

Edició | Edition: Consell Comarcal del Baix Empordà
 Diseno | Design: d i cart comarcals creativa
 Fotografia | Photography: Consell Comarcal del Baix Empordà
 Espais y Monument de Montgrí de Montgrí
 Depósito legal | Legal deposit: GI 300-2023
 Consell Comarcal del Baix Empordà
 Plaça de l'Empordà, 2
 17100 La Bisbal d'Empordà
 Tel. (+34) 972 64 23 10
 @baixemporda
 www.baixemporda.cat

CONSELL COMARCAL DEL BAIX EMPORDÀ
 www.visitpalamos.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 60 05 50

PALAMOS
 www.visitpalamos.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 60 05 50

VERGES
 www.visitverges.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 78 09 74

LA PERA
 www.visitlapera.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 75 51 80

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10

LA BISBAL D'EMPORDÀ
 www.visitla Bisbal.cat
 ofid@baixemporda.cat
 Tel. (+34) 972 64 23 10



SENDERISMO EN EL BAIX EMPORDÀ

Recorrer el Baix Empordà a pie es una de las formas más agradables de descubrir la comarca, de disfrutar mejor del paisaje y de estar en contacto con la naturaleza. Senderos cerca del mar, senderos que se adentran hacia las zonas boscosas de las Gavarres o travesían la llanura de l'Empordanet o suben hasta alcanzar cimas generosas como el Montgrí o el Puig d'Arques.

El Baix Empordà dispone de una red de senderos de más de 450 km señalizados según la normativa internacional y también la oficial por la Federación de Entidades Excursionistas de Cataluña (FEEC). Los senderos de Gran Recorrido (GR-92) y su variante de interior (GR-92.1) atraviesan la comarca y son acompañados de senderos de Pequeño Recorrido (PR) y de Senderos Locales (SL). Os invitamos a descubrirlos con las rutas que os proponemos en esta publicación y con muchas más que tenemos en nuestro canal de Wikiloc (Baix Empordà Turisme) y en nuestra web turística www.visitemporda.com.

Para conocer aún mejor los caminos de nuestra comarca, os recomendamos tener un buen mapa topográfico que podéis adquirir en las oficinas de turismo del Baix Empordà, en el mismo Consell Comarcal o en la tienda on line comarcal. Recordad que las rutas que os proponemos están calculadas con una velocidad media de 4 km por hora aproximadamente en llano.



Altituds Altitudes	Red viaria Road network	Hidrografia Hydrography	Rutas Routes	GR (Gran Recorrido) LR (Long route)	PR (Pequeño Recorrido) SR (Short route)	SL (Sendero Local) LT (Local trail)

Símbología de los pictogramas · Symbology of pictograms

Punto de inicio y de llegada Start and end point	Distancia Distance
Tipo de ruta Type of route	Dificultad Difficulty
Tiempo efectivo de marcha Effective walking time	Desnivel positivo Ascent
Tiempo total aproximado Total approximate time	Señalización Signage
Dificultad baja Low difficulty	Ruta circular Circular route
Dificultad media Medium difficulty	Punto de inicio Start point
Dificultad alta High difficulty	Punto final End point
Ruta lineal Linear route	



WALKING IN THE BAIX EMPORDÀ

Exploring the Baix Empordà on foot is one of the best ways to discover the region, enjoy the landscape and be in contact with nature. Paths by the sea, paths that head deep into the wooded areas of the Gavarres and paths that cross the Empordanet plain or climb tall peaks like those of the Montgrí or Puig d'Arques.

The Baix Empordà has a network of paths measuring over 450 km signposted in accordance with international regulations, which is the signage officially recognised by the Federation of Hiking Clubs of Catalonia (FEEC). The long distance GR-92 and its GR-92.1 inland variant pass through the region and are accompanied by short distance paths and local paths. We invite you to discover them with the routes suggested in this publication and with many more that can be found on our Wikiloc channel (Turisme Baix Empordà) and our regional tourism website www.visitemporda.com.

To get to know our region's paths even better, we recommend using a good topographical map. You can get these from the tourist information offices of the Baix Empordà, the regional council itself or the region's online shop. Remember that the timings for the suggested routes are calculated with an average speed of approximately 4 km an hour on the flat.

¡GR-92 EN EL BAIX EMPORDÀ POR ETAPAS!

El GR-92 es uno de los grandes senderos de Cataluña, ya que la atraviesa de norte a sud por la vertiente del Mediterráneo, tan cerca del mar como es posible. También forma parte del sendero europeo E-10 (mar Báltico-Mediterráneo), y enlaza al norte con Francia y al sur con la Comunidad Valenciana.

¡Descubrid su paso por el Baix Empordà! ¡Disfrutaréis de paisajes y vistas espectaculares llenos de historia y naturaleza! Os proponemos los 144,5 km de GR-92 y de su variante GR-92.1 de nuestra comarca en 8 etapas. Las podéis realizar a vuestro ritmo, pero recordad que el recorrido es lineal y que tendréis que regresar al punto de inicio del recorrido. La señalización a seguir es la propia de GR (marcas blancas y rojas) y también iréis encontrando paneles indicativos durante todo el recorrido.

ETAPA / STAGE 1: Cala Montgó – Torroella de Montgrí

Cala Montgó
Cala Montgó

Aparcamiento zona de bienvenida de visitantes del Montgrí
Parking in the Montgrí visitor welcome area

4 h 15 min

1

556 m

5 h 45 min

16,46 km

ETAPA / STAGE 2: Torroella de Montgrí – Begur

Aparcamiento zona de bienvenida de visitantes del Montgrí
Parking in the Montgrí visitor welcome area

C/ Carles d'Homs
C/ Carles d'Homs

4 h 20 min

1

297 m

5 h 40 min

21,59 km

ETAPA / STAGE 3: Begur – Calella de Palafrugell

C/ Carles d'Homs
C/ Carles d'Homs

C/ Passeig de la Torre
C/ Passeig de la Torre

5 h

1

741 m

6 h 50 min

19,50 km

ETAPA / STAGE 4: Calella de Palafrugell – Platja d'Aro

C/ Passeig de la Torre
C/ Passeig de la Torre

Travessia Cavall Bernat
Travessia Cavall Bernat

4 h 30 min

1

374 m

6 h

18,54 km

ETAPA / STAGE 5: Platja d'Aro – Solius

Travessia Cavall Bernat
Travessia Cavall Bernat

Aparcamiento cercano al Hostal Mas Pla (Solius)
Parking close to Hostal Mas Pla (Solius)

5 h

1

505 m

6 h 10 min

21,74 km

ETAPA / STAGE 6: Solius – Puig d'Arques

Aparcamiento cercano al Hostal Mas Pla (Solius)
Parking close to Hostal Mas Pla (Solius)

Aparcamiento del Puig d'Arques
Puig d'Arques Parking

4 h 30 min

1

624 m

6 h

19,75 km

ETAPA / STAGE 7: Puig d'Arques – Fonteta

Aparcamiento del Puig d'Arques
Puig d'Arques Parking

C/ de l'Empordà
C/ de l'Empordà

4 h

1

259 m

5 h 30 min

17,89 km

ETAPA / STAGE 8: Fonteta – Palau-sator

C/ de l'Empordà
C/ de l'Empordà

Aparcamiento delante del ayuntamiento
Parking in front of the town hall

2 h

1

36 m

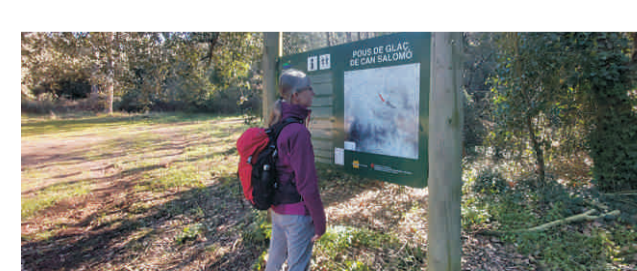
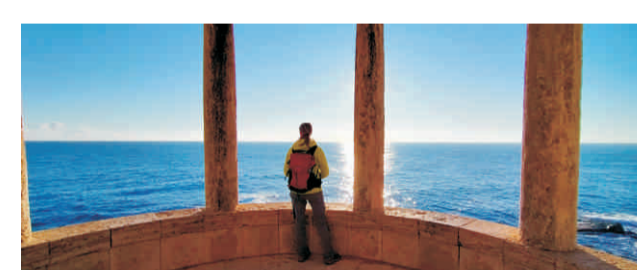
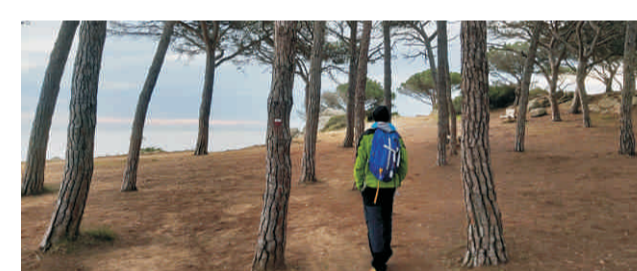
3 h 10 min

9,09 km

GR-92 THE BAIX EMPORDÀ IN STAGES!

The GR-92 is one of Catalonia's long-distance paths, crossing it from north to south on the Mediterranean side, as close to the sea as possible. It also forms part of the E-10 European path (Baltic Sea-Mediterranean), connecting to France in the north and the Valencian Community in the south.

Discover its route through the Baix Empordà! Enjoy scenery and spectacular views full of history and nature! We suggest doing the 144,5 km in our region of the GR-92 and its GR-92.1 variant in 8 stages. You can do them at your own pace but bear in mind that the route is linear and that you will have to return to your starting point. Follow the GR signs (red and white markers), and you will also find information panels all along the route.





ALBONS
El Puig Segalar, gran vista de la llanura ampurdanesa

ALBONS
Puig Segalar, great views of the Empordà plain

Este itinerario os permitirá disfrutar de los caminos del municipio de Albons. En medio de pinos encontraremos la ermita de Sant Grau, de estilo románico, y seguiremos hasta llegar al Puig Segalar, mítica cima de la comarca que nos ofrece una gran vista de la llanura ampurdanesa.

On this route you can enjoy the paths in the municipality of Albons. You will find the Romanesque church of Sant Grau surrounded by pine trees and will continue to Puig Segalar, a peak that is famous in the region and offers a great view of the Empordà plain.

SANT GRAU - PUIG SEGALAR - MARENYÀ

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 Carretera de Bellicaire Bellicaire Road		
 	 12,45 km	
 2 h 45 min	 215 m	
 3 h 45 min	 SL	
		



CRUÏLLES, MONELLS I SANT SADURNÍ DE L'HEURA
Crúilles, Monells i Sant Sadurní de l'Heura, una ruta por los tres núcleos

CRUÏLLES, MONELLS I SANT SADURNÍ DE L'HEURA
Crúilles, Monells and Sant Sadurní de l'Heura, a route through three villages

Se trata de un bonito paseo que os permitirá adentraros en los tres núcleos del municipio. El itinerario combina elementos patrimoniales culturales y naturales de primer orden como el núcleo antiguo de Monells, la iglesia románica de Sant Joan de Salellas o el árbol monumental el pi de l'Aulet.

This is a beautiful walk, exploring the three centres of population in the municipality. The itinary combines outstanding elements of cultural and natural heritage such as the old town of Monells, the Romanesque church of Sant Joan de Salellas and the monumental Aulet pine tree.

ST. SADURNÍ DE L'HEURA - MONASTERIO DE ST. MIQUEL DE CRUÏLLES - CRUÏLLES

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 12,45 km	
 2 h 40 min	 155 m	
 3 h 40 min	 PR	
		



PALAMÓS
Bordeando el mar hasta el corazón de las Gavarres, la historia de una comarca

PALAMÓS
From the coast to the heart of the Gavarres: the history of a region

Reseguiremos toda la costa de Palamós por el camino de ronda. Pasaremos por calas con un agua limpia y transparente, por playas vírgenes y por pequeños núcleos de pescadores. Cruzaremos la llanura hasta llegar a Mont-ras y nos adentraremos en el corazón de las Gavarres pasando por Fitor y el castillo de Vila-romà.

Follow all of Palamós's coastline on the coastal path. You will pass coves with clear transparent water, unspoilt beaches and little fishing villages. The route crosses the plain until you reach Mont-ras and head into the heart of the Gavarres passing Fitor and the castle of Vila-romà.

PLATJA DE CASTELL - FITOR - CASTILLO DE VILA-ROMÀ

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 27,78 km	
 6 h	 430 m	
 8 h 30 min	 PR GR	
		



TORROELLA DE MONTGRÍ
Torroella de Montgrí, vistas panorámicas de l'Empordà

TORROELLA DE MONTGRÍ
Torroella de Montgrí, panoramic views of the the Empordà

Este itinerario permite disfrutar de unas magníficas vistas de toda la llanura de l'Empordà. Subir al castillo del Montgrí nos hará apreciar el paisaje y atravesaremos también la zona de interés natural de Les Dunes. Es un itinerario que combina todos los atractivos del macizo del Montgrí: historia, cultura, tradición, espacios naturales...

On this route, you can enjoy magnificent views of all of the Empordà plain. You can appreciate the scenery on the climb to the castle of Montgrí, and you pass through the Dunes area of natural interest. This varied itinerary combines all of the attractions of the Montgrí mountains: history, culture, tradition, natural spaces...

CASTILLO DEL MONTGRÍ - LES DUNES

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 10,77 km	
 3 h	 387 m	
 4 h 10 min	 GR SL	
		



BEGUR
Acantilados, grandes vistas y el sorprendente camino del agua

BEGUR
Cliffs, great views and the remarkable Camí de l'Algua

Una excursión variada y con gran encanto natural y cultural. Pasaremos por parajes como la Reserva Marina de Ses Negres y nos adentraremos por el camino del agua donde descubriremos la cultura que se esconde. También disfrutaremos de una magnífica vista de la Costa Brava desde el mirador de l'Creu.

A varied excursion with great natural and cultural appeal. You will pass through sites such as the Ses Negres Marine Reserve and explore the Camí de l'Algua where you can discover the culture hidden there. You will also enjoy a magnificent view of the Costa Brava from the Creu hidden point.

MIRADOR DE LA CREU - SA RIERA - CAMINO DEL AGUA

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 12,59 km	
 3 h 20 min	 357 m	
 5 h	 SL	
		



CALONGE
La montaña y la llanura de Calonge

CALONGE
The mountains and plain of Calonge

Ruta con mucha historia y tradiciones que aún se conservan a pesar del paso del tiempo. Pasaremos por el Puig Cargol y también por la llanura de Calonge donde se cultiva la viña y se produce el vino de manera totalmente artesanal.

This is a very charming itinery that passes through the municipality of Castell-Platja d'Aro. S'Agaró from bottom to top. You will pass the mouth of the Ridaura on the coastal path that leads to S'Agaró, head through Castell d'Aro and come to Roques Martines, a beautiful, elevated and peaceful place.

TORRE LLORETA - PUIG CARGOL

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 11,56 km	
 2 h 36 min	 386 m	
 4 h 06 min	 SL	
		



PALS
Los arrozales, cultivo ancestral y paisaje sorprendente

PALS
Rice fields, an age-old form of farming and an unusual landscape

La ruta os permitirá pasear por los cultivos de arroz y llegar al espacio natural de las Basses d'en Cal, gozando del paisaje, la fauna y la flora características de la zona de los marjales.

This route takes you through rice fields and leads to the Basses d'en Cal natural space, while you enjoy the typical landscape, fauna and flora of the marshland area.

BASSES D'EN COLL - MAS GELABERT

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 17,08 km	
 3 h 30 min	 98 m	
 5 h	 GR PR	
		



PALAFRUGELL
Piratas, moros y corsarios - Las torres de vigía

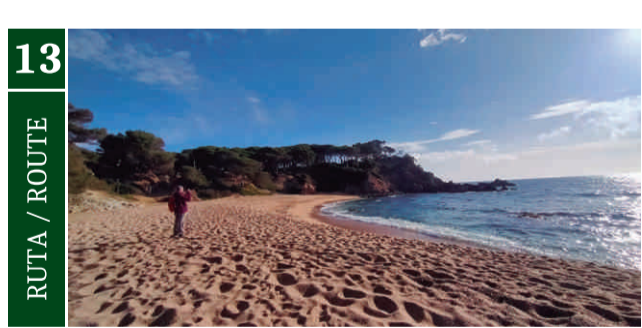
PALAFRUGELL
Pirates, Moors and corsairs - Watchtowers

Bonita excursión que recorre la plana y la costa de Palafrugell. Pasaremos por caminos llenos de historia, como el camino de los ermitaños y el camino de ronda que disfrutaremos de los contrastes paisajísticos que nos esconde el territorio del Baix Empordà.

A beautiful excursion that explores Palafrugell's plain and coast. You will follow paths full of history such as the Camí dels Ermitans and the coastal path, and enjoy the scenic contrasts of the Baix Empordà.

FAR DE ST. SEBASTIÀ - LLAFRANC - CALELLA DE PALAFRUGELL

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 15,47 km	
 3 h 40 min	 292 m	
 4 h 50 min	 PR GR SL	
		



CASTELL - PLATJA D'ARO
Platja d'Aro. Descubriendo los paisajes de Castell - Platja d'Aro - S'Agaró

CASTELL - PLATJA D'ARO
Platja d'Aro. Discovering the landscapes of Castell-Platja d'Aro-S'Agaró.

Es un itinerario con mucho encanto que recorre de punta a punta el municipio de Castell-Platja d'Aro - S'Agaró. Pasaremos por la desembocadura del Ridaura, por el camino de ronda que nos conducirá hasta S'Agaró, recorreremos Castell d'Aro y llegaremos a Roques Martines, un lugar elevado y tranquilo.

This is a very charming itinerary that passes through the municipality of Castell-Platja d'Aro. S'Agaró from bottom to top. You will pass the mouth of the Ridaura on the coastal path that leads to S'Agaró, head through Castell d'Aro and come to Roques Martines, a beautiful, elevated and peaceful place.

S'AGARÓ - CASTELL D'ARO - ROQUES MARTINES

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 17,28 km	
 4 h	 332 m	
 5 h 17 min	 PR GR SL	
		



FONTEA
Una ruta megalítica por las Gavarres, los dólmenes de Fitor

FONTEA
A megalithic route through the Gavarres, the Fitor dolmens

Este recorrido se adentra en el macizo de las Gavarres y en su historia. Pasaremos por la Iglesia románica de Fitor y por los dólmenes de la Serra d'en Cals, uno de los conjuntos dolménicos más importantes de la comarca.

This route explores the mountains of the Gavarres and their history. You will pass the Romanesque church of Fitor and the Serra d'en Cals dolmens, one of the most important groups of dolmens in the region.

FITOR - DÓLMENES DE LA SERRA D'EN CALS

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 17,46 km	
 4 h 45 min	 362 m	
 6 h	 PR	
		



MONT-RAS
Un pequeño paseo por la historia minera de la comarca

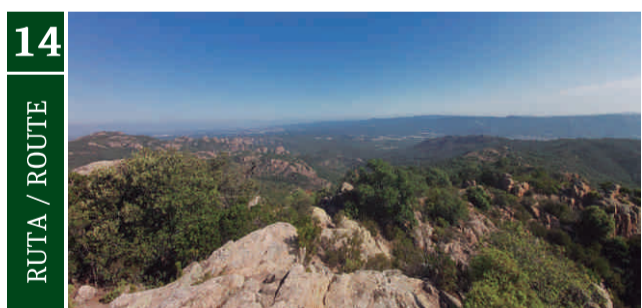
MONT-RAS
A short walk through the mining history of the region

Con esta ruta nos adentraremos en las Gavarres para descubrir la historia que esconden espacios como la mina Pepito y entenderos como era el proceso de explotación de una mina a principios del siglo XX. Durante el recorrido tendremos vistas a la pederera Morena y gozaremos de la tranquilidad de este bonito espacio.

This route takes you into the Gavarres to discover the history hidden in spaces like the Mina Pepito mine, and you can discover what the process of operating a mine was like at the start of the 20th century. On this route, you will see views of the Pedrera Morena and will enjoy the tranquillity of this beautiful space.

MINA PEPITO - PEDRERA MORENA

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 5,17 km	
 1 h 15 min	 121 m	
 1 h 45 min	 PR GR SL	
		



SANT FELIU DE GUÍXOLS
L'Ardenya y algunas de sus cumbres

SANT FELIU DE GUÍXOLS
L'Ardenya and some of its summits

Por caminos y senderos descubriremos las maravillas que nos esconde el macizo de l'Ardenya, bosques de alcornoques, masías abandonadas... No os podéis perder las vistas desde el Puig de les Cols, el Puig Romaguery el Puig Gros.

On trails and narrow paths, discover the hidden marvels of the Ardenya mountains, cork oak woods, ruined farmhouses... Don't miss the views from Puig les Cols, Puig Romaguery and Puig Gros.

PUIG LES COLS - PUIG ROMAGUER - PUIG GROS

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 15,74 km	
 3 h 50 min	 569 m	
 5 h 20 min	 PR GR SL	
		



LA BISBAL D'EMPORDÀ
Un viaje histórico a las Gavarres, aspectos escondidos de un macizo vivo

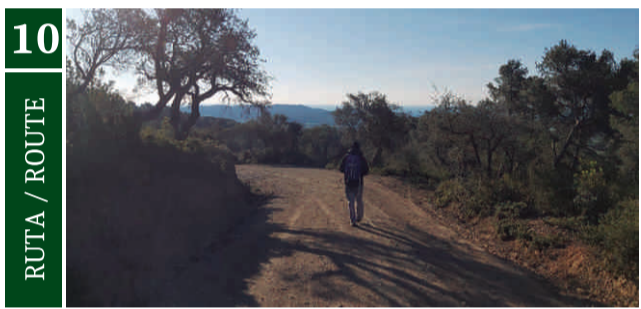
LA BISBAL D'EMPORDÀ
A historical journey to the Gavarres, hidden aspects of a living mountain range

A través de caminos y senderos nos introduciremos en la historia de las Gavarres y de l'Empordà. Resiguiendo el curso del río Daró y la riera Pastells, penetramos en los bosques de las Gavarres. Pasaremos por rincones maravillosos y desde el Puig d'Arques disfrutaremos de una gran vista de la comarca.

On narrow paths and trails, explore the history of the Gavarres and the Empordà. Following the courses of the Daró and Pastells rivers, you head into the woodland of the Gavarres. The route passes through marvellous spots and from the top of the Puig d'Arques you can enjoy a great view of the region.

PUIG D'ARQUES - ST. CEBRIÀ DELS ALLS - STA. LLÚCIA DE L'ARBOÇ

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 33,42 km	
 9 h	 801 m	
 11 h 30 min	 PR GR SL	
		



VALL-LLOBREGA
Una ruta tranquila por un rinconcito de las Gavarres

VALL-LLOBREGA
A quiet route through a corner of the Gavarres

Ruta tranquila y fácil para descubrir el municipio de Vall-llobrega y sus senderos. A medio camino encontraremos la ermita de Sant Mateu. No hay datos de la fundación o consagración de esta parroquia, pero es una construcción románica que se podría datar entre los siglos X-XI.

A quiet and easy route to explore the municipality of Vall-llobrega and its paths. Mid-way around, you will find the church of Sant Mateu. Nothing is known about the foundation or consecration of this church, but it is a Romanesque structure that could date from the 10th-11th centuries.

ST. MATEU DE VALL-LLOBREGA

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 5,5 km	
 1 h 20 min	 162 m	
 1 h 35 min	 SL	
		



SANTA CRISTINA D'ARO
Els Carcaixells d'en Cama y el Montclar

SANTA CRISTINA D'ARO
The Carcaixells d'en Cama and the Montclar peaks

Uno de los principales rasgos característicos del macizo de l'Ardenya son los domos volcánicos que se alzan imponentes en medio del bosque. En este itinerario trataremos por castillos rocosos como intrépidos aventureros y disfrutaremos de unas vistas espléndidas desde la cima del Montclar.

One of the distinctive features of the Ardenya mountains are the imposing granite domes that rise from among the woods. On this itinerary, you will climb up to castles perched on rocks like intrepid adventurers and enjoy splendid views from the Montclar peak.

CARCAIXELLS D'EN CAMA - EL MONTCLAR

FICHA TÉCNICA	INFORMATION SHEET	
 	 7,2 km	
 2 h 25 min	 318 m	
 4 h 25 min	 PR GR SL	
		

PARTICIPA DE UN TURISMO RESPONSABLE

L'Empordà ha sido siempre tierra de acogida, te animamos a descubrir nuestras rutas y senderos señalizados para que disfrutes al máximo de la naturaleza, de la historia que esconde y también de la tranquilidad que desprende. Te damos la bienvenida, pero te pedimos que no estés de paso; ¡participa activamente de nuestro destino y tu experiencia será realmente auténtica!

En la naturaleza, ningún riesgo. En verano evita las horas de más sol para hacer turismo activo y avisa a alguien de la ruta que realizarás.

Lleva agua y comida y ropa y calzado adecuado, crema solar y bolsa para los desperdicios. ¡Deja los talones y las chanclas en casa!