

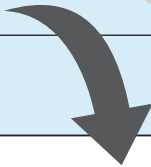


**Torroella de
Montgrí
i L'Estartit**

Activitats Activities Activités Actividades




Torroella · l'Estartit
illes Medes



— AVE
— Tren

COM ARRIBAR



Turisme actiu i descoberta del Parc Natural

Per la diversitat de paisatges, serveis i equipaments del nostre municipi, integrat dins del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter, t'ofereim un ampli ventall de propostes de turisme actiu, esport i natura.

Aquestes propostes et permetran descobrir la natura i el mar, viure aventures, aprendre i gaudir del paisatge. N'hi ha per a tots els gustos, edats i nivells!

(CA)

Tourisme actif et découverte du Parc naturel

Grâce à la grande diversité de paysages, de services et d'équipements de notre commune, intégrée au Parc naturel du Montgrí, des îles Medes et du Baix Ter, nous vous proposons un large éventail d'activités de tourisme actif, de sport et de nature.

Ces activités vous permettront de découvrir la nature et la mer, vivre de nouvelles expériences, apprendre et essayer de nouvelles choses. Il y en a pour tous les goûts, tous les âges et tous les niveaux !

(FR)

Turismo activo y descubrimiento del Parque Natural

Gracias a la diversidad de paisajes, servicios y equipamientos de nuestro municipio, integrado dentro del Parque Natural del Montgrí, las Islas Medes y el Baix Ter, os ofrecemos un amplio abanico de propuestas de turismo activo, deporte y naturaleza.

Estas actividades os permitirán descubrir la naturaleza y el mar, vivir aventuras, aprender y probar nuevas experiencias. Hay opciones para todos los gustos, edades y niveles!

(ES)

Active tourism and discovery of the Natural Park

Thanks to the great diversity of landscapes, services and facilities in our municipality, located within the Montgrí, Medes Islands and Baix Ter Natural Park, we offer a wide range of active tourism, sports and nature activities.

These activities will allow you to discover nature and the sea, enjoy new adventures, learn and try new experiences. There is something for everyone, of all ages and levels!

(EN)





2



L'Escala

PARC NATURAL
DEL MONTGRÍ,
LES ILLES MEDES
I EL BAIX TER

Torroella
de Montgrí

Experiències al parc

Experiencias en el parque

Expériences au parc

Park experiences

- 1 Passeja't pel parc** | Pasea por el parque | Promenez-vous dans le parc | Explore the park
- 2 Aprèn del parc** | Aprende del parque | Apprenez grâce au parc | Learn from the park
- 3 Llisca pel mar** | Deslízate sobre el mar | Glissez sur l'eau | Glide across the sea
- 4 Descobreix els paisatges marins** | Descubre los paisajes marinos | Découvrez les paysages marins | Discover the marine environment
- 5 Viu emocions fortes** | ¿Buscas emociones fuertes? | Envie de sensations fortes ? | Looking for thrills?
- 6 Posa't en forma** | Ponte en forma | Gardez la forme | Get in shape



1



6

Roger Salanova ©



3



Xavier Safont ©

4



Rafael Fernandez ©

MAR
MEDITERRANI

6



Roger Salanova ©

5



Agroruralsurf ©



Rafael Fernandez ©

**Estació nàutica L'Estartit - Illes Medes
L'Estartit**



Platja, 10-12 · 972 750 699 · enestartit.com

**Parc Natural del Montgrí, Les Illes
Medes i Baix Ter - L'Estartit**

Pg. del Port, s/n · 972 751 701
gencat.cat/parcs/illes_medes

* APNEA · APNÉE

**Apnea La Caretta - Medes Freedivers -
L'Estartit**

Camí vell de Torroella a L'Estartit
(Càmping Rifort) · 649 321 570
apnealacaretta.com

Unisub - L'Estartit



Platja, 8 · 972 751 768 · unisub.es

* BANANA BOAT

Medaqua - L'Estartit



Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

* CAIAC · KAYAK · KAYAKING

Club nàutic - L'Estartit



Pg. Marítim - Port Nàutic · 972 751 742 ·
654 128 628 · cnestartit.com

Juanjo Sánchez - L'Estartit

Platja Gran (davant Pineda) · 654 397 187

Kayak Center - L'Estartit

Platja Gran (costat espigó) · 636 396 565

Medaqua - L'Estartit



Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Xtrem-Kayaking - L'Estartit

Platja Gran · 627 586 469

**Kayaking Costa Brava (Cala Montgó) -
Torroella de Montgrí**



Platja Cala Montgó · 972 773 806 ·
620 477 558 · kayakingcostabrava.com

* CATAMARANS · CATAMARANES ·
KATAMARANS

Catamaran Experience - L'Estartit

Pg. Marítim, 1 Moll Club Nàutic
(amarratge 14 i 15) · catamarent.com

Eolis Kite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 ·
eoliskite.com

Surfera Gironina - Torroella de Montgrí

Platja Mas Pinell · 606 605 519

* EFOIL

Eoliskite - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 · eoliskite.com

* ESCOLA NÀUTICA · ESCUELA NÀUTICA · ÉCOLE NAUTIQUE · NAUTICAL SCHOOL

Escola nàutica Illes Medes - L'Estartit

Espigó de Llevant, s/n · 693 609 923 illesmedesrentaboat.com

* EXCURSIONS MARÍTIMES · EXCURSIONES MARÍTIMAS · EXCURSIONS MARITIMES · BOAT TRIPS

Barca Núria - L'Estartit

Pg. Marítim, 26 · 972 665 902 barcanuria.com

Bràvola - L'Estartit

Moll comercial · 618 479 724 · bravola.es

Corsari negre - Vaixell pirata - L'Estartit

Pg. Marítim, 23 · 972 751 489 nautilus.es

Fadri, excursions marítimes- L'Estartit

Pg. Marítim, 32 · 872 095 553 · fadri.cat

La Sirena - L'Estartit

Taquilla port · 608 625 237 divingcenterlasirena.com

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Nautilus - L'Estartit

Pg. Marítim, 23 · 972 751 489 · nautilus.es

Nemo - L'Estartit

Pg. Marítim, 23 · 972 751 489 · nautilus.es

* EXCURSIONS DE PESCA · EXCURSIONES DE PESCA · EXCURSIONS DE PÊCHE · FISHING BOAT TRIPS

Pescaestartit.com - L'Estartit

Moll comercial · 693 609 923 pescaestartit.com

Bràvola - L'Estartit

Moll comercial · 618 479 724 · bravola.es

* INFLABLES PLATJA · INFLABLES PLAYA · GONFLABLES PLAGE · INFLATABLES BEACH GAMES

Aqua Games - L'Estartit

Platja Gran · 665 510 003 · aquagames.net

* KITESURF

Eolis Kite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 · eoliskite.com

* LLOGUER D'EMBARCACIONS · ALQUILER DE EMBARCACIONES · LOCATION DE BATEAUX · BOAT RENTAL

Bràvola - L'Estartit

Moll comercial · 618 479 724 · bravola.es

Canal 16 - L'Estartit

Pg. Marítim, 43 · 687 702 128 estartitrentaboat.com

Club Nàutic - L'Estartit

Pg. Marítim - Port Nàutic · 972 751 742 · 654 128 628 · cnestartit.com

Costabrava Boats - L'Estartit

Moll de Llevant · 872 200 152 costabravaboats.com

Estartit Low Cost Boat - L'Estartit

Moll comercial · 607 433 777 alquilerembarcacionesestartit.com

Estartit Rent a Boat - L'Estartit

Moll de Llevant · 687 702 128 estartitrentaboat.com

Illes Medes Experience Rent a Boat - L'Estartit

Pg. Marítim, 32 · 872 095 553 illesmedesexperierentaboat.com

Illes Medes Rent a Boat - L'Estartit

Moll Comercial · 693 609 923 illesmedesrentaboat.com

Joca Charters - L'Estartit

Moll Comercial · 609 539 839 jocacharters.com

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Medaventura - L'Estartit

Port · 685 638 181 · medaventura.com

Medes Rent a Boat - L'Estartit

Moll de Llevant · 693 609 923 medesrentaboat.com

Rent Boats - L'Estartit

Pg. Marítim, 1 bis · 972 781 032 · 683 472 179 · rentboatsestartit.com

Rent Boats CBE

Espigó de Llevant · 611 030 385 rentboatscbe.com

* MOTOS AQUÀTIQUES · MOTOS ACUÁTICAS · JET SKI

Medaventura - L'Estartit

Port · 685 638 181 · medaventura.com

* PÁDEL I OGA · SUP I OGA · PÁDEL YOGA · SUP YOGA · PADDLE YOGA · SUP YOGA

Agrorural Surf - L'Estartit

Salines, 16 · 660 985 260 · agroruralsurf.com

Eolis Kite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 · eoliskite.com

* PÁDEL SURF · PÁDEL SURF · PADDLE SURF

Agrorural surf - L'Estartit

Salines, 16 · 660 895 260 · agroruralsurf.com

Club Nàutic - L'Estartit - lloguer i cursos

Pg. Marítim - Port Nàutic · 972 751 742 · 654 128 628 · cnestartit.com

Eolis Kite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 eoliskite.com

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Paddle Surf - Torroella de Montgrí

Cala Montgó · 626 225 200 · calamontgo.es

* SNORKELING · SEAWATCHING

Aquàtica - L'Estartit

Paratge Camp de l'Arbre · Càmping Medes 972 750 656 · aquatica-sub.com

Costa Brava Divers - L'Estartit

Pg. Marítim, 7 · 972 752 034

costabravadivers.com

La Sirena - L'Estartit

Pg. Marítim, 2 · 686 483 315 divingcenterlasirena.com

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Unisub - L'Estartit

Platja, 8 · 972 751 768 · unisub.es

Xaloc - L'Estartit

Eivissa, 1 · 972 752 071 · xalocdiver.cat

* SUBMARINISME · SUBMARINISMO · PLONGÉE SOUS-MARINE · DIVING

Aquàtica - L'Estartit

Paratge Camp de l'Arbre · Càmping Medes 972 750 656 · aquatica-sub.com

Calypso - L'Estartit

Cala Pedrosa, 1 · 972 751 488 · 609 302 201 · costabravadivers.com

Costa Brava Divers - L'Estartit

Pg. Marítim, 7 · 972 752 034 · costabravadivers.com

Diving Center La Sirena - L'Estartit

Pg. Marítim, 2 · 972 750 954 · 616 873 522 · divingcenterlasirena.com [Plataforma accessible](#) &

El Rei del Mar - L'Estartit (Hotel Panorama)

Av Grècia, 5 · 972 751 392 · elreidelmar.com · [Plataforma accessible](#) &

Les Illes - L'Estartit

Illes, 55 · 972 751 239 · hotellesilles.com

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Unisub - L'Estartit

Platja, 8 · 972 751 768 · unisub.es

Xaloc - L'Estartit

Eivissa, 1 · 972 752 071 · xalocdiver.cat



* SURF

Agroruralsurf - L'Estartit

Salines, 16 · 660 895 260 · agroruralsurf.com

* VELA · VOILE · SAILING

Club Nàutic - L'Estartit

Pg. Marítim - Port Nàutic · 972 751 742 · 654 128 628 · cnestartit.com

* WINDSURF

Eoliskite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 · eoliskite.com

* WINGFOIL

Eoliskite Surf - L'Estartit

C. Cala Pedrosa, 1-3 · 663 884 868 · eoliskite.com

Activitats d'oci i esportives

Actividades de ocio y deportivas

Activités de loisirs et sportives

Leisure and sport activities

* AVIACIÓ (ULM) · ULTRALIGEROS (ULM)

Aeroclub ULM L'Estartit - L'Estartit

Camí Puig de les Llagastes, · 972 752 058 · ultraligeros.net

Aeroclub Empordà - Torroella de Montgrí

Ctra. Pals a Torroella, Km. 345 · 625 746 742 · aeroclubemporda.com

* BOLERA · BOWLING

Bowling Panorama - L'Estartit

Av. de Grècia, 5 · 610 151 224

* GIMNÀS · GIMNASIO · GYMNASSE · GYMNASIUM

Agrorural surf - L'Estartit

Salines, 16 · 660 895 260 · agroruralsurf.com

Templo Gym Estartit

Ctra. L'Estartit km 4,8 · 669 62 77 21

Cerí - Torroella de Montgrí

Sta. Margarida, 18 · 640 562 440

Functional Training Center - Torroella de Montgrí

Porta Nova, 48 · 640 732 081

Improvement Center - Torroella de Montgrí

Rda. Paisos Catalans, 10 · 663 38 10 69 · improvementcncr.com

Wave Crossbox - Torroella de Montgrí

Transport, 32-C · 686 01 89 37 · wavecrossfit.com

* HÍPICA · ÉQUITATION · HORSE RIDING

Hípica Mas Paguina - L'Estartit

Camí de la Gola, 43 · 972 751 472 · hipicamaspaguina.com

* IOGA · YOGA

De Mans - L'Estartit

Eivissa, 8 · 636 84 89 41 · 619 16 75 85 · demansfisioterapia.com

Eli loga - Torroella de Montgrí

Carrer de Santa Caterina, 75 · 654 039 872 · elioga.com

La Salada loga - Torroella de Montgrí

Dolors, 8 - Local 3 · 644 897 244 · lasaladaioiga.cat

Liana loga Sana - Torroella de Montgrí

Hospital, 63 · 620 803 909 · lianayogasana.com

Pilates Room - Torroella de Montgrí

Pg. Vicenç Bou, 45 · 679 167 083

* KARTING

Go Karts - L'Estartit

Ctra. Torroella · 972 757 215 · jocslescala.com

* LLOGUER DE BICICLETES · ALQUILER DE BICICLETAS · LOCATION DE VÉLOS · BIKE RENTAL

Canal 16 - L'Estartit

Pg. Marítim, 43 · 687 702 128 · estartitrentaboat.com

Fun Experience - L'Estartit

Sta. Anna, 26 · 687 702 128 · estartitrentaboat.com - bicis elèctriques

Electric Bici Moto 3E - Torroella de Montgrí

Pg. Vicenç Bou, 9 · 972 119 363 · 609 740 052 · bicis elèctriques

* MINIGOLF · MINI-GOLF

Montpla - L'Estartit

Ctra. Torroella, km 4,8 · 972 751 002 · montpla.cat

* PÀDEL · PADDLE

Club Tennis Baix Empordà - L'Estartit

Ctra. L'Estartit, km 4,9 (Montplà) · 695 064 208 · montpla.cat

Montpla - L'Estartit

Ctra. Torroella, km 4,8 · 972 751 002 · montpla.cat

Complex Esportiu Torre Gran - Torroella de Montgrí

Itàlia, 15 - Urb. Torre Gran · 972 750 650

* PARC D'ATRACCIONS · PARQUE DE ATRACCIONES · PARC D'ATTRACTIONS · AMUSEMENT PARK

Montpla - L'Estartit

Ctra. Torroella, km 4,8 · 972 751 002 · montpla.cat

* PILATES

La Salada loga - Torroella de Montgrí

Dolors, 8 - Local 3 · 644 897 244 · lasaladaioiga.cat

Pilates Room - Torroella de Montgrí

Pg. Vicenç Bou, 45 · 679 167 083

Vital Pilates Reformer - Torroella de Montgrí

Roser, 12 · 619 148 726 · vitalpilatesreformer.com

* ROCÒDROM · ROCÓDROMO · MUR D'ESCALADE · CLIMBING WALL

El Xerpa del Montgrí - Torroella de Montgrí

Transport, 38 · 609 811 870 · 654 785 728 · elxerpadelmontgri.com

* SKATE

Agrorural Surf - L'Estartit

Salines, 16 · 660 985 260 · agroruralsurf.com

* TENNIS

Apartaments La Masia - L'Estartit

Ctra. Torroella, 129 · 972 750 074 · aparmasia.com

Càmping Les Medes - L'Estartit

Pge. Camp de l'Arbre, s/n · 972 751 805 · campinglesmedes.com

Club Tennis Baix Empordà - L'Estartit

Ctra. L'Estartit, km 4,9 (MontPla) · 695 064 208 · montpla.cat

Montpla - L'Estartit

Ctra. Torroella, km 4,8 · 972 751 002 · montpla.cat

Complex Esportiu Torre Gran - Torroella de Montgrí

Itàlia, 15 - Urb. Torre Gran · 972 750 650

* VISITES GUIADES · VISITAS GUIADAS · VISITE GUIDÉES · GUIDED TOURS

Barca Núria - L'Estartit

Pg. Marítim, 26 · 972 665 902 · barcanuria.com

- La pesca artesana a l'Estartit
- Efecte Reserva, la protecció de les Illes Medes

Espai Medes - Port de L'Estartit

Port · 972 751 229 · espaimedes.cat

Medaqua - L'Estartit

Pg. Marítim, 13 · 972 752 043 · medaqua.com

Museu de la Mediterrània - Torroella de Montgrí

Ullà, 31 · 972 755 180 · museudelamediterrania.cat

Gaia Guies

678 074 122 · gaiamoia.com



T'esperem!

Més informació | Más información | Pour en savoir plus | More information

Oficina de Turisme de l'Estartit

Passeig Marítim, s/n • 17258 l'Estartit. Tel. 972 75 19 10

info@visitestartit.com • visitestartit.com

Punt d'Atenció Turística de Torroella de Montgrí

Plaça de la Vila, 6 • 17257 Torroella de Montgrí. Tel. 972 75 92 50

visittorroella.com

visitestartit.com

visittorroella.com

