

INMERSIÓN EN LA COSTA BRAVA

Mar y montaña. El Mediterráneo y las cumbres del Pirineo de Girona. La Costa Brava es uno de los pocos sitios de España y de Europa donde se puede disfrutar de ambos ecosistemas en un mismo día y un paraíso para las actividades acuáticas. La Costa Brava comprende ocho comarcas llenas de rincones de gran belleza y 200 km de litoral entre Portbou y Blanes, salpicados de calas de aguas turquesa, escondidas entre imponentes acantilados, y donde se asoman al mar pueblos pesqueros con un encanto único como Cadaqués. Alberga además tres parques naturales: **el Parque Natural de Cap de Creus, los Aiguamolls de l'Empordà y el Parque Natural del Montgrí, Illes Medes, Baix Ter**. Es fácil entender por qué esta tierra ha inspirado y sigue inspirando a artistas de todas las épocas, y también por qué nos inspira a los amantes del outdoor, como Edurne, Clori y Max, que no han parado de aprovechar sus inmensas posibilidades.



→ Ecosnorkel en las Islas Medas.

Nos trasladamos a la Costa Brava en estado puro. A tan sólo una milla de la costa de L'Estartit se encuentran las **Islas Medas**, un espectacular archipiélago formado por 7 islas que **ha sido considerado como la mejor reserva natural del Mediterráneo occidental**. Su rico y diverso fondo marino, las convierte en un lugar de enorme belleza para practicar el buceo, de hecho, está considerado uno de los mejores spots de Europa. Nos acercamos a la base de **Medaqua** en L'Estartit para hacer **ecosnorkel**, una actividad que consiste en navegar en barco por las Islas Medas, observando el espectacular paisaje, tanto fuera como dentro del agua, y recalar en piscinas naturales de aguas cristalinas que nos permiten observar, tan solo con una máscara de snorkel y unas aletas, un montón de vida marina. Y es que la protección que recibe esta zona, y el agua dulce que llega del río Ter, que aporta muchos nutrientes, invitan a gran variedad de animales, algas y plantas a establecerse y reproducirse. Las grandes praderas de posidonia, hacen de este sitio el escondite perfecto para cientos de especies y sus crías, las cuales podemos observar fácilmente desde la superficie, a poca profundidad.

► Con quién: www.medaqua.com

MÁS INFORMACIÓN: www.costabrava.org



→ Ornitokayak en los Aiguamolls.

La Costa Brava cuenta con una de las principales zonas húmedas de Cataluña, **Los Aiguamolls de l'Empordà**. Ubicado en la llanura ampurdanesa, entre las desembocaduras de los ríos Fluvià y Muga, es un ecosistema muy valioso que alberga gran cantidad de especies de aves. Tenemos la posibilidad de recorrer los humedales y conocer su flora y su fauna a pie, en bici o remando con la original propuesta de **SK Kayak**, que combina la **observación de pájaros y la navegación en kayak**. La actividad comienza en el Club Náutico de Sant Pere Pescador, y se navega por el tramo final del río Fluvià pasando por el margen de la Reserva Integral de los Aiguamolls de l'Empordà y L'Illa de Caramany hasta llegar a su desembocadura en la espectacular bahía de Roses (la más larga de la Costa Brava), para desembarcar y buscar aves marinas. Durante la travesía, observaremos e identificaremos las especies de pájaros más características del bosque de ribera, zonas dunares y litoral con la ayuda de unas fichas y de los guías de SK Kayak, formados con el programa de SEO Birdlife-Iberaves.

► Con quién: www.skkuak.com



→ Explorando en catamarán la costa.

Aprender a navegar y, al mismo tiempo, descubrir el entorno es posible gracias a una de las actividades que organizan en la Escuela de Vela del camping La Ballena Alegre, nuestro campobase en esta experiencia. Situado en Sant Pere Pescador, al borde de una playa de arena fina y unas aguas cristalinas y tranquilas, está especialmente pensado para pasar unas vacaciones en familia, tanto los más pequeños de la casa, como los adolescentes y los adultos tienen su espacio y numerosas actividades diseñadas para ellos, como este Hobby Tour, que como explica Pep, el responsable de la escuela, es una actividad perfecta para familias: "Padres e hijos navegan en una embarcación, aprenden las nociones básicas del deporte de la vela y descubren al mismo tiempo el fantástico entorno natural de una forma activa". David, el monitor, les enseña a manejar el catamarán y les va explicando los lugares que recorren empujados por el viento: la bahía de Roses, las ruinas de Empuries, Cap Norfeu, l'Escala y Sant Pere Pescador.

► Con quién: www.ballena-alegre.com