



pirinexus

RUTA CICLOTURÍSTICA CATALANA



Projecte ENLLAÇ Le projet ENLLAÇ

pirinexus.cat





Índex Indice

04/05

La ruta Pirinexus
Le trajet Pirinexus

06/07

La bicicleta
Le vélo

El cicloturisme
Cyclotourisme

10/11

Actuacions realitzades en el projecte
Les mesures prises dans le projet

Resultats futurs del projecte
Future results projet



El projecte ENLLAÇ: Xarxa transfronterera de vies verdes a Catalunya, associa entitats de Catalunya i Pirineus Orientals per desenvolupar de forma conjunta una xarxa cicloturista contínua entre ambdós costats de la frontera. Això suposa una estreta col·laboració per compartir mètodes tècnics de construcció de trams, connectar les xarxes existents a cada territori i ampliar la senyalització dels itineraris cicloturistes. La promoció conjunta i la comunicació i difusió del projecte permetran informar tant als agents locals com al públic en general d'una nova oferta transfronterera cicloturista entre França i Espanya.

Le projet ENLLAÇ prétend associer les entités de Catalogne et des Pyrénées Orientales pour développer conjointement un réseau continu de voies vertes de chaque côté de la frontière. Ce projet implique une étroite collaboration dans la mise en commun des méthodes techniques de construction, la liaison du réseau de chaque territoire et l'élargissement de la signalisation d'itinéraires cyclotouristiques. La promotion conjointe, la communication et la diffusion du projet permettront d'informer les agents locaux tout comme le public en général (usagers potentiels) de la nouvelle offre transfrontalière de voies vertes entre la France et l'Espagne.

La ruta Pirinexus

Le trajet Pirinexus

El projecte ENLLAÇ es troba programat dins del POCTEFA (Programa Operatiu de Cooperació Territorial Espanya-França-Andorra). Es nodreixen de fons FEDER 2007-2013 i financen un 65% del projecte.

Els Programa Operatiu es troba dividit en 4 eixos i el projecte ENLLAÇ s'engloba en l'eix 2 que té com a objectiu la valorització dels territoris i el patrimoni natural i cultural dins d'una lògica de sostenibilitat així com protegir i gestionar els recursos mediambientals.

Le projet ENLLAÇ est programmé dans le cadre de POCTEFA (Programme Opérationnel de Coopération Territoriale Espagne-France-Andorre). Ce programme opérationnel est la quatrième génération d'appui financier communautaire visant à renforcer l'intégration économique et sociale de la zone transfrontalière entre l'Espagne et la France. Il s'agit de fonds FEDER pour la période 2007-2013, et le taux de financement est de 65%.

Le Programme Opérationnel est divisé 4 axes et le projet ENLLAÇ est compris dans l'axe 2 qui a pour but la valorisation des territoires et le patrimoine naturel et culturel dans une logique durable ainsi que protéger et gérer les ressources environnementales.



Caractéristiques

- Socis**
3 socis de 2 països
- Pressupost integral**
1.650.000 €
- Duració**
Abril 2010 – Març 2013
- Accions**
Desenvolupament d'activitats econòmiques, socials i mediambientals transfrontereres per mitjà d'estratègies conjuntes a favor del desenvolupament territorial sostenible.



Caractéristiques

- Partenaires**
3 partenaires de 2 pays
- Budget global**
€ 1.650.000
- Durée**
Avril 2010 - Mars 2013
- Actions**
Développement des transferts économiques, sociaux et environnementaux à travers des stratégies communes de développement territorial durable.

- Frontera Espanya-França
Frontière France-Espagne
- Límits CG66
Pèrimètre CG66
- Límits PPM
Pèrimètre PPM
- Vies Verdes existents
Voies Vertes existantes
- Vies Verdes en creació
Voies Vertes en création
- Traçat projecte ENLLAÇ
Tracé du projet ENLLAÇ



La bicicleta

Le vélo

La bicicleta és un producte cada vegada més present a totes les cases. En els darrers anys ha guanyat prestigi com a sistema de transport, bé sigui habitual, per a la mobilitat diària, o bé per al temps de lleure. És un complement escollit per la pràctica esportiva, pel manteniment de la salut, pel gaudi del cap de setmana o durant les vacances, pels desplaçaments curts habituals...

A **Catalunya**, 9 de cada 10 persones saben anar en bicicleta; 3 de cada 4 tenen bicicleta a casa; gairebé un 48% la utilitzen amb alguna freqüència i un 7% del total assegura usar-la diàriament. A **França**, el 40% de la població usa la bici regularment, i un 5% diàriament.

Avantatges

Ràpida

El millor vehicle per recórrer distàncies curtes

Barata

Hi ha ofertes de tots preus, però sempre inferiors als vehicles motoritzats

No contamina

No emet gasos tòxics

Ocupa poc espai

És "chic"

No cal usar vestimenta esportiva!

Més autonomia

llibertat d'horaris i ritmes

Le vélo est un produit de plus en plus important dans chaque foyer. Ces dernières années, a gagné en prestige en tant que système de transport, que ce soit régulière, la mobilité quotidienne, ou pour les loisirs. Il complète le sport choisi, le maintien de la santé, la jouissance du week-end ou pendant les vacances, les voyages habituelle courte ...

En Catalogne, 9 personnes sur 10 savent comment faire du vélo, vélo 3 sur 4 sont à la maison, près de 48% est utilisé avec une certaine fréquence et 7% du total des réclamations à l'usage quotidien. En France, 40% de la population utilise régulièrement le vélo, et 5% par jour.

Avantages

Rapide

Le meilleur véhicule pour amener les courtes distances

Barata

Il ya des offres tous les prix, mais toujours inférieur à celui des véhicules motorisés

Ne pas polluer

Non dégagent des gaz toxiques

Faible encombrement

Il s'agit de "chic"

Pas besoin d'utiliser des vêtements de sport!

Plus d'autonomie

La liberté d'horaires et les tarifs





El cicloturisme

Cyclotourisme

El cicloturisme és una activitat que permet combinar l'exercici físic a l'aire lliure, en entorns agradables, amb la descoberta del territori que es visita. El ritme que marca la bicicleta ofereix la possibilitat de conèixer amb més detall els pobles i ciutats que es visiten, la seva història, el patrimoni cultural, la gastronomia i els costums i tradicions de la seva gent.

“ El cicloturisme uneix esport i cultura ”

La xarxa Pirinexus dóna la possibilitat als ciclistes de circular per vies verdes –rutes exclusives per a vianants i ciclistes-, una àmplia xarxa de cicloturisme –la major part camins per rurals allunyats de les grans vies de comunicació- i algunes carreteres de baixa intensitat de trànsit. Una anella circular entre Catalunya i França, perfectament senyalitzada, que combina traçats de muntanya, plana interior i litoral.

Le vélo est une activité qui allie l'extérieur de l'exercice physique dans un cadre agréable, avec la découverte du territoire que vous visitez. Le rythme qui rend la moto offre un aperçu des villes et villages visités, histoire, patrimoine culturel, la gastronomie et les coutumes et traditions de son peuple.

Pirinexus réseau donne la possibilité de rouler sur les voies vertes cyclistes exclusive des itinéraires pour piétons et cyclistes, un vaste réseau de cycle la plupart des routes rurales, loin des routes principales et certaines routes à faible intensité circulation. Un anneau circulaire entre la Catalogne et la France, des itinéraires bien balisés qui combine la montagne et du littoral intérieur brut.

“ Le sport combine le vélo et la culture ”



Cicloturisme és esport

Les vies verdes de Girona estan considerades com a infraestructura esportiva per la Secretaria General de l'Esport. Així mateix, les xarxes ciclables són molt utilitzades per clubs ciclistes del territori. A les vies gironines i a les franceses s'hi combinen les bicicletes de passeig i urbanes, les BTT, les de carretera, i també els models plegables.

El cicloturisme esportiu no implica necessàriament una competició sinó que s'ha convertit en una activitat que motiva la superació personal.

Le cyclisme est le sport

Les voies vertes de Gérone sont considérés comme des infrastructures sportives pour le Secrétariat général des Sports. En outre, les réseaux sont utilisés cyclables vélo clubs de la région. Une des voies de Gérone et les Français sont combinés vélos urbains et de promenade, le vélo, les coureurs, et des modèles de pliage.

Le sport cycliste, mais pas nécessairement une concurrence qui est devenue une activité qui motive l'auto-amélioration.

Cicloturisme és salut

Moure's en bicicleta és una de les activitats més recomanables per mantenir i millorar la nostra salut.

Un apunt: per a totes les edats i condicions físiques!

Beneficis d'utilitzar la bicicleta regularment

- Millora la circulació sanguínia
- Disminueix la pressió arterial
- Augmenta la capacitat pulmonar
- Combat l'osteoporosi
- Reforça les articulacions
- Millora el to muscular
- Equilibra el nostre pes
- Redueix l'estrès

El 93% dels usuaris considera que anar en bicicleta l'ajuda a sentir-se millor. A més, realitzar activitat física en un entorn natural amplifica els avantatges de l'activitat.



L'impacte econòmic de la bicicleta en la salut pública és també molt important. Un estudi de la OMS entre 2005 i 2008 demostra que un adult entre 20 i 60 anys que utilitza la bici tres hores a la setmana pels seus desplaçaments té un risc de mortalitat una tercera part inferior que l'adult que no va en bicicleta.

Cyclisme de santé

Se déplacer en vélo est l'un des plus souhaitable pour maintenir et améliorer notre santé.

A noter: pour tous les âges et de condition physique!

Les avantages d'utiliser le vélo régulièrement

- Améliore la circulation sanguine
- Abaisse la tension artérielle
- Augmente la capacité pulmonaire
- Lutter contre l'ostéoporose
- Renforce les articulations
- Amélioration du tonus musculaire
- équilibrer notre poids
- Réduire le stress

93% des utilisateurs considèrent que le vélo vous aide à vous sentir mieux. En outre, l'activité physique dans un environnement naturel amplifie les avantages de l'activité.

L'impact économique de bicleta santé publique est également très important. Une étude menée par l'entre 2005 et 2008, l'OMS montre que l'âge adulte entre 20 et 60 en utilisant le vélo pour trois heures par semaine ils voyagent ont un risque de mortalité inférieur à un tiers de l'adulte qui n'a pas été le cyclisme.

Cicloturisme és sostenibilitat

Els desplaçaments en bicicleta impulsen una mobilitat sostenible, compatible amb el creixement econòmic, i milloren la qualitat de vida de tots els ciutadans. El cicloturisme no contamina i promou el respecte pel paisatge i pel patrimoni cultural. Com es destaca a les conclusions del 1er congrés "Cycling Tourism Congress", aquesta modalitat "és un element de primera magnitud per recolzar la disminució de l'impacte del CO₂".

“ 1 km de bici evita 0,17 kg de CO₂”

Reducció de la contaminació ambiental i acústica

- Menys fressa
- Menys fums

Reducció de la sinistralitat





Le cyclisme est la durabilité

Les déplacements par la mobilité cycliste d'entraînement durable, soutient la croissance économique et améliorer la qualité de vie pour tous les citoyens. La marche ne pollue pas et de promouvoir le respect du paysage et du patrimoine culturel. Comme l'a souligné dans les conclusions de la 1ère conférence «Cyclotourisme Congrès», ce type "est un élément de premier ordre pour soutenir la réduction de l'impact des émissions de CO₂."

“ Vélo 1 km empêche 0,17 kg de CO₂”

Réduction de la pollution environnementale et sonore:

- Moins de bruit
- Moins de fumée

Réduction des accidents

Cicloturisme és desenvolupament econòmic

El cicloturisme representa una oportunitat per desestacionalitzar el turisme a les àrees turísticament madures, i aporta nous valors a les zones menys visitades, diversifica el turisme i es dirigeix a tots els segments de la població: petits i grans, famílies i grups d'amics, aventurers solitaris, etc.

És una modalitat de turisme en clar augment, malgrat la situació econòmica actual de molts països, que redonda en beneficis econòmics pel territori visitat. El cicloturista realitza una despesa superior a la del turista mitjà, sobretot perquè recorre amb major freqüència a l'allotjament hotelier i al sector de la restauració.

Le cyclotourisme est le développement économique

Le vélo est une opportunité pour le tourisme saisonnier dans les zones touristiques matures, ce qui donne de nouvelles valeurs pour les zones les moins visitées, diversifier le tourisme et la traite de tous les segments de la population: jeunes et vieux, familles et amis, aventuriers solitaires, etc.

Il y a une nette augmentation en mode touriste, malgré la situation économique actuelle dans de nombreux pays, entraînant des retombées économiques pour la région visitée. Les touristes à vélo font une dépense supérieure à la moyenne des touristes, surtout depuis le plus souvent va aux chambres d'hôtel et la restauration.

Actuacions realitzades en el projecte

Les mesures prises dans le projet

En el marc del projecte ENLLAÇ (o Pirinexus), ja s'han realitzat un seguit d'actuacions, necessàries per acabar definint la ruta cicloturista. Concretament:

- **Definició del traçat, consensuant-lo amb els ajuntaments. Estudi de la traça i definició dels punts "negres", en els que cal actuar**
- **Execució de les primeres obres. Concretament entre les poblacions de Torrent i Palau-Sator**
- **Trobades cooperatives amb els socis i els ens afectats pel projecte**
 - **Pla de comunicació del projecte**
 - **Creació de la marca Pirinexus**
 - **Estudi de senyalització de tot el recorregut**
 - **Estudi de la via Domitia al sud del Tech**

Sous le lien du projet (ou Pirinexus), a déjà fait une série d'actions nécessaires pour terminer la définition du touriste à vélo de route. Plus précisément:

- **Définition de la mise en page, il consensus avec les municipalités. Etude des points de trace et la définition de «noir», dans lequel l'action est nécessaire**
- **La mise en œuvre des premières oeuvres.**

Plus précisément, entre les villes de Palau-Sator Torrent

- **Réunions avec les membres de la coopérative et nous affectés par le projet**
- **Projet de plan de communication**
- **Créer une marque Pirinexus**
- **Etude de la signalisation itinéraire complet**
- **Etude de la route au sud de Domitia Tech**

Més informació/Plus d'informations

www.cicloenllac.cat

Resultats futurs del projecte

Future results projet

- **Més de 360 km de ruta cicloturista perfectament definida i senyalitzada**
- **Possibilitat de connectar amb altres rutes**
- **Portal web en funcionament: www.pirinexus.cat**
- **Guia topogràfica de la ruta**
- **Plus de 360 km de cyclotouristes clairement défini et balisé la route**
- **Possibilité de se connecter à d'autres voies**
- **Portail Web en marche: www.pirinexus.cat**
- **Guide de l'Ruth topographique**





pirinexus

RUTA CICLOTURÍSTICA CATALANA

Projecte ENLLAÇ Le projet ENLLAÇ



pirinexus.cat

CONSORCI  **vies verdes** DE GIRONA



 **Unión Europea**
Fondo Europeo
de Desarrollo Regional