

# 8 activitats de neu per a petits i grans

*Tant si sou esquiadors intrèpids com si no sabeu o no us agrada esquiar, el Pirineu català ofereix esports i altres propostes de neu per gaudir de l'entorn i la companyia.*

Les característiques paisatgístiques dels Pirineus fan possible la pràctica d'una àmplia gamma d'activitats, amb les quals es poden viure tota mena de sensacions. La combinació de mar i muntanya, valls i serralades, sol i neu, fan que el visitant hi pugui trobar, per exemple, tota mena d'esports al seu abast, des dels més relaxants fins als més emocionants.

A més, els meravellosos paisatges de la Cerdanya, la Vall de Núria o el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici també acullen altres propostes que us detallem a continuació. Tant si sou esquiadors intrèpids com si no sabeu o no us agrada esquiar, us oferim 8 alternatives per gaudir de la neu a Catalunya. Ho podeu fer amb estades de qualitat a preus econòmics a les [instal·lacions juvenils](#).

## Activitats per a tothom

**1. Raquetes de neu:** Són una mena de pales que es posen als peus, perfectes per caminar sobre neu verge sense enfonsar-se. Al principi, tenien un objectiu totalment pràctic com a mitjà de locomoció utilitzat pels habitants de les zones més fredes. Avui dia s'han convertit en una manera de fer desplaçaments més ràpids i fàcils per la neu, sobretot per als qui no estan acostumats a moure's amb esquís. Amb elles es poden descobrir paratges on no es pot arribar amb esquís. És un esport molt fàcil i divertit que es pot practicar en grup o per lliure.

**2. Trineu de gossos:** És una activitat ideal per a famílies que consisteix a passejar amb un trineu tirat per gossos. Aquest esport, per la seva facilitat, s'ha generalitzat a les pistes d'esquí catalanes. El que va néixer com un mitjà de transport necessari als països nòrdics s'ha convertit en una modalitat esportiva en la qual s'uneixen aventura, convivència amb la natura i possibilitat de gaudir d'entorns únics. Els trineus de gossos també es coneixen com a múixing. I, d'altra banda, altres tipus de trineus també poden ser un bon i divertit mitjà de transport per gaudir de la neu.



**3. Esquí alpí :** Es va començar a practicar als Alps, i d'aquí en ve el nom. En les competicions, l'objectiu és fer el descens en el menor temps possible, seguint un traçat sinuós marcat per unes balises especials anomenades portes.

**4. Esquí de fons:** Aquesta modalitat és la més econòmica i senzilla. Els seus orígens es troben als països nòrdics, d'aquí que també rebí el nom d'esquí nòrdic. És com caminar o córrer, segons l'experiència de l'esquiador, per camins forestals nevats. Per això, més que equilibri, es necessita una gran resistència física. Per facilitar el desplaçament, els esquís són més estrets i llargs que els de l'esquí alpí i les botes són flexibles i lleugeres.

**5. Esquí de muntanya:** Apte només per a esquiadors molt experimentats i amb bona forma física, que dominen tant l'esquí alpí com l'esquí de fons i coneixen tècniques d'alpinisme i muntanyisme. Els recorreguts es fan per terrenys verges i fora de pista, per la qual cosa és una pràctica que presenta cert risc.



**6. Snowboard o surf de neu:** S'utilitza una taula de surf de neu per lliscar sobre un pendent parcialment o totalment cobert de neu. L'equip bàsic es compon de la taula, les fixacions de surf de neu i les botes.

**7. Skiboard :** Combina el millor de l'esquí, el surf i el patinatge en línia i permet a l'esquiador una gran llibertat de moviments gràcies a les taules, que són amples i curtes, i al fet que no es necessiten pals.

**8. Motos de neu:** Estan dissenyades per ser conduïdes sobre neu o gel i no requereixen cap tipus de carretera. La majoria de les motos de neu són impulsades per un motor de dos temps, encara que els motors de cicle de quatre temps cada cop són més populars. Si la velocitat és prou alta, les motos de neu fins i tot poden ser conduïdes per la capa superior de l'aigua, tot i que no estan dissenyades per a això.

### **Esports d'hivern adaptats**

A Catalunya es pot gaudir dels esports d'hivern en moltes estacions d'esquí. Per ara, tres d'aquestes estacions estan reconegudes per l'Agència Catalana de Turisme com a impulsores de l'esport i el turisme per a persones amb discapacitats. La Molina, Baqueira Beret i Boí Taüll Resort ofereixen professors especialitzats, remuntadors acomodats i el material necessari, com ara esquís, cadires i material didàctic. Altres estacions catalanes treballen per esdevenir accessibles als infants i adults amb discapacitats.

**Potser t'interessa:** [\*Especial neu.\*](#)

