

programa **todo incluido** y con más imaginación



Verano 2021

18-24 julio, 1-7 agosto, 5-11 septiembre

seis jornadas y seis noches en pensión completa

+ plan completo de actividades de domingo a sábado -Cádiz-



por los litorales de la

BAHÍA de CADIZ



experiencias entre la tierra y el mar desde el Puerto de Santa María

para gente tranquila



en kayak por un caño mareal, degustar sal en unas salinas en producción repostería musulmana, la subasta del pescado y fritura del mismo dunas de Sancti Petri, ciudadela de Cádiz, la Bahía y puesta de sol en barco Sanlúcar de Barrameda, centro histórico, bodega y degustación de vinos

situando la propuesta:

Realizar algunas actividades que aproximan a las labores tradicionales, usos gastronómicos y a sus **CIUDADES HISTÓRICAS**, realizando generalmente **UNA POR DÍA**, dejando más tiempo para el descanso o a otras iniciativas personales.

Las propuestas: degustar vinos en una de las **bodegas** históricas; el mundo de la **SAL** observando la recogida, su preparación y maridando sus distintos sabores con aperitivos; elaborar **dulces** con las propias manos, mientras se hornean otros; caminar por Cádiz, Sanlúcar, la subasta del pescado, uno de los ecosistemas de arenas y marismas formado por el viento, las mareas y el oleaje, observar un castillo sobre un islote...; habrá una ruta suave en kayak

*Las diferencias entre este combinado, con actividades más **tranquilas**, del que llamamos para **gente activa**, consistirán en realizar cada día solo **una de las dos actividades** propuestas en éste último, unas veces por las mañanas y otras por la tarde; con la excepción del miércoles que ocupará la jornada completa, y el jueves que la actividad es distinta al programa activo.*

índice de actividades e itinerarios:

lunes

1 Descenso en **KAYAK** de río, autovaciable, por el **CAÑO mareal** de San Pedro, en el paraje de la península de Los Toruños, uno de los hábitats vírgenes dentro del Parque Natural de la Bahía, un lugar de reproducción y nidificación para las aves; una visión de un entorno que es **ZEPA** y **LIC**, remando entre **MARISMAS** y **DUNAS** cubiertas de pinos.

martes

2 En las milenarias **SALINAS** de San Vicente, en la isla de León, visita a las instalaciones en plena extracción de sal, con **DEGUSTACIÓN** a sus distintas sales maridadas con **TAPAS** tradicionales; interpretación de la red de canales y balsas donde comienza a calentar el agua hasta donde cristaliza la sal, explicando la formación de la **FLOR de la SAL** que se recoge manualmente con viento suave y al atardecer; el **DESPESQUE** en los esteros, una labor tradicional y gastronómica cuyas capturas se realizan con un copo de red;

miércoles

3 La población de Medina Sidonia fue durante la dominación musulmana la capital de la **REPOSTERÍA**, siendo conocida por el resto de países civilizados de aquella época, y cuyo actual **ALFAJOR** es su mejor herencia; en un obrador tradicional elaborará cada participante una **TORTA PARDA**, con masa de almendras, rellena de cabello de ángel.

4 Al atardecer, en el puerto pesquero de Rota, la **SUBASTA** en la **LONJA**, el mundo de los pescadores, subiendo **A CUBIERTA** de un pesquero, conociendo los **APAREJOS**, demostración de limpieza y despiece de las capturas, finalizando con unas bandejas de **PESCAITO FRITO** con cuatro variedades de las subastadas esa tarde.

jueves

5 La **PUNTA** del **BOQUERÓN -Monumento Natural-** es una península formada por arena, olas y viento, enfrentada al Atlántico, creando una lengua de dunas; un lugar protegido de una belleza virgen, junto a la desembocadura del **CAÑO**

de Sancti Petri; en sus áreas mareales se alimentan y nidifican decenas de especies de avifauna; los restos de la **BATERÍA** de **URRUTIA**, fortificación artillera construida en el siglo XVIII, y el **Castillo** de Sancti Petri, sobre un **ISLOTE** que fue un santuario mítico con templos fenicios y romanos, ambas construcciones son *Bienes de Interés Cultural*

viernes

6 La ciudad de **CADIZ** partiendo del muelle, el barrio del Pópulo, el más antiguo de la ciudad, casas palaciegas, plazas típicas, catedrales vieja y nueva... caminando por su urbanismo medieval del siglo XIII, con edificios del siglo XVIII.

7 Al finalizar la visita, comenzando el *atardecer*, salida en un **BARCO** que zarpará del puerto de **CÁDIZ**, navegando por el entorno de la **PENÍNSULA** sobre la que se asienta la ciudad para rodear todo el casco urbano, y observar despacio el conjunto amurallado, baluartes, baterías, castillos... con la última luz del día; luego el barco se detendrá. y con el motor parado se esperará el momento mágico en el que se **OCULTARÁ** el **SOL**, con fondo de música *chill out*... y un brindis de sangría.

Sábado

8 Desde **SANLÚCAR** de **BARRAMEDA** -*Conjunto Histórico Artístico*-, ciudad de origen medieval, con grandes palacios, jardines románticos, iglesias entre el mudéjar y el barroco, antiguo castillo árabe... la mayor parte *Monumentos Históricos* o *Bienes de Interés Cultural*;

9 Aproximándose al mundo de los **VINOS** con denominación de origen Jerez, con una **CATA** en las bodegas de Pedro Romero;

Descripción de las actividades incluidas

con detalles sobre su ejecución, entorno, características, preparación, niveles, duración...

1 Lunes mañana, descenso a remo del Caño protegido de San Pedro

En el interior del Parque Metropolitano **Marismas de los Toruños**, uno de los hábitats vírgenes dentro del Parque Natural Bahía de Cádiz, se realizará una interesante experiencia náutica con observación e **interpretación** del interesante ecosistema de **marisma**.

Descenso y regreso en **kayak doble** de río, autovaciable, dirigido por un **monitor** deportivo; se saldrá de un embarcadero, situado a quinientos metros de la Casa del Parque. Se seguirá el curso del **río San Pedro**, un caño mareal o ramal secundario del río Guadalete; fue la primitiva desembocadura de éste, hasta que hace veinte siglos, en época de la dominación romana, un noble gaditano mandó construir la desembocadura actual para transportar mejor los cultivos de sus fértiles tierras occidentales.



Antes de iniciar la actividad, se practicarán en la orilla distintos ejercicios de paleo, se indicará la posición del cuerpo y la forma correcta de remar en la embarcación, algo de conocimiento y aprovechamiento de las corrientes, normas de seguridad, etc.

Siguiendo el curso fluvial, acompañará por la ladera derecha una red de marismas regadas por innumerables y sinuosos caños mareales, que se internan en la flecha litoral del paraje de Los Toruños y drenan al río por el que se navega; se

remará, por tanto, en una mezcla de agua dulce y salada por efecto de la pleamar; pero a mano izquierda el paisaje es diferente, con un cordón dunar sobre el que se asienta una masa de pino piñonero, que fue repoblado a mediados del siglo XVII, y que en la primitiva formación de la bahía fue su frente litoral.

Es un entorno de alto valor **ornitológico** por la abundancia de invertebrados que se encuentran en sus aguas; a la vez que es zona de alevinaje para muchas especies piscícolas; durante el descenso será habitual ver numerosas aves, principalmente *garzas reales*, y en el fango de las orillas muchos moluscos y crustáceos. El paraje por el que se rema es de una gran biodiversidad.

Justo en un meandro donde el río es bastante más ancho, desemboca un caño secundario llamado de *El Bote*, alimentado a su vez por docenas de otros pequeños caños y algunas lagunas temporales que recogen el agua de lluvia, convertidos en una



importante zona de reproducción y nidificación para las aves, alejados del paso humano.

En este punto del recorrido, y en función del nivel del grupo, decidirá el responsable deportivo entre internarse por un tramo de este nuevo caño, o seguir por el principal hasta el puente peatonal de la Algaida, quizá uno de los de mayor longitud, construidos en madera, de la península.

Por las características de esta actividad, es importante llevar a mano los prismáticos. La embarcación tiene que regresar al punto de partida, momento que indicará el propio monitor; *duración aproximada: dos horas*.

2 Martes tarde, las salinas de San Vicente, con visita y degustación

Visita interpretada, con **guía** de naturaleza, a unas salinas milenarias donde, *treinta siglos* atrás, fenicios y romanos extraían la sal con procedimientos semejantes a los actuales; desde el último cuarto del siglo XVIII se mantiene en explotación, tras la desamortización, extrayendo sal marina virgen natural, sin aditivos ni conservantes, solo con los elementos que le aporta el Océano Atlántico; actualmente realizan a partir de la flor de la sal y de la sal de hielo una serie de elaborados tipo gourmet;



La Bahía de Cádiz reúne todas las condiciones para la elaboración de sal a partir del agua del mar; miles de kilómetros de riberas inundables por las mareas, horas de sol, régimen de vientos, gravedad, paciencia y tiempo. La actividad salinera se concentra en los tres meses de verano. Necesitan por tanto de extensas superficies de escasa profundidad para favorecer la evaporación y la cristalización.



Estas salinas están situadas en la carretera del arsenal y puerto de La Carraca, dentro del Parque Natural Bahía de Cádiz; se han dedicado siempre a las dos actividades habituales en

estas instalaciones: la **producción de sal** y al **despesque** de todo el pescado que de forma natural se refugia en sus lucios y esteros.

Ya antes de entrar, se aprecian desde la carretera las balsas de cristalización y la explanada o **salero** donde se almacenan las grandes pirámides de sal. El recorrido se inicia junto a la casa salinera; la producción de estas salinas durante el verano es de mil toneladas de sal virgen y veinte de flor de sal

Esta sal es menos salada al paladar *-bajo nivel de cloruro sódico-* y aporta a la dieta oligoelementos como yodo, potasio, calcio, hierro o magnesio; no ha sido lavada artificialmente, sino con el método romano en los cristalizadores, y con diferencia a la industrial, la natural es ligeramente húmeda; su recolección se hace a mano, y se obtiene exclusivamente por la acción del sol y el viento,

La sal de hielo se forma, como si fuera nata, flotando en la superficie de las balsas cristalizadoras donde se realiza el último calentamiento antes de la evaporación total; se forma una finísima capa de un milímetro de espesor con cristales de un blanco luminoso y se deshacen al tacto; es recogida manualmente con viento suave al atardecer, gracias a una herramienta muy parecida a una espumadera gigante, dejándola secar durante dos días

Llaman la atención las barcazas que se usaban antiguamente para llevar sal, conservándose medio hundidos junto al Caño, pero testimoniando su papel durante muchos años, cuando la sal se usaba como conservante y era muy solicitada; entonces, a falta de camiones frigoríficos que transporten los alimentos de una ciudad a otra, cumplían este cometido transportes cargados de sal.

Conforme aumenta la densidad y salinidad del agua, ésta se vuelve rojiza, producida por la aparición de una alga, la *dunaliella*, que produce *betacaroteno*; luego las *artemias* son crustáceos de pocos milímetros que se alimentan de esta alga y coge un color rojo intenso; y éstos, a su vez, son comidos por los flamencos, que también muestran esta tonalidad de color en su plumaje...

Por las salinas

Se iniciará el recorrido por un laberinto de canales de distintos anchos, y balsas de variada dimensión y estructura; aquéllos y éstas con distintas profundidades; llamará la atención la diversidad de compuertas, estanques y *reservorios* de agua, conectados por una red de caños; el principal aporte de agua a esta salina viene por las compuertas de marea abiertas a un brazo del Caño de Sancti Petri,

Como en la mayoría de las salinas gaditanas, comienza con la **Vuelta de afuera**, un muro externo que las separa del caño natural que las abastece de agua. El **estero** es el primer depósito de grandes dimensiones donde se almacena el agua, que penetra empujada por la subida de la marea a través de la **compuerta de marea** y sirviendo de primer decantador de los sólidos que mantienen en suspensión

Las aguas provenientes del *estero* sufrirán un incremento notable en su grado de salinidad; pasarán por unos canales largos, estrechos y sinuosos, comunicados entre sí por unas compuertas de madera llamadas **largaderos**.

Éstos comunican distintas balsas o depósitos que progresivamente van disminuyendo su profundidad, variando desde el *medio metro* más o menos del **lucio** que recibe directamente las aguas del *estero*, a los *treinta centímetros* de la **vuelta de retenida** que recibe las aguas del *lucio*, y los *veinte* de la **vuelta de periquillo** que completa el circuito que lleva las aguas definitivamente a la zona de **cristalización**.

Toda la red de canales estrechos, en zigzag y poco profundos, hace que el agua se vaya calentando y evaporando actuando como concentradores de la sal; el objetivo calentar el agua antes de entrar en la zona de cristalización. Es esta zona de calentadores donde suelen permanecer los flamencos.



Y donde cristaliza es un conjunto de pequeños depósitos, o **tajos**, de muy escasa profundidad y dispuestos en cuadrículas; a esta zona se le llama **Tajería**, donde ya es extraída para ser acumulada en **montones** que luego serán transportados a los **saleros** o depósitos que dispone la salina. Tiene interés aproximarse al molino, de principios del siglo XX, donde se muele la sal.

El despesque

Es en los esteros, o primeras balsas de abastecimiento de agua, donde los peces y alevines entran de forma natural cuando se llenan en marea alta a través de las compuertas; durante la primavera crecerán en las balsas y será cuando se produce su captura; se abren nuevamente las compuertas durante la bajamar y se pescan con un copo de red.

A este *despesque* se le considera un método de pesca tradicional, habiendo un rito para la degustación de lo capturado, cocinado sobre ascuas de leña y sapina; la sapina es el conjunto de flora salina, que en su mayor parte está constituida por el *Limonianstrum Monopetalum*, que en la jerga salinera se la conoce como el "Salao"; le da un sabor característico y difícilmente comparable con otras formas de cocinar el pescado



La degustación

A partir de la flor de la sal o de la sal de hielo realizan una serie de elaborados como la *sal negra* o al vino tinto, a la que se le añade ñora, algo de clavo y pimientas suaves, maridando bien con arroces o con pulpo; la sal ahumada es ideal para cocinar el salmón; la sal con un alga que se llama *congou*; la sal al *Pedro Ximénez*, o al vino fino; la sal de trufa, sal de *Salicornia*...

Sus diferencias se conocerán con una degustación de productos a la sal: croquetas caseras de puchero con sal de hielo; pastel de morcilla serrana con piñones y pasas sobre compota de manzana con sal de hielo negra; tortilla de camarones con sal virgen; pinchos de atún en salsa de salicornia con sal de hielo, revuelto de salicornia con sal de hielo de frutos secos; arroz caldoso con marisco con sal de hielo al vino tinto... todo ello regado de manzanilla, cerveza, vino tinto, refrescos, etc..;

Duración: tres horas

3 Miércoles mañana, elaborar la torta parda en un obrador

En Medina Sidonia, población que durante la dominación musulmana fue la capital de la repostería, muy conocida por todos los países civilizados de aquella época, **elaboración** por cada participante de una **torta** de cabello de ángel, en un obrador especializado en alfajores, turrone y mazapanes con denominación de origen, y **visita** comentada a sus instalaciones en un momento de plena actividad, con degustación de sus especialidades.



Los **alfajores** o **alajúes** -*al-hasú* o *relleno*- son una muestra representativa de la influencia árabe en la repostería de Medina. Es un dulce en forma de cilindro, compuesto fundamentalmente por almendras y miel; se baña en azúcar glas y lleva especias como canela, cilantro, matalahúga, clavo y ajonjolí; en esta confitería artesana. de carácter familiar. se respeta la misma receta desde su fundación en 1852, que ha sido dirigida por cinco generaciones, y premiada en distintas ocasiones

Equipados de delantal y gorro, sobre una mesa de pastelería, se explicará cómo elaborar manualmente una *torta parda*; la base es una masa de almendras con azúcar, harina, manteca de cerdo, huevos, esencia de limón y canela; se depositará por cada uno/a, en un molde metálico con forma de canastilla, de una capa de aquélla, y se rellenará después de cabello de ángel, cubriéndose luego con más masa de almendras; durante veinte minutos se quedarán en el horno, resultando un dulce jugoso, muy recomendable en las meriendas.

A continuación se recorrerán las instalaciones del obrador; aparte de los alfajores y otras delicias navideñas, se hace diariamente una pastelería fresca, que se degustará mientras hornean las tortas; por ejemplo los *amarguillos*, un dulce con masa de almendras amargas y azúcar, que se une a otra de dulce de batata; o las *yemas nevadas* que son un trozo de masa de yema a la que se le introducen piñones que se cubren con un baño de chocolate blanco; o los *boliñones*, realizados con yema de huevo cocida con azúcar y almendras con recubrimiento de una capa de piñones tostados; o las *trufitas con nueces*, una masa cremosa realizada con chocolates, coronada por una nuez y cobertura crujiente de chocolate blanco...; *duración; dos horas*



4 Miércoles tarde, el puerto pesquero de Rota y el mundo de la pesca

La **villa de Rota** es una localidad costera al poniente de la Bahía de Cádiz, que aparte de constituir un importante destino turístico, su actividad comercial principal gira alrededor de la industria pesquera que tiene aquí tradición milenaria.

Desde su pequeño puerto pesquero, asomado a la Bahía, se divisa la ciudad de Cádiz. Se asienta sobre una explanada, que es prolongación de su casco urbano que se sitúa prácticamente junto al recinto amurallado y a su Castillo ubicado en su interior; es la parte más antigua de Rota

El punto de encuentro será el **faro**. Comenzará la actividad con una presentación y explicación de la historia del puerto y de la actividad pesquera que se viene realizando desde antiguo; se hablará de su presumible fundación por mercaderes fenicios y que su nombre proviene de *Asta-roth*, que significa "*Puerto de Asta*";



de que años después pasó a manos romanas, bajo cuyo dominio se la denominó *Speculum Rotae*...; que los árabes hicieron de la localidad una fortaleza, para defenderse de las incursiones normandas, y que fue bautizada como *Rabita Rutta*, y ya cristianizada, su nombre pasó a ser Rotta o Rota...



Hasta finales del siglo XV este muelle fue muy activo en las relaciones comerciales con el norte de África, hasta que una orden Real, a finales del siglo XV, centralizó todo el comercio en el puerto de Cádiz; sufrió, como gran parte de estas costas, los ataques de los berberiscos ayudados por los turcos, que provocaron la fortificación de la ciudad con la construcción de baterías de cañones; más tarde, en 1702,

aconteció la invasión del ejército anglo-holandés, durante la Guerra de Sucesión, aunque aquéllas tropas, un mes después, se retiraron por las bajas sufridas. Rota incluso fue cantón independiente once días

También se hablará de los *Corrales*, un sistema ingenioso de pesca, que están declarados *Monumento Natural*, y consisten en unos muretes artificiales de piedra que separan la superficie del mar en distintos compartimentos; en marea alta se llenan con los peces que arrastra la fuerza del mar y cuando baja el nivel del agua, estos quedan atrapados entre los muros y pueden ser capturados; aunque su construcción se atribuye a los asentamientos romanos, han estado en explotación hasta mediados del siglo XX

Acompañados del guía local, que habrá obtenido permiso para visitar el interior de la **lonja**, se presenciará la **subasta** del pescado en la planta baja, en la que actualmente se emplean marcadores y pantallas digitales, y a la que asisten pescaderías, restaurantes y empresas del sector; luego se pasará a la planta alta para contemplar en perspectiva la entrada de las capturas del día según llegan de los barcos, agrupadas por lotes, y el modo actual de las adjudicaciones... Se mostrarán al finalizar las instalaciones frigoríficas.

Toda la pesca desembarcada se vende en la lonja del puerto diariamente. Las especies más representativas que se obtienen en verano, son la *dorada*, la *acedía*, la *merluza*, el *lenguado*, la *corvina*, el *choco*, la *breca*, el *langostino*...; y la captura del *pulpo* que se realiza con una singular arte tradicional.

Con la ayuda de un pescador de la cofradía, aproximación a uno de los barcos de pesca recién amarrado en el puerto después de la faena; se explicaran las redes y aparejos que se utilizan, los tipos de embarcaciones, y las características de la flota de la Bahía, completándolo con historias de pescadores, la vida en el mar...

Se emplean artes de pesca menores que pueden variar según la temporada; usan el **trasmallo** -tres grandes paños de red superpuestos que forman bolsas donde quedan atrapados los peces-, el **palangre** -un elemento



flotante que queda a la deriva sobre el mar en cuyos extremos cuelgan líneas ramificadas de anzuelos que reposan sobre el lecho marino-, el **palangrillo** -un largo cabo horizontal del que salen otros verticales convenientemente separados que acaban en anzuelos a los que se ceba con distintos productos-, la **potera** -instrumento artesanal para pescar calamares y jibias-...; el *pulpo* se captura con unos cántaros llamados **pulperos** que se depositan en el fondo del mar, donde el pulpo se cobija, y una vez llenos se izan los cántaros...

La flota actual de este puerto es de poco más de veinte embarcaciones, generalmente de poco calado, aunque hay también algún arrastrero que faena a mayor distancia de la costa y utilizan redes más grandes; su actividad pesquera es fundamentalmente artesanal.

En la cofradía de pescadores, se realizará una demostración de **limpieza, eviscerado y despiece** del pescado con cuchillos especiales: cómo eliminar escamas, vísceras y espinas y después trocearlos; para ello se utilizará alguno de los pescados de la subasta del día que hayan quedado en la cofradía.

Para finalizar se mostrarán fotografías antiguas de Rota y de su muelle pesquero, mientras se ofrecen unas bandejas con **fritura** de cuatro especies diferentes de pescado, de las subastadas ese mismo día, que se cocinarán en el bar de la cofradía.

Duración: tres horas

5 Jueves, mañana, una península formada por arena olas y viento

Dentro del amplio estuario del río Guadalete, la **Punta del Boquerón** -*Monumento Natural*- es la lengua de dunas y marismas más meridional que se adentra directamente en el océano Atlántico. Aquí confluye el río, que desemboca a través del **Caño de Sancti Petri**, con la proximidad del mar abierto y su oleaje, los fuertes vientos y la actividad de las arenas y de los sedimentos, tanto fluviales como marinos; como consecuencia, en este lugar se formó un barrera que encerró unas marismas en formación. Así, durante veinte siglos



fue sedimentándose y transformándose geológicamente lo que hoy conocemos como Bahía de Cádiz -*observar los dos mapas que tienen una diferencia de dos mil años-*

Sendero de interpretación con guía de naturaleza, desde la playa de *Camposoto*, por un lugar protegido de una belleza virgen. Tras cruzar un puente, el recorrido alternará tramos sobre pasarelas de madera y caminos arenosos. A la derecha habrá amplios sistemas dunares, en un excelente estado de conservación; sobre ellos se desarrolla una vegetación adaptada a estos suelos arenosos, como la retama blanca o el

barrón; sus extensas raíces fijaron las dunas

Por la izquierda acompaña una marisma regenerada de forma natural tras el abandono de unas antiguas salinas, que hacen de ribera con el **Caño de Sancti Petri**, el mayor, el más ancho, profundo y caudaloso de la Bahía, que permite la navegación hasta San Fernando. Al otro lado del caño se verán las extensas *Marismas de Sancti Petri*; un refugio para las aves, donde en sus áreas mareales se alimentan y nidifican decenas de especies como garzas, cormoranes, flamencos y multitud de aves limícolas como correlimos o cigüeñuelas.

El camino atraviesa longitudinalmente la Flecha litoral que finaliza en la *Punta del Boquerón*, un entorno geográfico que constituye el extremo de una larga barra arenosa que protegen unas marismas de alta relevancia geomorfológica y paisajística, de alto valor ecológico; un enclave repleto de biodiversidad. De camino pueden identificarse algas y sobre todo especies halófilas capaces de soportar altas concentraciones de sal, como *salados*, *sapinas*, *armajos* y *hierba salada*.

El sendero finaliza en un denso retamar junto a los restos de la **Batería de Urrutia**, fortificación artillera, construida en el siglo XVIII, que jugó un importante papel en el sitio de Cádiz, durante la Guerra de la Independencia. Es una de las que en este lugar integraban la estructura defensiva de la Bahía; más al sur, en medio de las dunas, se podrán ver la *Batería de San Genís* y la *Batería de Aspiroz*,

Desde aquí podrá divisarse el **Castillo de Sancti Petri**, sobre un islote distante un kilómetro de la costa; es un enclave histórico ya que está levantado sobre sucesivos templos fenicios y romanos; entre ellos, estuvo el de *Hércules*, un santuario mítico, al que acudieron buscando su protección, Aníbal o Julio Cesar, y donde un fuego estaba permanentemente encendido custodiado por sacerdotes; pero anteriormente estuvo el del dios Melkart, en tiempos de la guerra de Troya, al que los navegantes que surcaban estas aguas les ofrecían sus sacrificios... Hace dos mil años este islote formaba parte de la isla de **Kotinoussa** que lo unía en una misma plataforma a Cádiz y san Fernando –*se puede ubicar en los mapas indicados arriba-*

El regreso, se puede realizar bordeando la Playa del Castillo, donde aún se podrán encontrar algunas casamatas, hundidas literalmente sobre la arena; distancia: *nueve kilómetros*; duración: *tres horas*.



6 Viernes tarde, desde la ciudad de Cádiz

El acceso a **Cádiz** se puede realizar en **catamarán**, desde el muelle que se conoce como *“del vapor”* en el **Puerto de Santa María**, que hace el servicio regular entre estas dos localidades en unos veinte minutos aproximadamente; o en **tren** desde la estación que hay en la mismaciudad; o realizar la ida en barco y el regreso en tren. Desde el catamarán,

permitirá conocer el encanto de la Bahía desde el mar y llegar al centro urbano sin mayores agobios.

Desde el **mismo muelle** de Cádiz, el **guía** conducirá al grupo hacia el barrio del **Pópulo** para realizar una visita guiada al centro histórico; se detendrá previamente en la plaza de San Juan de Dios, donde se encuentra el edificio del **Ayuntamiento** -de finales del siglo XVIII- que conjuga los estilos neoclásico e isabelino. Este barrio es el más antiguo de la ciudad, de origen medieval, construido entre los siglos XIII y XV; fue al comienzo un recinto fortificado mandado construir por Alfonso X el Sabio, como una antigua ciudadela, del que queda algunos paños de muralla y sus tres puertas de acceso. Su interior, son calles estrechas y angostas.



Se entrará por la **puerta del Pópulo**, que recibe su nombre por la capilla anexa de nuestra Señora del Pópulo. La **calle ancha**, fue donde se asentó lo más florido de la burguesía gaditana, y concentra las principales y mejores **casas palaciegas**, algunas de ellas de factura barroca, otras de gusto neoclásico, y alguna otra de estilo isabelino; una fue conocida como casa de los Gremios y en otra vivió Manuel de Falla...; pero sin duda la casa más valiosa, es el **palacio de los Mora**.

El **arco de los Blancos**, construido por una rica familia de comerciantes, lleva hasta la **casa del Almirante**, de estilo barroco. La **catedral Vieja**, o iglesia de Santa Cruz, lo fue hasta avanzado el siglo XIX; se edificó sobre la antigua mezquita Mayor. La **catedral Nueva**, tardó más de cien años en ser construida, lo que explica la mezcla de estilos barroco, rococó y neoclásico; en su interior, en un museo contiguo, alberga importantes tesoros litúrgicos.

La **plaza de Topete**, más conocida como de las flores por los puestos que se hayan en su centro, es el rincón más típico de Cádiz; cerca, se encuentra el edificio del **mercado de Abastos**, un edificio neoclásico del siglo XIX, sostenido por columnas y un núcleo interior restaurado donde se concentran más de ciento cincuenta puestos principalmente de pescados y mariscos; está situado en el solar donde estuvo la huerta del convento de los Descalzos

En la plaza de San Antonio se encuentra el **Casino Gaditano**, una institución cuyo objetivo es el fomento y difusión de la cultura, la ciencia, la economía, el diálogo y la convivencia; se construyó en el siglo XVIII para residencia del marqués del Pedroso, convirtiéndose posteriormente en lugar de tertulias donde se fraguó el levantamiento liberal, incluso en sede de una logia masónica.

En la misma plaza está la **iglesia de San Antonio**, edificio del siglo XVII que tiene sus orígenes en una antigua ermita; presenta una portada barroca de piedra arenisca sustentada por columnas corintias y salomónicas, flanqueada por dos torres altas. Y en otro ángulo de la plaza se verá la **Casa Aramburu**, antigua sede de la Banca Aramburu, un edificio ostentoso y burgués donde predomina el mármol y los bronce, con un papel importante en la vida cultural de la ciudad, especialmente en sus famosos carnavales.

También se pasará delante de la **Casa de Pemán**, propiedad de una entidad bancaria, que guarda el legado de Pemán que incluye más de 16.000 volúmenes de los siglos XVII al XX, así como manuscritos, revistas y correspondencia del escritor gaditano.



También se pasará delante de la **Casa de Pemán**, propiedad de una entidad bancaria, que guarda el legado de Pemán que incluye más de 16.000 volúmenes de los siglos XVII al XX, así como manuscritos, revistas y correspondencia del escritor gaditano.

La **Plaza de Mina**, construida sobre los espacios desamortizados a un convento de franciscanos, a la huerta y a la enfermería; hoy acoge la academia de bellas artes, parte del museo arqueológico y la escuela de artes aplicadas. Se finalizará en la **plaza de España**, situada cerca del puerto y con edificios singulares, como el de la aduana y la casa de las cuatro torres, explicando el **monumento** a las cortes de Cádiz y a la Constitución de 1.812.

Duración: dos horas y media aprox.

7 Viernes, desde el puerto de Cádiz, puesta de sol en barco

Alrededor de las **20:30 h.** tras la visita guiada a Cádiz, se zarpará del **puerto** en un **barco** para realizar una excursión por el entorno de la bahía de Cádiz, principalmente navegando alrededor de la **península** sobre la que se asienta la ciudad. El objetivo es rodear todo el casco urbano, para observar despacio el conjunto amurallado, baluartes, baterías, castillos... con la luz de la media tarde; un espectáculo desde el agua, que desde tierra podría recorrerse a pie los tres kilómetro de estructuras defensivas.

Cádiz, siglos atrás, fue una de las ciudades estratégicamente más importantes de España; cualquier conquista de la península pasaba por la toma de esta ciudad. Por su situación, desde época medieval, la población se defendió tras sus murallas, y éstas sufrieron destrucción y reconstrucción continuamente. Son murallas que han estado y están mirando al mar; porque el peligro casi siempre venía del mar.

Desde las más primitivas que protegían los barrios considerados centro histórico, en la que alguna de sus puertas se pueden conocer durante el recorrido guiado, hasta la mas recientes, visibles siguiendo la línea geográfica de costa, se encierra actualmente buena parte de su vida urbana. Los muros del recinto amurallado están realizados de piedra *ostionera*, una roca de origen sedimentario, muy porosa, formada por restos de conchas marinas y cuanto vida submarina quedó envuelta en los materiales de erosión que se depositaban el mar.

Cuanto podremos observar del cordón defensivo fue construido a partir de los siglos XVI- XVII, en los que se consideró prioritario disponer de un buen entramado defensivo destinado a la artillería, que se distribuía por los distintos **baluartes**. Este carácter de ciudad hermética la llevaría más tarde a ser escogida como sede de las reuniones de las Cortes Constituyentes.



los barcos a los muelles.

Continuando la muralla hacia el NO vendrá el **Baluarte de La Candelaria**, aún dentro de la bahía, donde se suelen celebrar desde conciertos a los actos del famoso Carnaval; seguirán los de **Bonete** y **La Soledad**, antes de llegar a la rada de la playa de **La Caleta**,

Sería muy útil llevar prismáticos para aproximar la vista a todos los detalles. Situados en el interior de la Bahía, a partir de donde arrancan los diques del puerto, y navegando alrededor de Cádiz, de la bahía a mar abierto, se verá el **Baluarte de San Carlos**, uno de los más tardíos, construido para situar noventa piezas de artillería, Conjuntamente con las **Baterías de San Felipe** defendían la entrada de

protegida por dos castillos: el de **Santa Catalina**, datado en el siglo XV, uno de los principales en el sistema de fortificaciones que defendían los ataques desde el Atlántico, y que fue prisión de condenados privilegiados; y el de **San Sebastián**, más al oeste, construido sobre una isla que está comunicada con la playa por un pequeño malecón

Esta isla fue objeto de continuos asentamientos desde la antigüedad; en época de los griegos hubo un templo dedicado a *Kronos*; con los árabes una atalaya islámica; y con los cristianos, una ermita dedicada a San Sebastián, que le dio nombre.

Si las condiciones del mar fueran buenas, el barco se adentrará frente a la popular playa de **La Caleta**, en la que detrás continúan las defensas con los **Baluartes de San Pedro y San Pablo**, cuyas baterías asestaron fuertes pérdidas a la flota anglo-holandesa en 1556 y defendieron la playa de un posible desembarco.

En el litoral oceánico se encuentran otros baluartes, que algunos de ellos se conocen como las *murallas del Vendaval*, donde más los temporales que los ejércitos les han infringido varios derrumbes, por lo que tuvieron que ser reconstruidas en varias ocasiones: el **Baluarto del Orejón**, ubicado frente a la Puerta de la Caleta; el **Baluarto de los Mártires**, al sur de la playa; las **murallas de San Rafael y San Miguel**, el **Baluarto de Capuchinos...** donde los salientes aprovechan la disposición geográfica para hacer de rompiente del oleaje, e incluso están protegidos por espigones de bloques de hormigón...

Después, el barco se alejará hacia el interior de la bahía; se detendrá, y con el motor parado, se esperará el momento mágico en el que se ocultará el sol, con fondo de música **chill out...**; un brindis de sangría y regreso al embarcadero de Cádiz; *duración: una hora.*

La cena de esta noche será en **picnic** por cuenta del hotel.

8 Sábado mañana, en Sanlúcar de Barrameda, palacios y miradores

Visita guiada a pie por el **centro monumental** de Sanlúcar, saboreando sus calles, los exteriores, y en algunos casos los interiores de algunos edificios de carácter histórico. Desde la plaza del Cabildo, un lugar entrañable de palmeras, naranjos y terrazas en el barrio bajo, se subirá hacia el casco antiguo. Las **covachas** o tiendas de la sierpes, fue una lonja de mercaderes de estilo gótico, adosadas al palacio de Medina Sidonia; son una galería porticada de diez arcos ojivales de estilo gótico, con extrañas figuras mitológicas marinas *-de finales del siglo XV-*.

El **Palacio de Orleans y Borbón**, construido por el duque de Montpensier a mediados del siglo XIX; para su construcción se aprovechó la estructura de otros edificios ya existentes, envolviéndolos sin un eje de simetría; es de un estilo entre ecléctico y neomudéjar; los jardines son de tipo inglés, de aire romántico, con terrazas, cenadores, estatuas, estanques y una gran variedad de especies arbóreas procedentes de Australia, Asia, islas del Pacífico y Norteamérica; actualmente es la sede del Ayuntamiento.

La **Iglesia de la Merced**, sobre una primitiva ermita, situada en la cuesta de Belén, fue uno de los primeros hitos del barroco andaluz; durante un tiempo, fue un monasterio gestionado por los padres mercedarios descalzos. La **Iglesia de Nuestra Señora de la O**, de estilo mudéjar, con una monumental portada; el interior lo componen tres naves cubiertas de artesonados de madera.



Exteriores del **Palacio de los Duques Medina Sidonia**, de estilo renacentista, aunque presenta un conjunto arquitectónico de diferentes estilos y cronologías; fue construido en el siglo XVI sobre un antiguo alcázar andalusí del siglo XII, rodeado de murallas medievales; dentro de ellas, hay un jardín diseñado por un paisajista italiano, con fuentes y estatuas en el interior de un pequeño bosque; actualmente sigue siendo propiedad de la familia Ducal; en el interior *-no visitable-* se conserva una importante colección de obras de arte desde Goya a Zurbarán, una colección de tapices flamencos, un numeroso mobiliario del siglo XVI al XX y sobre todo, es sede del archivo

privado de la Casa, uno de los más importantes de Europa.

El **Castillo de Santiago**, construido igualmente por la casa de Medina Sidonia, en la segunda mitad del siglo XV, de estilo gótico tardío, con muros de tapial mampostería y sillería, y con varias torres distribuidas en torno a un patio de armas central; fue levantado en un ángulo de la antigua muralla, con el objetivo de defender la villa y la entrada al Guadalquivir; *duración: dos horas y media.*

9 ...y brindis de despedida en una bodega histórica

Visita guiada a las **bodegas** de **Pedro Romero** en Sanlúcar. Se recorrerán nueve de ellas; desde una pequeña de construcción morisca a otras de mayor producción, donde se alinean las "botas" o barricas de roble de 600 litros en hileras, y en las que los vinos más jóvenes de la superior van rellenando las inferiores, conforme se consumen los vinos más viejos y de mayor calidad de la hilera inferior. Se recorrerán los patios tradicionales, se verán los antiguos alambiques o alquitaras, las salas de crianza y solera, etc. Se terminará con la **degustación** de cuatro/ cinco vinos: manzanilla y pedro Jiménez directamente del barril; y en un gran patio, los amontillado, oloroso y cream en mesa acompañado de frutos secos; *duración: hora y media.*



Alojamiento y servicios incluidos

Lugar de estancia, precios, suplementos y otros datos complementarios

Hotel Campomar (*)** en **Puerto de Santa María**; **pensión completa** desde la **cena** y alojamiento del domingo a la comida del **sábado**; total: **seis noches de alojamiento y seis pensiones completas**

Con transporte por **medios propios (*)**, en habitación doble

Temporada Baja -Junio y Septiembre- 491 €

Temporada Alta Julio y Agosto-- 518 €

Suplemento habitación **individual** (por noche) 20 €

Descuento tercera cama **Junio y Septiembre-** -55 **Julio y Agosto** -62 €

Para el transporte proponemos alternativamente a trasladarte por tus medios, **compartir coche**, bien el propio si se dispone de él, o manifestar en la reserva la disposición para realizarlo con el de otros; para ello Gente Viajera pondrá en contacto a quienes deseen participar de una misma ciudad o provincia.

(*) El traslado al punto de salida de las actividades es igualmente por medios propios o compartidos,

Hora y lugar de reunión: 21:00 h. durante la cena en el hotel, o en el lugar que se indique en los **últimos datos.**

Equipaje: ropa cómoda para andar, deportivas o zapatillas de trekking, chubasquero; ropa de recambio, alguna prenda impermeable para evitar mojarse por rocciones de las propias palas de remo o de la navegación de ceñida en vela, y deportivas usadas -o calzado

náutico- para las actividades de kayak; ropa adecuada para la bici –mallas, coulottes, o pantalón ligero-; muy útiles: prismáticos.

Itinerario: desde Madrid, N IV hasta Sevilla, y desde aquí tomar desde la S-30 la AP-4 dirección Cádiz hasta el desvío Puerto de Santa María.

Datos útiles

Para conocer los lugares concretos donde se desarrollan las actividades así como los espacios de observación e interpretación

Presentación y documentación:

El Parque Natural de la Bahía de Cádiz

En plena **costa atlántica**, sobre una gran zona húmeda, se halla el Parque Natural Bahía de Cádiz. A pesar de la elevada presión humana, aún se conservan zonas casi **intactas** como las Marismas de Sancti Petri, la Isla del Trocadero, la Punta del Boquerón, los Pinares de La Algaida-Punta de los Saboneses... todas ellas declaradas Parajes Naturales. En casi todas, se han encontrado restos fenicios, y romanos, como el Templo de Hércules, en la Isla de Sancti Petri, o el antiguo puerto en el Caño del Trocadero, vinculado al comercio con las Indias.

Y es que esta zona tuvo un importante valor **estratégico** y defensivo, y lo descubrieron hace 3.000 años, según lo muestran los descubrimientos de asentamientos humanos en la Bahía, que han legado un excepcional patrimonio de antiguos yacimientos y fortificaciones.

Aunque hace solo veinte siglos la fisonomía de la bahía que conocieron los navegantes fenicios, griegos y romanos era muy **diferente** a la de ahora; por ejemplo, la península donde está la ciudad de Cádiz, se situaba en la isla de **Kotinoussa**, junto a otras; y el islote de Sancti Petri formaba parte de la península donde ahora se encuentra San Fernando

La intrusión del mar y la desembocadura del río **Guadalete** y los caños que distribuyen su caudal por el gran **estuario**, como los caños de San Pedro y de Sancti Petri, junto con el suave clima mediterráneo, determinan las características ecológicas de este inmenso humedal y su gran diversidad paisajística: playas, **dunas**, lagunas, **marismas** y esteros. Cuenta con muchos kilómetros de litoral, ya que en el interior de la bahía, hay muchas islas y penínsulas recorridas y cruzadas por docenas de caños o brazos de agua salada o mixta, donde los flujos de las mareas crea un depósito inmenso de alimento para la avifauna, como invertebrados, pequeños crustáceos y algas, plancton...; una parte de estos litorales se inundan en momentos de pleamar, descubriendo en bajamar grandes superficies de limos y marisma

Es notable su situación geográfica entre los parques Nacional de Doñana y Natural del Estrecho; ello lo convierte en un enclave privilegiado en las rutas migratorias de la aves, acentuando el interés por asentarse como un lugar para observarlas. Los municipios que constituyen el Parque son: Cádiz, San Fernando, Puerto Real, Chiclana de la Frontera y El Puerto de Santa María

Sobre **usos tradicionales**, ha representado un modo de vida desde antiguo la explotación **salinera**, el **marisqueo** y la pesca de bajura; más tarde, con la actividad naviera, proliferaron los pequeños astilleros y atarazanas, construyéndose los **diques de carena** para las reparaciones; y en los últimos tiempos hay una pujante producción de **acuicultura**, reutilizando los esteros salineros; incluso ha comenzado a explotarse las **algas** que se reproducen de forma natural en éstos

Dentro de los parques y entornos naturales que constituyen la Bahía de Cádiz, se encuentran las marismas de **Los Toruños**, en la zona



de influencia del río Guadalete, antaño inundada por el gran estuario que formaba su desembocadura; este río según el geógrafo Diego Estrabón, constituía un antiguo brazo del Guadalquivir. Sobre dunas estabilizadas se encuentra una masa forestal dominada por el **pino piñonero** que se conoce como pinar de la Algaida.

La ciudad de Cádiz

Se la considera una de las ciudades **más antiguas** de Occidente. Su fisonomía urbana y marinera se asienta sobre lo que fue una isla; y por su situación estratégica respecto al mar, fue ocupada por diferentes pueblos; se tiene constancia que fue un asentamiento fenicio en el año mil a.C.-quienes realmente la fundaron-; mas tarde vinieron los griegos, luego los romanos -y pasó a llamarse Gades-.

Pero a partir del siglo VIII que tuvo lugar la invasión musulmana, la relevancia basculó hacia el puerto de Algeciras. Pero tras el descubrimiento de América, Cristóbal Colón y otros descubridores, escogieron estos puertos atlánticos como punto de partida hacia el nuevo mundo.

En el siglo XVII, se construyó la ciudad amurallada que forma el actual casco antiguo, con calles entrelazadas de herencia musulmana, con sus puertas de entrada; y la ciudad se ensanchó; entre los siglos XVII y XVIII, Cádiz se enriqueció gracias a un importante comercio marítimo con América. En 1.812, durante la ocupación de las tropas francesas, se reunieron las **Cortes de Cádiz** en el oratorio de San Felipe Neri y tuvo lugar la primera promulgación liberal del país y pasó a convertirse en el centro político de España.

Cádiz y gran parte de la provincia sufrieron a lo largo de su historia numerosos ataques y batallas; su situación geográfica dominando el estrecho de Gibraltar, la importancia del puerto de la bahía de Cádiz, a donde llegaba la flota de las Indias y el protagonismo histórico que tuvo la capital, hace dos siglos al ser la sede de las Cortes de Cádiz la convirtieron en escenario de muchos enfrentamientos bélicos.

Quizá los más importantes en cuanto a significado o duración podrán ser, la toma y saqueo en 1596, durante la Guerra anglo-española, cuando sufrió un ataque por parte de una gran **flota inglesa** bajo el mando del almirante Howard y del conde de Essex; y el asedio por sesenta mil soldados del ejército francés entre febrero de 1810 hasta agosto de 1812, mientras San Fernando y Cádiz, lo defendían solo dos mil soldados, tras la Constitución promulgada por las Cortes Generales del Gobierno en Cádiz.

Sanlúcar de Barrameda

Está situada en la misma desembocadura del Guadalquivir. Se sabe que fue habitada desde la prehistoria y, al parecer, el primitivo asentamiento viene auspiciado por la construcción de un templo a la **diosa Fenicia del amor y la fecundidad**; es muy factible que la fortaleza medieval se levantara sobre los cimientos de la antigua civilización de **tartessos**

La Alcazaba **musulmana**, conocida como el Castillo "de las Siete Torres", tenía por objetivo defender la desembocadura del Guadalquivir; era vital para el control del estuario del río. Alonso Pérez de Guzmán – más conocido como Guzmán el Bueno- repobló la villa, construyó un castillo conocido como el **alcázar viejo** y levantó las murallas, de las que extramuros fueron creciendo los arrabales.

En la segunda mitad del siglo XV Sanlúcar se había convertido en un activo **enclave comercial**; el puerto de Barrameda, mantenía importantes relaciones



comerciales con los puertos del **norte de Europa**, el **vino** fue el principal producto exportable. Los **duques de Medina Sidonia** decidieron trasladar su residencia desde su ciudad de origen a Sanlúcar por su pujanza económica y comercial; primero se establecieron en el castillo de Santiago –segunda mitad del siglo XV- y posteriormente en el famoso palacio de Medina Sidonia, en la zona alta de la ciudad, sede del **famoso archivo** que lleva su nombre que por su tamaño y antigüedad se considera uno de los archivos privados más importantes de Europa.

Tras el descubrimiento del nuevo mundo, **Cristóbal Colón** parte de aquí en su tercer viaje, así como Magallanes. Hasta el siglo XVII vive la ciudad un gran **apogeo económico**, fomentando el comercio con Sevilla y América, mientras el señorío de la villa lo ostentaba los Duques de Medina Sidonia; pero inició su declive con la llegada en el siglo XIX de los **Duques de MontPensier** que edificaron para las temporadas estivales, un bello **palacio romántico**, floreciendo nuevamente la vida social de la ciudad, construyéndose casas de veraneo y organizándose ciclos festivos que culminaban con las **carreras de caballos en la playa**. Contribuyeron a este renacimiento social y económico las emergentes empresas bodegueras, que iniciaron en aquella época el desarrollo comercial de la crianza de los vinos.

Santa Alicia, 19 28053 Madrid

Tfno. 914780111/ 685800086 whatsapp

E-mail: info@genteviajera.com

<http://www.genteviajera.com>

Actividades de naturaleza en España, turismo más **sostenible** y **cercano**