

Senderisme per l'Alt Empordà

empordaturisme.com

Senderismo por el Alt Empordà
Randonnée pédestre en Alt Empordà
Hiking Trails in Alt Empordà



- GR
 - CAMI DE SANT JAUME
 - PIRINEUS
 - CAMI NATURAL DE LA MUGA
 - RUTA DELS ESTANYS
 - CAMINS DE RONDA
- 1 Platja Gran de Portbou - platja de Colera
 - 2 Port de Colera - cala de Port Joan
 - 3 Platja de Garbet - platja del port de Llaçanà
 - 4 Platja de la Farella - platja del Port de la Selva
 - 5 Cala Tamaritja - cala Fornells
 - 6 Platja Gran de Portlligat - far del Cap de Creus
 - 7 Platja de Cadaqués - far de Cala Navas
 - 8 Cala Hincols - cala Calitjús
 - 9 Cala Montjoi - punta de l'Almadrava
 - 10 Platja de l'Almadrava - far de Roses
 - 11 St. Martí d'Empúries - la Platja de l'Escala
 - 12 Platja de Riells - cala de l'illa Matassa
 - 13 Marxa dels Dolmens
 - 14 Marxa dels Dolmens
 - 15 Marxa dels Dolmens
 - 16 Marxa dels Dolmens

- 1 Itinerari de St. Pere de Rodès a la Vall de Sta. Creu
- 2 Itinerari pels dominis de St. Pere de Rodès
- 3 La ruta dels Dolmens
- 4 Itinerari de Rosès
- 5 Itinerari de Portbou a Queralq
- 6 Paisatges Dalinians
- 7 Itinerari del Castell de St. Ferran de Figueras
- 8 Itinerari circular de Perallada a Cabanes
- 9 Itinerari circular pel marge dret del riu Fluvia
- 10 Itinerari de l'Escala a Cinc Claus
- 11 Itinerari El Port de la Selva - Costa de l'oratori
- 12 Itinerari al voltant de la reserva integral de Les Llacunes
- 13 Itinerari megalític de Capmany
- 14 Ruta dels Aspres i l'Albera
- 15 Marxa dels Dolmens
- 16 Marxa dels Dolmens

REFUGI
Refugio / Refugio en montaña / Shelter

INFORMACIÓ
Información / Information

AVE
TGV / High-Speed Train

ESTACIÓ AVE
Estación AVE / Gare TGV / High-Speed Train Station

TREN
Tren / Train / Railway

ESTACIÓ DE TREN
Estación de tren / Gare Ferroviaria / Train Station

CIM
Pic / Summit / Peak

PICS EMBLEMÀTICS
Pics emblemàtics / Pics emblemáticos / Emblematic peaks

AUTOPISTA - AUTOWIA
Autopista - Autovía / Autoroute - Quatre viues / Motorway - Highway

CARRETERA PRINCIPAL
Carretera principal / Route nationale / Main road

CARRETERA LOCAL
Carretera local / Route departamental / Local road

RIUS
Rios / Rivieres / Rivers

● fàcil / fácil / bas / low ■ mitjà / medio / moyenne / medium ● h / alt / hoch / high

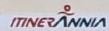
L'Alt Empordà est une région qui, en un seul jour, nous permet de passer de la montagne, des bois et des pâturages à la mer, aux plages et chemins de ronde côtiers. Cette caractéristique en fait un lieu exceptionnel pour y pratiquer la randonnée tout en bénéficiant d'un important patrimoine historique et naturel. L'anneau escarpé, aux altitudes modestes, que forment le massif des Salines, avec le sommet le plus haut de la région, baptisé Roc del Comptador et culminant à 1.451 m, le massif des Albères (Parc Naturel d'Intérêt National des Albères) et le cap de Creus (Parc Naturel du Cap de Creus), à l'extrémité la plus orientale de la chaîne des Pyrénées, se jette précipitamment dans la mer en un paysage rocaillieux et sauvage, façonné par la tramontana. Ce paysage devient ensuite beaucoup plus doux, avec des collines et des sentiers moins accidentés, d'où l'on aperçoit les clochers qui surgissent des petits villages. Finalement, cette bande de territoire fait place à la grande plaine qui s'étend face à la mer, abritant ce grand espace protégé que se trouve entre les rivières Muga et Fluvià: le Parc Naturel des Aiguamolls (marais) de l'Empordà.

The Alt Empordà is a territory that allows us in a single day to go from the mountains, the woods and the pastures to the sea, the beaches and the shore walks. This characteristic makes it an exceptional area for hiking while admiring an important historical and natural heritage: the abrupt ring of modest height formed by the massif of Les Salines, with the highest peak of the district, the Roc del Comptador (1.451 m), the Albera range (a Natural Area of National Interest), and the Cap de Creus headland (Cap de Creus Nature Park) at the easternmost point of the Pyrenees, which plunges into the sea between rugged rocks carved out by the Tramuntana wind. From here on, the landscape is much gentler, with less pronounced hills and paths, from which we can see church towers overlooking many small villages. Finally, this fringe of territory gives way to the broad plain that opens out to the sea, with the important protected area lying between the Muga and Fluvià rivers: the Empordà Marshes Nature Park.



L'Alt Empordà és un territori que ens permet, en un sol dia, anar de la muntanya, el bosc i les pastures, fins al mar, les platges i els camins de ronda. Aquesta característica el converteix en un lloc excepcional per a la pràctica del senderisme mentre es gaudeix d'un important patrimoni històric i natural. L'anella abrupta d'alçades modestes conformada pel massís de les Salines, amb el pic més alt de la comarca, el roc del Comptador 1.451m, la serra de l'Albera (Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera), i el cap de Creus (Parc Natural de Cap de Creus), a l'extrem més oriental de la serralada dels Pirineus, acaba precipitadament sobre el mar entre roques feréstegues, desdibujades per la tramuntana. Després el paisatge és molt més suau, amb turons i senders menys accidentats, des d'on podem albirar els campanars que sobresurten dels petits pobles. Finalment, aquesta franja de territori dona pas a la gran plana que s'obre davant el mar, amb l'important espai protegit que hi ha entre la Muga i el Fluvià: el Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà.

El Alt Empordà es una comarca que, en un solo día permite hacer un recorrido desde la montaña, el bosque y las zonas de pastoreo hasta el mar, las playas y los caminos de ronda. Esta característica la convierte en un destino excepcional para la práctica de las actividades de senderismo mientras se disfruta de un importante patrimonio natural e histórico. Las montañas de altitudes medianas del macizo de las Salines con el pico más alto de la comarca, el roc del Comptador (1.451 m); la sierra de la Albera que constituye el Paraje Natural de Interés Nacional de l'Albera, y el Cap de Creus, a su vez protegido también en la figura del Parque Natural de Cap de Creus, está situado en el extremo más oriental de la cordillera pirenaica y acaba casi de golpe sobre el mar abriéndose paso entre rocas indómitas y definidas por la tramontana, el viento del norte que sopla con fuerza en el Alt Empordà. Después, el paisaje se transforma y la suavidad se abre paso entre colinas y senderos, que dibujan un ambiente más relajado, desde donde se perciben los campanarios que sobresalen de los pueblos pequeños. Finalmente, esta franja de territorio da lugar a la gran llanura que se abre delante del mar, con el importante espacio natural protegido que se encuentra entre los ríos Muga y Fluvià: el Parque Natural de Els Aiguamolls de l'Empordà.



ITINERÀNNIA, XARXA DE SENDERS - SEÑALIZACIÓN

Itinerànnia: 2.500 quilòmetres entre les comarques del Ripollès, la Garrotxa i l'Alt Empordà que recuperen camins històrics entre els pobles, del Pirineu de Girona a la Costa Brava. Una xarxa de senders és com un mapa de carreteres, però pedestre, que permet anar de qualsevol punt a qualsevol altre. Pots crear la ruta a la teva mida o fer rutes que et proposam.

La xarxa de senders té tres tipus de senyalització: Senyalització horitzontal (pintada en el camí) de color groc.

Senyalització vertical (banderines) es troba en encrocaments de camins de la xarxa de senders. Amb la punta vermella marquen la xarxa bàsica que uneix els pobles (4 primeres poblacions a menys de 6 hores), amb la punta verda són itineraris temàtics que salten de la red bàsica com itineraris a llocs d'interès.

Cartelleres informatives: En totes les poblacions amb el mapa de la comarca i tots els senders marcats.

ITINERÀNNIA, RED DE SENDERS - SEÑALIZACIÓN

Itinerànnia: 2500 kilómetros de senderos entre las comarcas del Ripollès, la Garrotxa y el Alt Empordà, que recuperan los caminos históricos que unían los pueblos del Pirineo de Girona a la Costa Brava. Una red de senderos, es como un mapa de carreteras, pero pedestre, que permite ir de cualquier punto a cualquier otro. Puedes crear tu propia ruta o hacer la ruta que te proponemos.

La red de senderos tiene tres tipos de señalización: Señalización horizontal (pintada en el camino) de color amarillo.

Señalización vertical (banderitas) se encuentra en los cruces de caminos. Con punta roja marcan la red básica que une los pueblos (4 poblaciones más cercanas a menos de 6 horas), con la punta verde son itinerarios temáticos que salen de la red básica como itinerarios a lugares de interés.

Cartelera informativa: En todas las poblaciones, con el mapa de la comarca y todos los senderos marcados.

RÉSEAU DE RANDONNÉES ITINERÀNNIA - LA SIGNALISATION

Itinerànnia: 2.500 kilomètres à travers les régions du Ripollès, de la Garrotxa et de l'Alt Empordà, qui permettent de redécouvrir les anciennes voies de communication dans les Pyrénées de la province de Gérone et sur la Costa Brava. Un réseau de sentiers est un peu comme un mappe routière pedestre permettant de se rendre de n'importe quel point à n'importe quel autre.

Tous les sentiers qui constituent le réseau Itinerànnia sont individuels par une signalisation horizontale (peinte sur le chemin) de couleur jaune.

La signalisation verticale se trouve à la croisée des chemins. Les pancartes du réseau de base ont la pointe rouge et indiquent les 4 villages les plus proches (temps maximum 6 heures). Les pancartes à la pointe verte indiquent des itinéraires thématiques et mènent à des lieux d'intérêt hors du réseau de base.

Vous trouverez des panneaux informatifs avec la carte ou des réseaux de sentiers de la région dans chacun des villages.

ITINERÀNNIA, TRAILS NETWORK - THE SIGNS

Itinerànnia: 2500 kilometres of trails between the regions of the Ripollès, Garrotxa and Alt Empordà, which recover the historical paths between the villages of the Girona Pyrenees and the Costa Brava. A network of hiking trails is like a road map, but covered on foot, allowing the hiker to go from one point to another.

You can design your own route or follow one of our proposals. Yellow horizontal signs painted on the path.

Vertical signs located at crossroads. With a red dot, they mark the basic network that connects the villages (the 4 nearest, less than 6 hours away). With a green tip, they mark the thematic itineraries that leave the basic network as routes to places of interest.

You will find information boards in all the towns and villages, with a map of the district and all the marked trails.

ITINERÀNNIA
XARXA DE SENDERS
SENyalització horitzontal (pintada en el camí) de color groc.

SENDERISMO POR EL ALT EMPORDÀ
RANDONNÉE PÉDESTRE EN ALT EMPORDÀ
HIKING TRAILS IN ALT EMPORDÀ

emportaturisme.com

marca de seguiment / marca de seguimiento / marche à suivre / mark to follow

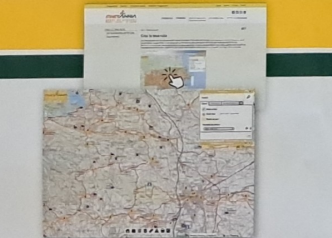
camí erroni / camino erróneo / mauvais chemin / wrong path

girar a dreta o esquerra / girar a derecha o izquierda / tourner à droite ou à gauche / turn right or left



CREA LA TEVA RUTA / CREA TU PROPIA RUTA / CRÉEZ VOTRE ITINÉRAIRE / DESIGN YOUR ROUTE

Itinerànnia.net
Crea la teva ruta: quilòmetres, temps de recorregut, perfil de la ruta, baixat o el track i compartit-lo.
Rutes a tu mesura: quilòmetres, temps de recorregut, perfil de la ruta, bajate el track i compartilo.
Créez votre itinéraire: longueur, temps et relief, téléchargez le track et partagez-le.
Design your route: length, time, relief, and download and share the route.

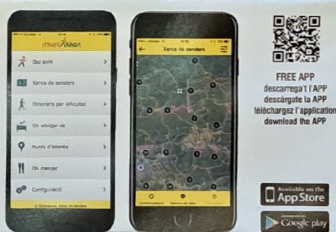


A partir de la geolocalització, el visitant podrà consultar la xarxa de senders, els itineraris i els serveis turístics més propers al lloc on es troba ubicat.

A partir de la geolocalització, el visitant podrà consultar la red de senders, los itinerarios y los servicios turísticos más cercanos al lugar donde se encuentra ubicado.

Grâce à la géolocalisation, les visiteurs peuvent voir le réseau de sentiers, de routes et de services touristiques proches de l'endroit où ils se trouvent.

Based on geo-ocation, visitors can see the network of trails, routes and tourist services nearest to where they are.



FREE APP
descarrega l'APP
descarga la APP
téléchargez l'application
download the APP

available on the
App Store

GET IT ON
Google play

Comunicar incidències / Comunicar incidencias / Signaler les incidents / Report incidents: info@itinerannia.net

Oficines de Turisme / Oficinas de Turismo / Offices de Tourisme / Tourist Office +info: 972 51 44 31; emportaturisme.com / itinerannia.net

Cadaqués 972 25 83 15
visita@cadaques.org

La Jonquera 972 55 57 13
lajonquera.cat

Portbou 972 12 51 61
portbou.cat

Parc Natural Aiguamolls de l'Empordà
El Cortalet - Castelló d'Empúries
972 45 42 22

Castelló d'Empúries - Empuriabrava
972 15 52 33 (centre històric)
972 45 06 02 (Empuriabrava)
castelloempuriabrava.com

L'Escala 972 77 06 03
visita@lescala.com

Roses 972 25 73 31
visita@roses.cat

Parc Natural de Cap de Creus
Palau de l'Abad, El Port de la Selva
972 19 31 31

El Port de la Selva 972 38 71 22
elportdelselva.cat

Maçanet de Cabrenys 972 54 42 97
maçanetdecabrenys.cat

Vilabertran 972 50 59 02
vilabertran.cat

Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera
Rectora Vella - Espolla 972 54 50 79;
Can Laporta - La Jonquera 972 55 52 58

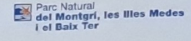
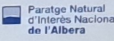
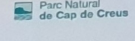
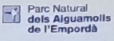
Figueras 972 50 31 55
visita@figueras.cat

Peralada 972 53 88 40
visita@peralada.cat

ALTRES PROPOSTES DE SENDERISME A L'ALT EMPORDÀ
otras propuestas de senderismo en el Alt Empordà / autres propositions de randonnée en Alt Empordà / other hiking proposals in Alt Empordà

Parcs Naturals de l'Alt Empordà
parcsnaturals.gencat.cat

Itineraris pel / Itinerarios en el / Itinéraires pédestres au / Walking routes in the



Rutes de Llança
vistillanca.cat

10 rutes / rutas / itinéraires / routes
Senyalització / señalización / signalisation / signs: itinerànnia

Ruta dels Estanys
castelloempuniabrava.com

Aiguamolls de l'Empordà - Castelló d'Empúries / 38 km.
Senyalització / señalización / signalisation / signs

Rutes de Roses
vistillanca.cat

2 rutes / rutas / itinéraires / routes
www.naturatocal.net/municipi/itineraris/roset/122#ruta

Rutes de l'Escala
vistillescala.com

5 rutes / rutas / itinéraires / routes
Senyalització / señalización / signalisation / signs

Consorci Salines Bassegoda
ca.salines-bassegoda.org

24 rutes / rutas / itinéraires / routes

Camins de Ronda / Caminos de Ronda / Chemins de ronde / Coastal paths
empordaturisme.com

12 rutes / rutas / itinéraires / routes
Senyalització / señalización / signalisation / signs: itinerànnia

Camí Natural de la Muga / Camino Natural de la Muga / Sentier Naturel de la Muga / La Muga Nature Trail
empordaturisme.com

Empuriabrava - Sant Llorenç de la Muga / 40km
Senyalització / señalización / signalisation / signs: itinerànnia

Traveses per etapes / Travésias por etapas / Randonées par étapes / Hiking routes by stages

Ruta dels 4 refugis de Tramuntana / Ruta de los 4 refugios de Tramontana / Route des 4 Refuges de Tramontane / The 4 Tramuntana Shelters Route
cae.cat

Roses - Albanyà
121,02 km ⚡ 5.379m ⚡ 6.204m

Senders de Gran Recorregut
senders.feecc.cat

GR1 / GR2 / GR 11 / GR 92
Camí de Sant Jaume / Camino de Sant Jaume / Chemin de Saint Jacques de Compostelle / St. James Trail
camidesantjaume.cat

Pirinexus
pirinexus.cat
353 Km.

No us podeu perdre... els 12 pics imprescindibles de l'Alt Empordà!
No os podéis perder... los 12 picos imprescindibles del Alt Empordà!
Vous ne pouvez pas manquer... les 12 sommets essentiels de l'Alt Empordà!
You can't miss... the 12 essential peaks of Alt Empordà!

- Pic de l'Àiga (462m)
- Sant Salvador Saverdera (662m)
- Puig Esquers (606m)
- Querroig (637m)
- Pic de Sallafort (980m)
- Puig Neulós (1.125m)
- El Mont (1.125m)
- El Moixer (1.444m)
- Mare de Déu del Fau (957m)
- Puig de Bassegoda (1.373m)
- Santa Magdalena (506m)
- Puig Segalar (177m)

