



El Baix Empordà és una destinació familiar que ofereix un ampli ventall de propostes i activitats per gaudir en família o perquè els més petits puguin descobrir el nostre territori. Apreciar la natura, reviure la història, aprendre la nostra gastronomia i comprendre el passat i present de la nostra comarca són algunes de les experiències que trobareu aquí i que poden realitzar-se durant tot l'any.

Aquest material inclou espais naturals, espais culturals, espais gastronòmics i també espais per practicar activitats de turisme actiu per mitjà de senders, camins, itineraris i trams de via verda o de la xarxa de cicloturisme del Baix Empordà.

Le Baix Empordà est une destination familiale qui offre un large éventail de propositions et d'activités à réaliser en famille ou pour que les plus petits puissent découvrir notre territoire. Apprécier la nature, revivre l'histoire, apprendre à connaître notre gastronomie et comprendre le passé et le présent de notre région sont quelques-unes des expériences que vous aurez l'occasion de vivre ici et que vous pourrez réaliser toute l'année.

Ce matériel comprend des espaces naturels, espaces culturels, espaces gastronomiques et aussi des espaces pour la pratique d'activités de tourisme actif à travers les sentiers, chemins, itinéraires et trams de voie verte ou le réseau de cyclotourisme du Baix Empordà.

- Espais Naturals | Espaces Naturels
- Espais Culturals | Espaces Culturels
- Espais Gastronòmics | Espaces Gastronomiques
- Espai Actiu | Espace Actif

1 Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter Parc Naturel du Montgrí, des îles Medes et du Baix Ter

El parc és ple de propostes per descobrir en família, com una excursió per les Illes Medes o una ruta pels arrassars. Aconseguiu el plànol amb tots els itineraris o visiteu el Centre d'interpretació del Parc Natural que es troba al Museu de la Mediterrània.



Oficina de Turisme de Montgrí - l'Estartit
Tel. 972 75 01 91
www.visitestartit.com

Le parc offre un tas de propositions à découvrir en famille, telles qu'une randonnée dans les îles Medes ou un circuit à travers les rizères. Procurez-vous le plan de tous les itinéraires ou visitez le Centre d'interprétation du Parc naturel qui se trouve au musée de la Méditerranée.

2 Paratge de Castell (Espai d'interès natural Castell – Cap Roig) (Espace d'intérêt naturel Castell-Cap Roig)

Un dels darrers espais verges de la Costa Brava i una platja de somni, en plena natura. Pugeu fins al poblat ibèric o sorpreneu-vos amb la roca de la Foradada. També podeu endinsar-vos al bosc i trobar l'original i també amagada "barraca d'en Dalí".



Oficina de Turisme de Palamós
Tel. 972 60 05 50
www.visitpalamos.cat

Un des derniers espaces vierges de la Costa Brava et une plage de rêve, en pleine nature. Vous pouvez monter jusqu'au village ibère ou vous laissez surprendre par le rocher de la Foradada. Vous pouvez également pénétrer dans la forêt pour y découvrir l'originale baracca d'en Dalí qui s'y cache.

3 Molí de'n Frigola (Zona d'interès etnològic Gavarres) (Zone d'intérêt ethnologique Gavarres)

Aquest antic molí de farina es troba ubicat al curs del Daró, a les portes des Gavarres i en un agradable paratge. Podeu esbrinar com és i per a què servia. Una manera d'arribar-hi és a peu seguint el PR-100 des de l'entrada de Cruïlles en direcció Santa Pellaia (1h).



Consorci de les Gavarres
Tel. 972 64 36 95
www.gavarres.cat

Cet ancien moulin à farine est situé sur le cours fluvial du Daró, aux portes des Gavarres et dans un site agréable. Vous pouvez découvrir quel aspect il a et à quoi il servait. Pour vous y rendre, vous pouvez y aller à pied en suivant le PR-100 à partir de l'entrée de Cruïlles en direction de Pellaia (1 h).

4 Fitor (Gavarres)

Al bell mig de les Gavarres, hi trobareu un indret màgic, ideal per anar-hi en família. Presidit per l'església de Santa Coloma de Fitor, és recomanable voltar per aquest paratge i trobar el Dolmen del Llobinar. Hi ha també un ampli espai per descansar tots plegats.



Consorci de les Gavarres
Tel. 972 64 36 95
www.gavarres.cat

En plein cœur des Gavarres, vous trouverez un endroit magique, idéal pour s'y rendre en famille. Dominé par l'église de Santa Coloma de Fitor, il est recommandé de visiter les environs et d'aller jusqu'au dolmen du Llobinar. Il existe aussi un grand espace pour se reposer tous ensemble.

5 Pous del Glaç (Zona d'interès etnològic Gavarres) Puits de glace (Zone d'intérêt ethnologique Gavarres)

Molt a prop de la Bisbal d'Empordà podeu arribar al nucli de Sant Pol, des d'on seguint el GR-92.1 direcció la Bisbal us endinsareu en un corral que us portarà als pous de glaç. Per a què servien? No patiu perquè hi trobareu informació d'aquest espai tan singular.



Oficina de Turisme de la Bisbal d'Empordà
Tel. 972 64 55 00
www.visitabisbal.cat

Tout près de la Bisbal d'Empordà, vous arriverez dans le village de Sant Pol. À partir de là, en suivant le GR-92.1, en direction de La Bisbal, vous emprunterez un sentier qui vous conduira jusqu'aux puits de glace. À quoi servaient-ils ? Ne vous inquiétez pas, vous trouverez des informations de cet espace si singulier.

6 Cova d'en Daina (Gavarres)

Romanyà és un petit nucli. Fou lloc d'inspiració i de residència de l'escriptor Mercè Rodoreda. Us proposem una passejada per descobrir aquest poble on trobareu la Cova d'en Daina, dolmen de grans dimensions. A veure si us hi podeu amagar!



Oficina de Turisme de Sta. Cristina d'Aro
Tel. 972 63 70 10
www.santacristina.net/turisme

Romanyà est un petit village. Il fut le lieu d'inspiration et de résidence de l'écrivaine Mercè Rodoreda. Nous vous proposons une promenade pour découvrir ce village où se trouve la Cova d'en Daina, dolmen aux grandes dimensions. Voyons si vous pouvez vous y cacher !

7 Castell - palau de la Bisbal d'Empordà

Aquest edifici és ple d'història i descobrir-lo és tota una aventura. Us atreviu a visitar-lo? Un personatge virtual us espera i us sorprendrà durant tot el recorregut. El castell té molts secrets amagats!



Oficina de Turisme de la Bisbal d'Empordà
Tel. 972 64 55 00
www.visitabisbal.cat

Ce château-palais regorge d'histoire et le découvrir est une véritable aventure. Osez-vous le visiter ? Un personnage virtuel vous y attend et vous surprendra pendant tout le parcours. Le château recèle de secrets cachés !

8 Poblat ibèric d'Ullastret Village ibère d'Ullastret

Reviure el passat és una experiència que podeu gaudir en aquest jaciment ibèric, el més gran de Catalunya. Podeu reservar una visita guiada amb l'Indiketa, que us ensenyarà com era la vida fa molts i molts segles. Demaneu també pels tallers d'arqueologia en família!



Museu d'Arqueologia de Catalunya-Ullastret
Tel. 972 17 90 58
www.mac.cat/Seus/Ullastret

Voyager dans le passé est une expérience que vous pouvez vivre dans ce site archéologique ibère, le plus grand de Catalogne. Vous pouvez réserver une visite guidée avec Indiketa, un personnage qui vous enseignera comment était la vie de nombreux siècles en arrière. Renseignez-vous aussi sur les ateliers d'archéologie en famille !

9 Museu de la Pesca de Palamós Musée de la Pêche

Aquest equipament, únic a la Mediterrània, us ofereix la millor experiència en família per comprendre el món de la pesca. Junts podeu visitar una barca de pesca, participar en diferents tallers, i als més petits us espera un joc molt divertit, el "Gall i cap".



Museu de la Pesca
Tel. 972 60 04 24
www.museudelapesca.org

Ce musée, unique en Méditerranée, vous offre la meilleure expérience en famille pour comprendre l'univers de la pêche. Ensemble, vous pourrez visiter un bateau de pêche, participer à plusieurs ateliers, et pour les plus petits, un jeu très amusant les attend, le Gall i cap.

10 Museu del Suro de Palafrugell Musée du Liège

El suro ha estat un element molt important per a la comarca. Un viatge per la seva història us permetrà conèixer l'origen, l'ús i moltes curiositats d'aquest element. Us atreviu a fer un tap de suro? Descobriu tots els tallers familiars que us esperen.



Museu del Suro
Tel. 972 30 78 25
www.museudelsuro.cat

Le liège a été un élément très important dans la région. Ce musée vous offre la possibilité de faire un voyage à travers son histoire pour découvrir l'origine, l'usage et bien d'autres curiosités de cet élément. Osez-vous faire un bouchon de liège ? Découvrez tous les ateliers familiaux qui vous attendent.

11 Museu de la Mediterrània de Torroella de Montgrí Musée de la Méditerranée

Escolteu, toqueu, tasteu la Mediterrània en un espai pensat per a tota la família on us trobareu acompanyats de la música com a fil conductor d'una experiència genuïna i enriquidora. Grans i petits descobrireu junts els lligams naturals i culturals que tenim amb la Mediterrània!



Museu de la Mediterrània
Tel. 972 75 51 80
www.museudelamediterrania.cat

Écoutez, touchez, goûtez la Méditerranée dans un espace conçu pour toute la famille où vous serez accompagnés par la musique en tant que fil conducteur d'une expérience authentique et enrichissante. Grands et petits, vous découvrirez ensemble les liens naturels et culturels que nous avons avec la Méditerranée !

12 Aula Gastronòmica de l'Empordà de Vall-Llòbrega

Un espai d'aprenentatge gastronòmic amb molts anys d'experiència, on els més petits poden trobar multitud d'activitats i de tallers per convertir-se en autèntics xefs. Plats tradicionals i receptes casolanes per a cada festivitat i temporada.



Aula Gastronòmica de l'Empordà
Tel. 972 60 00 69
www.grupoastabracentre.com/aulacua

Un espace d'apprentissage gastronomique avec de nombreuses années d'expérience, où les plus petits peuvent trouver une foule d'activités et d'ateliers pour devenir de véritables chefs. Plats traditionnels et recettes maison pour chaque fête et chaque saison.

13 Espai del Peix de Palamós L'Espace du Poisson

La pesca no s'acaba al moll. Coneixeu el recorregut del peix fins que arriba al plat. Visita a la subhasta del peix, tallers, "showcookings" o degustacions són algunes de les activitats que us proposa aquest espai innovador. I, sempre, amb el peix fresc desembarcat al port de Palamós!



Espai del Peix
Tel. 972 60 04 24
www.espaipeix.org

La pêche ne finit pas sur le quai. Vous connaîtrez le parcours du poisson jusqu'à ce qu'il finisse dans l'assiette. Visiter la halle des marées, les ateliers, les shows cookings ou les dégustations sont quelques-unes des activités que vous propose cet espace innovant. Et toujours avec le poisson frais débarqué dans le port de Palamós !

14 Punt d'acolliment del Centre BTT de Castell d'Aro Point d'accueil du Centre BTT

El Punt d'acolliment del Centre BTT està ubicat a l'antiga estació del tren, al costat de la via verda. Ofereix instal·lacions, lloguer de bicicletes i tot tipus d'informació de rutes perquè els més petits s'iniciïn en la bicicleta tot terreny (BTT) a la nostra comarca!



Punt d'acolliment Centre BTT
Tel. 972 82 51 51
info@sportivament.com

Le point d'accueil du Centre BTT est situé dans l'ancienne gare ferroviaire, à côté de la voie verte. Il offre des installations, une location de vélos et toutes sortes d'informations sur les circuits pour que les plus petits puissent s'initier au vélo tout-terrain (VTT) dans notre région !

Geocerca Geocaching

Troba el tresor!

El Baix Empordà és ple de tresors amagats. Amb l'ajuda d'un aparell GPS o d'un mòbil podeu gaudir d'aquesta experiència molt divertida i en plena natura.

Découvrez le trésor !

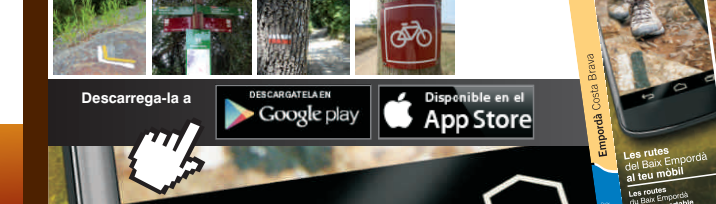
Le Baix Empordà regorge de trésors cachés. Avec l'aide d'un GPS ou d'un portable, vous pourrez vivre cette expérience très amusante et en pleine nature.

www.visitemporda.com

Descarrega el catàleg d'activitats a www.visitemporda.com



Les rutes del Baix Empordà al teu mòbil



A - Caiac pel riu Ter

Colomers
Tel. 662 159 469
info@kayakdelter.com
www.kayakdelter.com

B - Bicicletes a la zona dels pobles medievals

DESCOBREIX EL BAIX EMPORDÀ AMB BICI ELÈCTRICA!!
DESCUBRE EL BAIX EMPORDÀ CON BICI ELÈCTRICA!!
DISCOVER BAIX EMPORDÀ WITH ELECTRIC BIKE!!
Horari: 9:30h a 19:30h

De la plaça, 3. 17133 Parlavà (Girona)
T. 661910101

www.ruralbikemporda.com
info@ruralbikemporda.com

C - Bicicletes a la zona Vall d'Aro - Via Verda

Av. del Carrilet, s/n (antiga estació de tren)
17249 Castell d'Aro
Tel. 972 82 51 51
info@sportivament.com

D - Bicicletes a la zona de Palafrugell i Mont-Ras - Via verda

Av. Catalunya, 22
17253 Mont-Ras
Tel. 972 30 59 84 / 639 51 22 26
bikemont-ras@gmail.com
www.bikemont-ras.com

