



1 Ermita de San Antonio



Recorrido de iniciación de Marcha Nórdica que discurre en su mayor parte por tramo asfaltado a excepción del acceso a la ermita por una pista de tierra. Iniciamos la ruta desde el **Balneario Vilas del Turbón** continuando por la carretera en dirección a **Brallans** (Norte). En breve dejaremos a nuestra derecha las instalaciones de la planta embotelladora para cruzar el barranco por un pequeño puente. La carretera nos conduce hasta el *Hostal La Solana* junto a una moderna iglesia. En este punto confluyen las **rutas 2 y 3**, así como los **PR-HU 123 y 133** cuyas marcas nos acompañarán todo el recorrido. Seguimos hasta llegar a un cruce junto a un conjunto de casas y naves, donde giramos a la izquierda. A los pocos metros dejamos la carretera por una pista a mano derecha que asciende a media ladera hasta alcanzar la **ermita de San Antonio**. Tras disfrutar del excepcional mirador regresaremos por el camino de ida.

2 Barranco de la Torcida

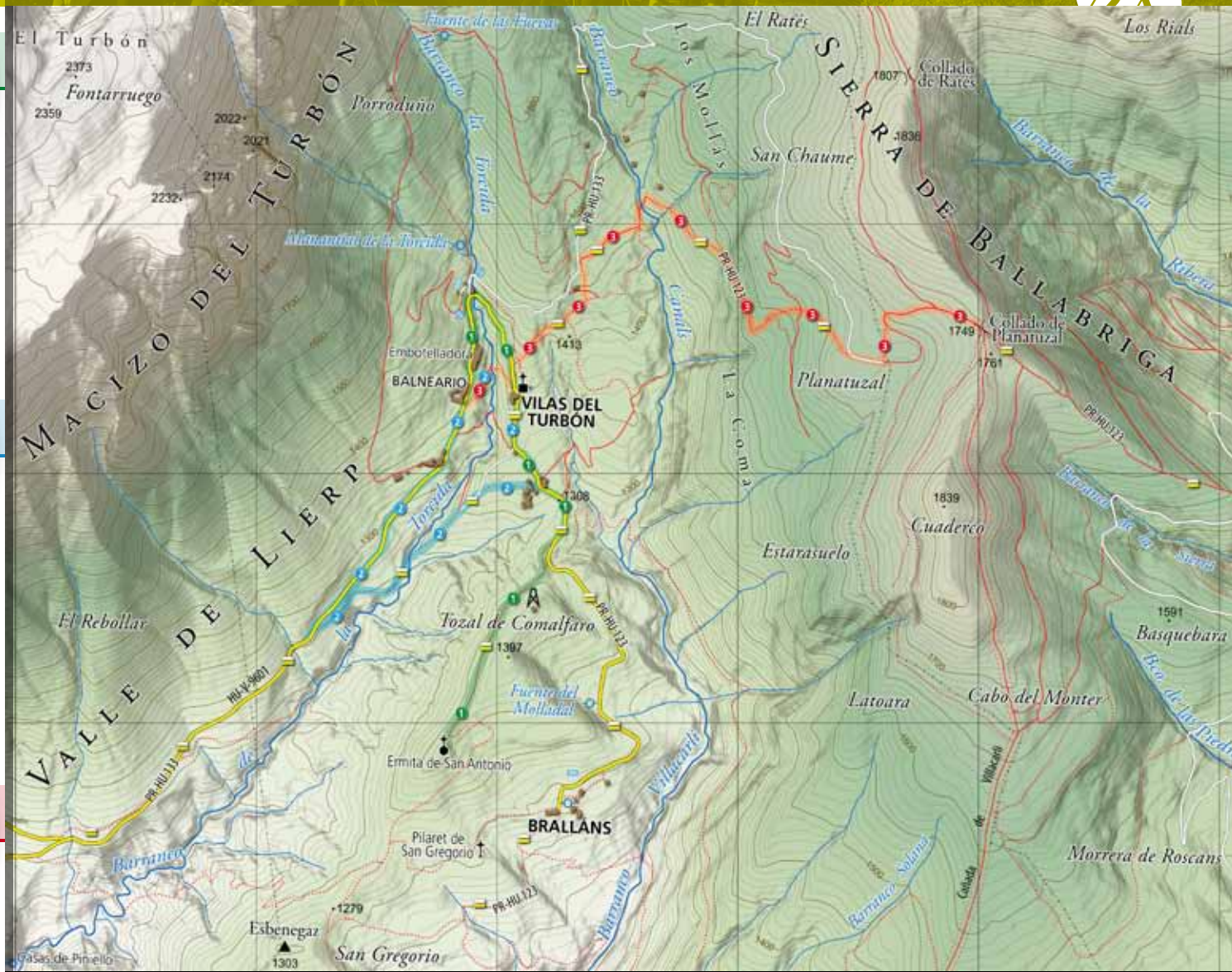


Recorrido de nivel medio de Marcha Nórdica que discurre por tramos de carretera, pistas agrícolas y sendero de montaña. Partimos desde el **Balneario** por la carretera hacia abajo (dirección Sur). Dejamos atrás un grupo de casas para continuar por la carretera con mucha precaución. Al llegar junto a la báscula agrícola tomaremos un camino de tierra a mano izquierda que enlaza con el **PR-HU 133**. El camino en breve se transforma en un cómodo sendero que desciende hasta el lecho del barranco y lo atraviesa (atención en momentos de crecidas). Tras un corto ascenso, la senda alcanza de nuevo un camino que tomamos durante unos 150 metros para desviarnos a mano derecha por un sendero. Alcanzamos un conjunto de casas y naves ganaderas donde enlazamos con la **Ruta 1** de regreso por la carretera. Continuamos con esta ruta hasta regresar al Balneario por el sendero que cruza de nuevo el barranco.

3 Collada de Planatuzal

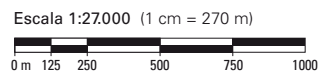


Recorrido de nivel alto de Marcha Nórdica que discurre en su mayor parte por sendero de montaña de firme desigual y que nos conduce hasta la parte alta de la **Sierra de Ballábriga**, dominada por pastos y con unas bellas vistas del entorno. Partimos desde el **Balneario** por un sendero que atraviesa el **barranco de la Torcida** y asciende de nuevo hasta la carretera. Retrocedemos unos metros por ésta para desviarnos por un sendero que asciende entre aliagas hasta llegar a una pista junto a una nave ganadera. La pista cruza el **barranco de Canals** y finaliza en un impresionante desmonte al pie de un pinar. Desde allí tomamos un sendero que asciende a media ladera para ir poco a poco introduciéndose en el pinar. El sendero llega hasta una pista por la que discurre hasta llegar a una zona más abierta. Desde allí tomamos un sendero a mano izquierda para, en breve, retomar la pista que ya no dejaremos hasta alcanzar la **collada de Planatuzal**. Regresaremos hasta el **Balneario** por el camino de ida.



Vilas del Turbón

Rutas de marcha nórdica



Proyección UTM Datum Europeo. Huso 31. Curvas de nivel con equidistancia de 10 metros. Base cartográfica del Mapa Topográfico Nacional corregido y actualizado en 2013

- Autovía / autopista
- Carretera Nacional
- Carretera Autonómica
- Carretera Local
- Camino asfaltado
- Camino / pista
- Sendero
- Cabañera

- Límite municipal
- Límite de Espacio Natural
- Río / barranco
- Conducción de agua
- Ruta 1 (Ermita de San Antonio)
- Ruta 2 (Barranco de la Torcida)
- Ruta 3 (Collada de Planatuzal)

- Ermita, iglesia, peirón, cruz
- Edificio, construcción...
- Fuente
- Cueva, sima
- Refugio
- Castillo, fortaleza
- Camping
- Dolmen, restos arqueológicos



Más información en:
senderos.turismoribagorza.org

RIBAGORZA es Pirineo

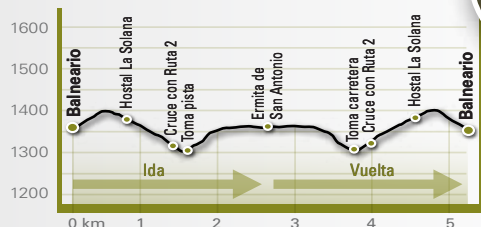
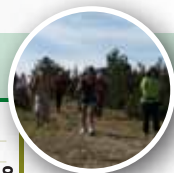
Red de Senderos Balizados de
Nordic Walking / Marcha Nórdica

Vilas del Turbón

Ribagorza activa. *Siente la aventura.*

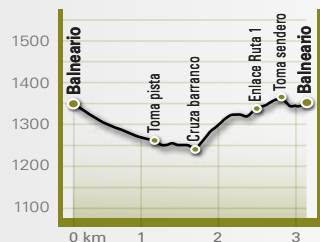


1 Ermita de San Antonio



	Distancia	5,2 km		Tiempo	1 h 40 m
	Ascenso acumulado	185 m		Tipo de recorrido	Ida y vuelta
	Descenso acumulado	185 m			

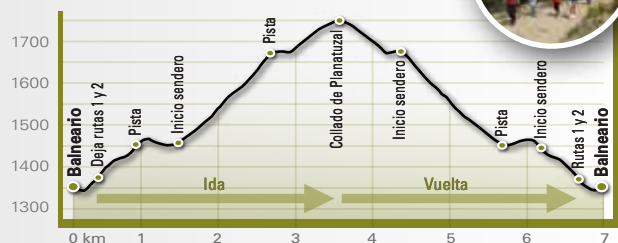
2 Barranco de la Torcida



En momentos de crecida, el barranco puede presentar cierta dificultad para vadearlo. A lo largo del recorrido es muy probable que encontremos pastores eléctricos o cuerdas para delimitar las zonas de pasto. Sé respetuoso y no alteres su uso.

	Distancia	3,2 km		Tiempo	1 h
	Ascenso acumulado	130 m		Tipo de recorrido	Circular
	Descenso acumulado	130 m			

3 Collada de Planatuzal



	Distancia	7 km		Tiempo	2 h 45 m
	Ascenso acumulado	425 m		Tipo de recorrido	Ida y vuelta
	Descenso acumulado	425 m			



La marcha nórdica es una actividad saludable que se adapta a todo tipo de niveles y nos permite disfrutar de los atractivos de la naturaleza y el entorno.



Arrastra los bastones con la mano abierta hacia delante

Cierra la mano en el bastón cuando el codo esté extendido

Empujar el bastón con la mano hacia atrás

Empujar el bastón hasta abrir la mano e impulsarnos con la parte posterior de la pierna

Realiza: UTM, Desarrolla: I. Coordinar: Mas Pirineo

