

Verano 2021

25-31 julio, 22-28 agosto, 19-25 septiembre

seis jornadas y seis noches en pensión completa

+ plan completo de actividades

de domingo a sábado

-Girona-

donde nacen los Pirineos...

emergiendo de las aguas del golfo de León

COSTA BRAVA

navegando por sus litorales



**lugares mágicos que miran al mar
y otros parajes protegidos...**

para gente tranquila





actividades del circuito

>> descenso del río **Fluviá**, entre una espesa vegetación, en **kayaks** dobles de mar, hasta el *Parque Natural* de los Aiguamolls de este río, para remontarlo luego...

>> visita guiada al conjunto de construcciones de la **sierra de Rodes**: las excavaciones del **despoblado** de *Santa Creu* de Rodes, un núcleo de origen medieval y el importante **monasterio** benedictino de *Sant Pere* de Rodes...

>> itinerario de naturaleza en los **Aiguamolls** de l'Empordá entre acequias, balsas de agua y marjales desde la laguna de El Cortalet...

>> excursión en un **barco** cubierto por el sur del Cap de Creus, desde Roses a **Cadaqués**...

>> itinerario de interpretación **a pie** desde el **faro** de Cap de Creus, observando la erosión de las rocas metamórficas, con siluetas curiosas y **cueva** del Infierno; se completará con el recorrido por uno de los **caminos de Ronda** desde Cadaqués a Port Lligat...

>> excursión por la **península de Creus** en la bahía de Roses: el cabo **Norfeu**, lugar de protección integral; y **cala Joncols** por el camino de Ronda...

>> visita al patrimonio megalítico de **dólmenes** y cistas de la bahía de **Roses**...

>> itinerario de senderismo e interpretación por uno de los más representativos del *Parque Natural* de la zona **volcánica** de **La Garrotxa**: volcanes de Santa Margarida y del Croscat cruzando la Fageda d'en Jordà...

>> visita a la **granja** cooperativa La Fageda que produce yogures naturales, con **degustación**; visita guiada a la baronía de **Santa Pau**, población medieval

>> desde el puerto de L'Escala, excursión en **catamarán** cubierto, con visión submarina, a las **islas Medes**, recorriendo la costa del *Parque*

Natural del Montgrí, observando calas, acantilados, cuevas, torres de vigía, hasta un túnel natural...

>> visita guiada a dos poblaciones del **gótico civil**, amuralladas y bien conservadas: **Pals**, edificada sobre una roca con cuatro torres y **Peratallada** que conserva íntegramente su muralla, con un foso excavado en la roca...

>> visita a la **bodega** Espelt con **cata** comentada de siete de sus vinos y un cava; paseo en pequeñas **embarcaciones** de 5 cv por los **canales** de Empuriabrava



el lugar

Desde la urbanización de **Empuriabrava**, una ciudad marinera comunicada por más de quince kilómetros de **canales** navegables y cinco mil amarres junto a las viviendas...

La península del **Cap de Creus**, el último contrafuerte de los Pirineos que emerge del mar, y el extremo más oriental de la península, en cuyo Parque Natural se han creado en las rocas unas sorprendentes **esculturas** naturales por las acción de los vientos y la sal del mar.

Aguas abajo de **tres ríos** de **L'Empordá** al desembocar en el mar: el **Muga** que lo hace justo bordeando la urbanización Empuriabrava; el **Fluviá** a la altura del Parque Natural de Els Aiguamols; y el **Ter**, cuya Gola ha ido recreciendo una fértil bahía frente al archipiélago de las **islas Medes** -Reserva Integral-.

La bendecida **Sierra de Rodes**, su monasterio y su enigmática villa medieval; los asentamientos humanos de la **Bahía de Roses** con tres mil años de historia; el litoral de la bahía, una red de lagunas litorales, cañaverales, marjales y marismas... y descubrir cuanto dejaron las Sirenas en sus calas vírgenes.

Las diferencias entre este combinado, con actividades más **tranquilas**, del que llamamos **activo**, consistirán en realizar el **Martes** por la mañana una excursión **a pie** a los humedales de Els Aiguamols, en vez de realizar otra más extensa en **btt**; y el **Jueves**, realizar la excursión a Las Medes en **barco** desde L'Escala, en vez de hacerlo en **kayak** de mar desde L'Estartit; y por la tarde, cambiar otro itinerario en **btt** desde la desembocadura del Ter, por una visita guiada a las ciudades medievales Pals y Peratallada.

El resto de actividades del programa son coincidentes con los del activo

algunos datos sobre las actividades

Lunes

En el río **Fluviá**, desde el club náutico de *Sant Pere Pescador*, circuito en **kayaks dobles** de mar, embarcaciones en las que los tripulantes se introducen en el interior de una bañera cerrada para obtener más velocidad, tanto en el descenso como para remontar el río; se navegará suavemente observando la abundante y espesa vegetación de ribera, como sauces, chopos y olmos; a mitad del descenso, se rodeará la **isla de Caramany**, donde los guías ayudaran a identificar las distintas especies de fauna y flora -tres horas-

Visita guiada al conjunto de construcciones y lugares existentes en la montaña de Verdera: se inicia en el despoblado de *Santa Creu de Rodes*, un núcleo de origen **medieval** que fue abandonado a partir del siglo XIV, pero descubrimientos actuales lo han convertido en una de las excavaciones más importantes del país; y el monasterio benedictino de **Sant Pere de Rodes**; sus vastas dimensiones, tanto de la iglesia como del conjunto monástico, son imposibles de justificar en un lugar tan aislado de la costa de Roses; el claustro comunicaba con el resto de espacios monacales: refectorio, biblioteca, enfermería, campanario, torre de defensa... -dos horas-

Martes

Desde el centro de el Cortalet, **senda** de interpretación por el Parque Natural de los **Aiguamolls**, un humedal litoral, área de paso importante para aves migratorias, con muchos observatorios; el itinerario discurre entre acequias, balsas de agua, prados húmedos, vegetación de ribera, que son paisajes de una gran diversidad; en las cercanías de la playa, los **estanys** se formaron en los lechos de antiguos brazos del río *Fluviá*... -dos horas-

Excursión en un **barco cubierto** desde *Roses* a *Cadaqués*, navegando a poca distancia de la costa; se observará desde el mar el puerto pesquero, el faro de Roses, el castillo de la Trinidad, playas y calas del Parque Natural de Creus, hasta entrar en el **golfo de Cadaqués**; se atracará en el puerto durante una hora/ hora y cuarto; -tres horas, sólo travesía-

Miércoles

Itinerario de **interpretación** a pie, desde el **faro** de **Cap de Creus**, observando las transformaciones de las rocas por la erosión; aproximación a las calas *Culip*, *Culleró* y *Claraguera* -donde se rodó la película "El faro del fin del mundo"-, hasta llegar al paraje de Tudela, muy conocido tras la demolición de más de *cuatrocientos* apartamentos de la urbanización *Club Mediterranée* y recuperada su superficie en un 95%; la acción de los vientos y de la salinidad del mar, han generado y tallado **siluetas** curiosas en un proceso de erosión muy singular -dos horas-

Recorrido a pie por uno de los **caminos de Ronda**: el que lleva de *Cadaqués* a *Port Lligat*, con dos posibilidades: una es por un tramo empedrado más corto, aunque los más andarines podrán regresar por una senda alternativa que bordea un pequeño cabo... -ida y vuelta, hora y media aprox-

Desde Roses, excursión combinada en **vehículo** y **a pie** para acceder a dos de los lugares más paradigmáticos de la península de Creus; el **cabo Norfeu**, zona de protección integral terrestre y marina por la gran riqueza natural del paraje, al que se accede por el camino de Ronda que llega a la cala *Joncols*; sus roquedos están llenos de cuevas naturales -como les *Coves Encantats*- y de islotes -como les *Fadrins Encatats*-, siendo uno de los lugares más bellos de toda la costa catalana; *itinerario: circular; -hora y media-*.

Visita al patrimonio **megalítico** cercano a **Roses** con una antigüedad entre 2.700 y 3.500 años, integrado por dólmenes, menhires y cistas; algunos de estos monumentos durante mucho tiempo, fueron convertidos en barracas de viñas o refugio de pastores *-entre hora y media y dos horas-*.

Jueves

En el Parque natural de la Zona Volcánica de **La Garrotxa**, **senderismo** e interpretación por uno de sus itinerarios más representativos; se atravesará la **Fageda d'en Jordà**, y los volcanes de **Santa Margarida** y del **Croscat** *-de acceso regulado-* que son dos de los cuarenta volcanes que constituyen el mejor paisaje volcánico de la península ibérica; el bosque de hayas es excepcional porque crece en un terreno prácticamente llano y de baja altitud, sobre la colada de lava del volcán del Croscat, una zona muy húmeda, cuyo suelo mantiene un eficaz drenaje, creando un ecosistema único... *-cuatro horas-*

Visita a una **granja** cooperativa que produce un **yogur natural**, con leche de las propias vacas frisonas de la finca; se mostrará como comen, como se limpian, como se las ordeña... hasta el **proceso** de elaboración y transformación de la leche en yogur y postres; se terminará con una **degustación** de sus productos... *-una hora-*

Visita guiada a la baronía de **Santa Pau**; su Vila Vella conserva un interesantísimo recinto de unas características medievales muy marcadas; la plaza Mayor o Firal dels Bous, rodeada de pórticos con arcos desiguales; el castillo construido entre los siglos XIII y XIV, la iglesia, el Portal del Mar... *-una hora-*

Viernes

Desde el puerto de **L'Escala**, excursión en **catamarán** cubierto, con visión submarina, a las **islas Medes**, en las que se observará a través de unas grandes ventanas sumergidas, flora y fauna junto a los roquedos; será necesario recorrer toda la costa del Parque Natural del *Montgrí*; se verán los enormes acantilados calcáreos y todos los recovecos que integra; la *Cala Montgó* que por su forma redondeada puede tratarse de una pequeña dolina hundida y ensanchada por la acción del oleaje; se conocerá el túnel natural de la *Foradada*, por el que el barco aproximará la proa; la Cala Pedrosa, donde existe una pequeña isla...; la embarcación rodeará todo el archipiélago de los islotes *-dos horas y media-*.

Visita guiada a dos poblaciones excelentemente conservadas y **amuralladas**, que son la referencia del gótico civil de *Catalunya* entre los siglos XIII al XV; en el interior de ambos recintos hay caserones fortificados, arcos apuntados, soportales, recovecos, torres, escudos nobiliarios y todo un

entramado urbano que se conserva excelentemente restaurado; **Pals** está edificado sobre una roca o Pedró; uniendo los lienzos de muralla hay cuatro torres cuadrangulares...; **Peratallada**, a pocos kilómetros de Pals, conserva íntegramente su muralla, a cuyos pies hay un foso excavado en la roca de nueve metros de profundidad, por el que le viene el nombre...-tres horas entre ambas poblaciones-

Sábado

Visita a la **bodega** "Celler Espelt" de la denominación de origen *Empordá-Costa Brava*; se verán los viñedos, el proceso de elaboración, las salas de barricas... y finalizará con la **cata** comentada de siete de sus vinos... -hora y cuarto-

Paseo en **pequeñas embarcaciones** por los dos **canales** principales de Empuriabrava que unen todo el entramado de canales secundarios, propulsadas por paneles solares, y que son conducidas por los propios participantes; el personal de la empresa proporcionarán las nociones básicas y normas de seguridad para que la navegación resulte correcta... -una hora-

el alojamiento

Aparthotel (*)** en **Ampuriabrava**. ; con pensión completa desde la cena del domingo a la comida del sábado; total: seis pensiones completas

el precio

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

Temporada Baja	-Junio y Septiembre-	490 €
Temporada Media	-Julio y del 19 de Agosto al 1 de Septiembre-	582 €
Temporada Alta	-del 29 de Julio al 18 de Agosto-	625 €

Consultar suplementos en individual y noche extra

Suplemento habitación **individual** (por noche) **17 €**

Reducción de la tercera cama (del precio total)

-69 €-baja- -95 €-media- -110 €-alta-

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.

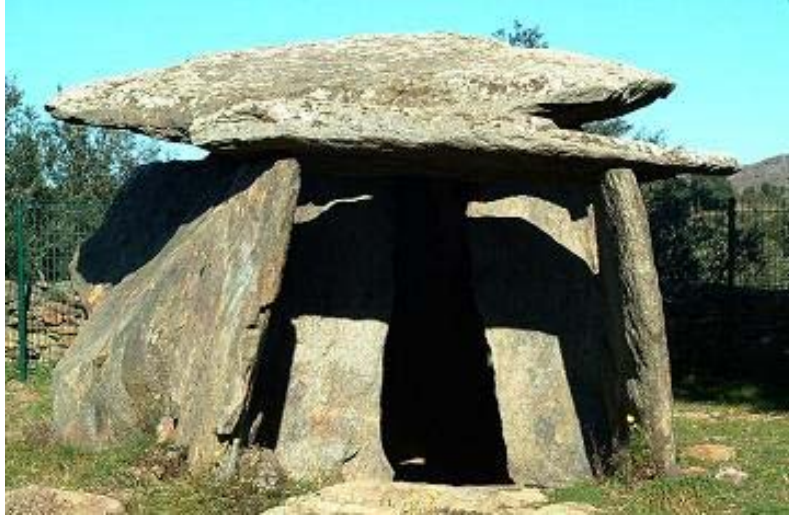
(*) El traslado al punto de salida de las actividades es igualmente por medios propios o compartidos

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 y de abrigo o sudadera, botas de montaña, chubasquero; ropa de recambio, alguna prenda impermeable para evitar

mojarse por rociones de las propias palas, y deportivas usadas -o calzado náutico- para las actividades de kayak; muy útiles: prismáticos.

Itinerario: desde Madrid, N-II hasta cruce con la A-7 dirección Girona-La Jonquera; salida Figueres-Castelló d'Empuries; de la C-260 desvío a Ampuriabrava;



Santa Alicia, 19 28053 Madrid
E-mail: info@genteviajera.com

Tfno. 914780111/ 685800086 whatsapp
<http://www.genteviajera.com>

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