

## R7 : 6 cols pour 50 km pour 1100 m de dénivelé

---

Ripoll – C26 – Emprunter la piste cyclable la Ruta del Ferro – Sant Joan de les Abadesses – GIV-5211 – Torales – Ogassa – Prat del Pinter – Croisement à la sortie du village, prendre à gauche la route cimentée sur 2 km pour la **Collada de Can Coll ES-GI-1222**. Demi-tour et 350 m plus bas à droite sur 600 m pour le **Coll de l'Antoniet ES-GI-1160**. Redescendre au croisement à la sortie de Prat del Pinter et prendre à gauche la route cimentée pour la **Collada de Can Camps ES-GI-1250a**, le **Coll de la Torre ES-GI-1295a**, Sant Martí d'Ogassa et le **Coll de Jou ES-GI-1630**. Descendre sur Bruguera – on passe à **la Portella ES-GI-1329a** avant de rejoindre le village – GIV-5263 – Ribes de Freser – N-152 – Ripoll

*Ce parcours comporte de longues sections sur routes cimentées où vous n'irez guère plus vite en descente qu'en montée. Ces sections ont parfois de forts pourcentages.*

---

A voir sur le parcours : Sant Joan de les Abadesses (Le monastère de Sant Joan de les Abadesses a été fondé au IXe par le légendaire Wilfred le Poilu (fondateur de Ripoll). Une communauté de moniales bénédictines s'y installe. La première abbesse est Emma, fille du fondateur Le monastère a toujours été entouré d'une auréole de mystère. La littérature a glosé sur les visites qu'y faisait le comte Arnau et la vie, supposée licencieuse, des religieuses bénédictines).

Sant Martí d'Ogassa