinculado a la naturaleza, no dejan lugar a dudas: **Val d'Aran** es único.

Desde un paseo tranquilo y reparador hasta una práctica deportiva especializada en un entorno incomparable, **Val d'Aran** ofrece todo lo necesario para vivir momentos memorables en solitario, con amigos o en familia, haga el tiempo que haga.

En invierno se puede disfrutar de las magníficas instalaciones de **Baqueira Beret**, considerada por muchos la mejor estación de esquí de los Pirineos.

Val d'Aran ha sabido además conservar intacto su extraordinario patrimonio lingüístico, artístico y cultural, que han dado lugar a una herencia plenamente integrada con la naturaleza. Sus itinerarios revelan la historia del país y una gran riqueza artística que destaca por su particular arte románico y gótico, únicos en el mundo.

La gastronomía aranesa aúna los platos más tradicionales, elaborados siempre con ingredientes autóctonos, con la cocina actual y de tendencia. Los más de 180 restaurantes proponen tal elenco de posibilidades que ningún gourmet quedará insatisfecho.

La oferta de alojamiento del valle es tan amplia y variada como sus paisajes y su cocina, con más de 14.000 plazas entre hoteles de 4 y 5 estrellas, pequeños hoteles y aparthoteles, los dos paradores nacionales, campings, establecimientos de turismo rural, refugios de alta montaña y albergues de juventud, siempre en un entorno amable y cálido.

La oferta de wellness completa y satisface los deseos de los más exigentes. Además de los servicios de spa ofrecidos por diversos hoteles, la **Val d'Aran** cuenta con centros termales de prestigio internacional.

Olvidarse de casi todo

Cualquier excusa es buena para conocer **Val d'Aran**; unas vacaciones programadas o una escapada improvisada. La excepcional situación de este valle le convierten en el único de clima atlántico de la cordillera Pirinéica española.



Val d'Aran

El destino de montaña con mayor diversidad y calidad del sur de Europa

El **Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**, montañas de más de 3.000 metros, espectaculares lagos y saltos de agua, rutas temáticas creadas a partir del GR10, GR11 y GR211, senderos señalizados para todos los niveles y una gran oferta de ocio vinculado a la naturaleza, no dejan lugar a dudas: **Val d'Aran** es único.

Desde un paseo tranquilo y reparador hasta una práctica deportiva especializada en un entorno incomparable, **Val d'Aran** ofrece todo lo necesario para vivir momentos memorables en solitario, con amigos o en familia, haga el tiempo que haga.

En invierno se puede disfrutar de las magníficas instalaciones de **Baqueira Beret**, considerada por muchos la mejor estación de esquí de los Pirineos.

Val d'Aran ha sabido además conservar intacto su extraordinario patrimonio lingüístico, artístico y cultural, que han dado lugar a una herencia plenamente integrada con la naturaleza. Sus itinerarios revelan la historia del país y una gran riqueza artística que destaca por su particular arte románico y gótico, únicos en el mundo.

La gastronomía aranesa aúna los platos más tradicionales, elaborados siempre con ingredientes autóctonos, con la cocina actual y de tendencia. Los más de 180 restaurantes proponen tal elenco de posibilidades que ningún gourmet quedará insatisfecho.

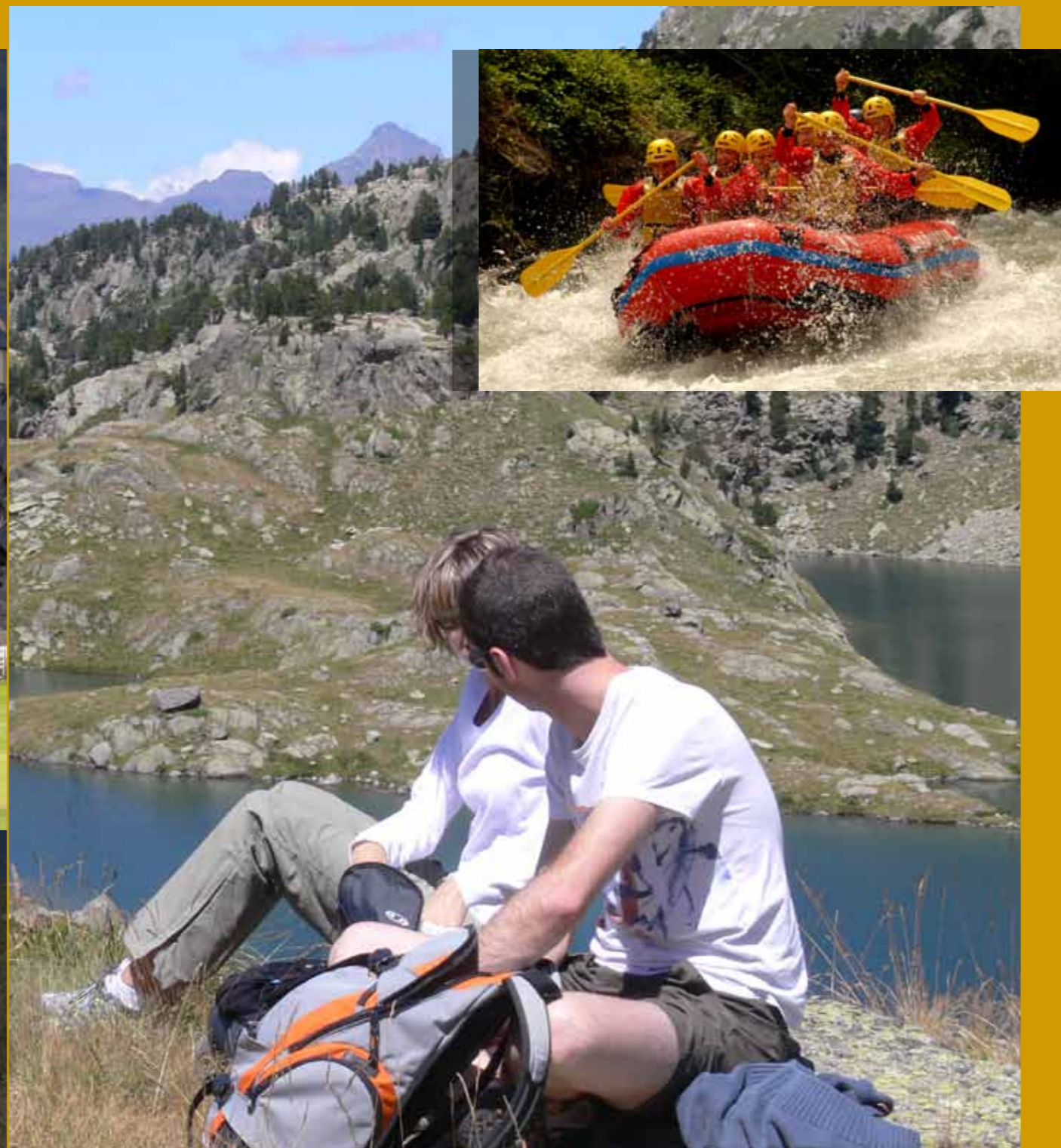
La oferta de alojamiento del valle es tan amplia y variada como sus paisajes y su cocina, con más de 14.000 plazas entre hoteles de 4 y 5 estrellas, pequeños hoteles y apartoteles, los dos paradores nacionales, campings, establecimientos de turismo rural, refugios de alta montaña y albergues de juventud, siempre en un entorno amable y cálido.

La oferta de wellness completa y satisface los deseos de los más exigentes. Además de los servicios de spa ofrecidos por diversos hoteles, la **Val d'Aran** cuenta con centros termales de prestigio internacional.

Con toda naturalidad



El amante de las actividades al aire libre encuentra en Val d'Aran su paraíso: la diversidad de espacios naturales y la confluencia de ríos, lagos, embalses y montañas permiten el disfrute de prácticamente cualquier deporte relacionado con la naturaleza. No es de extrañar que el valle haya desarrollado una variadísima oferta de equipamientos y actividades que cubre todas las posibilidades imaginables.



Empezar el día con una ruta ecuestre de una o dos horas o hasta una travesía, relajarse con la práctica del **pitch and putt** o aprender este deporte de la mano de profesionales, **pescar** o instruirse en el **tiro con arco** son sólo algunas de las opciones para quien busca una actividad física suave. Numerosos establecimientos especializados proporcionan todo lo necesario para disfrutar y proponen también un sinnúmero de alternativas más que incluyen la práctica de deportes intensos pero no por ello menos seguros, guiados por profesionales del

territorio. La práctica del **rafting**, **piragüismo** o **hidrospeed** tienen en común el espectacular escenario del río Garona, mientras que los más atrevidos pueden optar por la emoción del **barranquismo**, entre muchas otras actividades.

Y cuando la meteorología no acompaña, o si simplemente no apetece estar a la intemperie, el **Palai de Gèu** de Vielha ofrece su **pista de patinaje**, su **piscina semiolímpica** y diversos equipamientos deportivos indoor.

Tres rutas de senderismo fácil

1 A orillas del Garona por los pueblos del Naut Aran:

Un agradable paseo por estos preciosos pueblos. En particular, vale la pena dedicar un tiempo extra a la visita de la iglesia románica de Santa María de Arties, así como para deambular por las encantadoras calles de Garòs y Gessa y admirar, de primera, mano la arquitectura típica aranesa.

Recorrido	Longitud	Desnivel	Tiempo
GESSA-ARTIES -GARÒS - ARTIES - GESSA	8,4 Km.	150 m.	2h. 30'

2 Paseo de contrastes por Mijaran:

Itinerario variado que permite conocer el entorno de Vielha, capital de la Val d'Aran. Pasear y comprobar la disparidad de las iglesias de Mijaran o la armoniosa fusión del gótico y románico en las iglesias de Vilac y Gausac.

Recorrido	Longitud	Desnivel	Tiempo
VIELHA - VILAC - PÒNT DE BEUSSA - GAUSAC - VIELHA	6,1 Km.	150 m.	1h. 45'

3 Por caminos de mineros y contrabandistas:

Un paseo por uno de los valles más salvajes de la Val d'Aran nos permite imaginar como transcurría la vida en este lugar hace tan sólo unos años.

Recorrido	Longitud	Desnivel	Tiempo
PORCINGLES - CANEJAN -PONTAUT	5,0 Km.	+60 -360 m.	1h. 40'

Agua y salud, eternos aliados

Naturaleza y agua convergen en Val d'Aran para ofrecer una experiencia única al visitante deseoso de cuidar el cuerpo y la mente. Sumergirse en las aguas sulfurosas como ya hicieron los Romanos, reencontrarse con uno mismo en plena naturaleza, mimar la salud o simplemente relajarse y olvidarse del ajetreo cotidiano son alicientes que cautivan a cualquier viajero.



16 establecimientos hoteleros con spa ofrecen los más avanzados programas y tratamientos para la salud y completan una oferta de wellnes que satisface las expectativas del huésped o cliente más exigente.








Historia y salud confluyen en los balnearios araneses, algunos de los cuales ya documentados en tiempos del Imperio Romano. Las aguas captadas a una profundidad superior a 300 m. manan generosamente a más de 30°C para ofrecer sus propiedades mineromedicinales, beneficiosas para el tratamiento de las afecciones óseas y de la piel, para el sistema circulatorio y las vías respiratorias. Los equipamientos de primera calidad desarrollados alrededor de los manantiales han otorgado prestigio internacional a algunos de ellos, como las **Termas de la Baronia** en la población de Les o **Els Banhs de Tredòs** en la ribera d'Aiguamòg, dentro de la periferia del **Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**, que, situado a 1.740 m., es el balneario más alto de Europa.



Aprendiendo las costumbres

Herencia Románica

En Val d'Aran hay que destacar el rico conjunto de iglesias románicas que a diferencia de otros lugares ha sabido conservar en su interior aparte de la arquitectura, obras originales de escultura y pintura de estilos románicos, gótico, renacentista y barroco. Por poner sólo algunos ejemplos, las iglesias de Arties, Bossòst, Salardú, Tredòs, Unha y Vielha son de visita obligada para el amante del arte.

-  Santa María de Arties (s. XII-XIII) cautiva por sus magistrales pinturas murales y su retablo del siglo XV.
-  Santa María de Cap d'Aran de Tredòs (s. XI-XIII) asombra por sus grandes dimensiones y por la presencia de una cripta en la parte inferior del altar, así como por el emplazamiento de su torre del campanario, apartada respecto el cuerpo del edificio religioso.
-  Santa Eulària de Unha (s. XII) es la única del valle que conserva parte de sus pinturas murales románicas, localizadas en la semiesfera del ábside central, así como un espectacular conjunto de pinturas góticas y renacentistas en los muros de la nave.
-  Era Mair de Diu dera Purificacion en Bossòst (s. XII) compendia las principales características de la arquitectura románica aranesa.
-  Sant Andreu de Salardú (s. XII) y Sant Miquèu de Vielha (s. XII) exhiben sendas tallas románicas de Cristo en madera policromada, obras maestras del taller d'Erill la Vall.

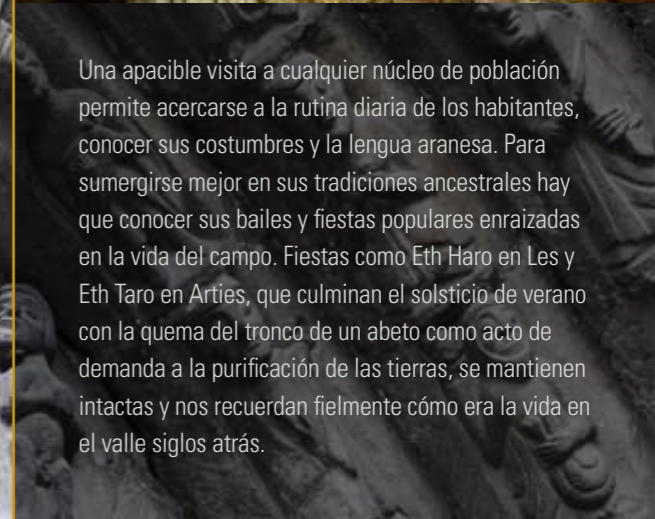
Museos

La visita a museos como el Museu dera Val d'Aran de Vielha, que también engloba el Ecomusèu Çò de Joanchiquet en Vilamós, Era Fabrica dera Lana en Vielha, la Mina Victòria y la Mòla de Salardú, son imprescindibles para conocer a fondo la etnología e historia del valle. Como también lo son Eth Corrau en Bagergue o el Museu dera Nheu en Unha.

-  Museus dera Val d'Aran Rota Romànica d'Aran Tel. + 34 973 641815
-  Eth Corrau (Bagergue) Tel. +34 973 64 01 93
-  Museu dera Nheu (Unha) Tel. +34 973 64 40 30

Descubrir las maravillas de Val d'Aran sólo precisa ganas y tiempo. La riqueza cultural del valle se ofrece gratuitamente al visitante, al cual basta un tranquilo paseo a pie o en bicicleta para penetrar en sus encantos.

Una apacible visita a cualquier núcleo de población permite acercarse a la rutina diaria de los habitantes, conocer sus costumbres y la lengua aranesa. Para sumergirse mejor en sus tradiciones ancestrales hay que conocer sus bailes y fiestas populares enraizadas en la vida del campo. Fiestas como Eth Haro en Les y Eth Taro en Arties, que culminan el solsticio de verano con la quema del tronco de un abeto como acto de demanda a la purificación de las tierras, se mantienen intactas y nos recuerdan fielmente cómo era la vida en el valle siglos atrás.



Recuperando fuerzas

El visitante ávido de experiencias gastronómicas podrá elegir entre más de 180 restaurantes donde deleitar sus sentidos con los sabores, olores y texturas de la cocina aranesa. A los platos tradicionales elaborados con productos autóctonos como la "òlha aranesa", patés o estofados de carne de caza se suma la cocina más actual y de tendencia, en la que destacan el pato, cocinado de 100 formas diferentes, el esturión de la piscifactoría de Les y el caviar. La proximidad con Francia ha introducido además platos e ingredientes como las crepes, los foies, los "crespets" o los confits, interpretados eso sí con el especial estilo aranés. La cálida hospitalidad de los anfitriones y el entorno idílico harán de cada comida una experiencia única.



El que degusta la cocina aranesa siente que culmina de forma sobresaliente la experiencia de su estancia en el valle. No sólo por la calidad y amplitud de la oferta gastronómica, también por la particularidad de sus platos e ingredientes, en la evolución de los cuales ha influido sin duda el ancestral aislamiento de la zona.

Adquirir alguno de los productos de elaboración propia para, una vez en casa, revivir y compartir la experiencia del Aran es otro de los placeres para el visitante. Embutidos de caza, longaniza, bohl (butifarra de lengua), mermeladas, cassís (licor de grosellas) o aigua de nodes (licor de agua de nueces) son sólo algunos de ellos, que pueden comprarse en los establecimientos especializados.



Los Sellos de Calidad



Los Sellos de Calidad del Plan de Desestacionalización e Internacionalización Turística de Val d'Aran

El Plan Piloto de Desestacionalización e Internacionalización Turística de **Val d'Aran**, desarrollado en el marco de un convenio entre Turespaña, el Conselh Generau d'Aran a través de Torisme **Val d'Aran** y el Gremi d'Ostalariá dera **Val d'Aran**, ha permitido la identificación y especialización de **Val d'Aran** en tres productos turísticos con potencial de desestacionalizar e internacionalizar la demanda turística del destino. Los productos turísticos seleccionados son "senderismo", "BTT" y "bienestar en la montaña".



Todas las ofertas que han mostrado su compromiso por la especialización, se han aglutinado en Clubes de Producto y se comprometen con ofrecer un servicio especializado de calidad, adaptado a las necesidades del consumidor internacional prioritario y fuera de la temporada tradicional de esquí.



bienestar 
VAL D'ARAN

Este sello de especialización aglutina empresas comprometidas con un servicio especializado en bienestar en la montaña en inglés, francés y/o alemán. El "bienestar en la montaña" incorpora en un único producto diferentes ofertas especializadas que tienen como objetivo final contribuir a la recuperación y/o mantenimiento del equilibrio físico y mental: wellness, gastronomía, actividades ligeras al aire libre (ir en bicicleta, senderismo por caminos de dificultad baja, montar a caballo, jugar al golf, etc.) o disfrutar de la cultura autóctona o naturaleza del destino.



Localización

Val d'Aran



Distancias

Por carretera:

- Desde Barcelona (310 km)
- Desde Girona (360 km)
- Desde Lleida (166 km)
- Desde Tarragona (269 km)
- Desde Madrid (582 km)
- Desde San Sebastián (308 km)
- Desde Valencia (480 km)
- Desde Bilbao (409 km)
- Desde Sevilla (1.115 km)
- Desde A Coruña (1.005 km)

Aeropuertos más próximos:

- Pirineos- Lleida - Alguaire - España (145 km)
- Barcelona - España (310 km)
- San Sebastián - España (308 km)
- Bilbao - España (404 km)
- Zaragoza - España (260 km)
- Toulouse - Francia (165 km)
- Pau - Francia (157 km)



Desde la Oficina de Torisme Val d'Aran les damos la bienvenida.

+ info:

- Tel. (+34) 973 640 110
- www.visitvaldaran.com
- www.esenciapirineos.com
- www.bttvaldaran.com
- www.senderismovaldaran.com
- www.bienestarvaldaran.com

