

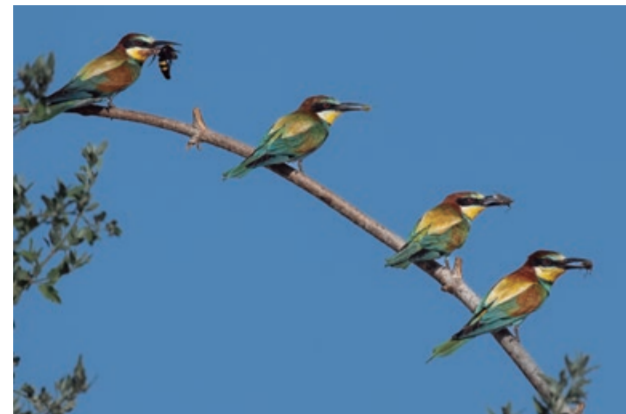


ca / es

Bellcaire d'Empordà

El nucli urbà de Bellcaire s'erigeix a la plana empordanesa, al costat del massís del Montgrí i envoltat de camps de conreu. Al sector més oriental del municipi, l'antic estany de Bellcaire, drenat des del segle XVIII, encara acull una important biodiversitat, vinculada a les zones humides.

El casco urbano de Bellcaire se erige en la llanura ampurdanesa, junto al macizo del Montgrí y rodeado de campos de cultivo. En el sector más oriental del municipio, la antigua laguna de Bellcaire, drenada desde el siglo XVIII, todavía acoge una importante biodiversidad, vinculada a los humedales.



Abellarols (*Merops apiaster*). *Abejarucos.*

L'Escala

L'Escala és coneguda pel seu port pesquer i pels assentaments grecs i romans d'Empúries. Però més enllà d'això, tant al litoral com a la plana interior, se succeeixen una gran diversitat d'ambients d'alt valor natural i paisatgístic (penya-segats, platges, zones humides, prats, etc.).

L'Escala es conocida por su puerto pesquero y por los asentamientos griegos y romanos de Empúries. Pero más allá de ello, tanto en el litoral como en la llanura interior, se alternan una gran diversidad de ambientes de alto valor natural y paisajístico (acantilados, playas, humedales, prados, etc.).



Vilanera. *Vilanera.*

L'Estartit

La desembocadura del Ter, les llacunes del Ter Vell, la Pletera i les platges contrasten amb els primers contraforts del massís del Montgrí, amb les seves cales i miradors. En front d'aquest escenari, mar endins, hi destaquen les illes Medes, icònica postal que caracteritza l'Empordanet.

La desembocadura del río Ter, los humedales del Ter Vell, la Pletera y las playas, contrastan con las primeras estribaciones del macizo del Montgrí, sus calas y miradores. Frente a este escenario, mar adentro, destacan las islas Medes, icónica postal que caracteriza al Empordanet.



La Pletera. *La Pletera.*

Itineraris en bicicleta
Itinerarios en bicicleta

Itineraris

Itinerarios

Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter
Generalitat de Catalunya



www.gencat.cat/parcs

Montgrí, Medes Islands and Baix Ter Nature Park

Parc naturel du Montgrí, des îles Medes et du Baix Ter
Passeig del Port, s/n. (17258) L'Estartit
Tel.: +34 972 75 17 01
pnmmbt@gencat.cat
parcsnaturals.gencat.cat/ca/illes-medes

Mediterranean Museum

Park interpretation center
Museo de la Mediterránea
Centre d'interpretació del Parc
C/ d'Ullà, 31. (17257) Torroella de Montgrí
Tel.: +34 972 75 51 80
info@museudelamediterrania.cat
www.museudelamediterrania.cat

L'Estartit tourism office

Office du tourisme de l'Estartit
Passeig marítim, s/n. (17258) L'Estartit
Tel.: +34 972 75 19 10
info@visitestartit.com
www.visitestartit.com

L'Escala tourism office

Office du tourisme de l'Escala
Plaça de les Escoles, 1. (17130) L'Escala
Tel.: +34 972 77 06 03
turisme@escala.cat
www.visitescala.com

Pals tourism office (Ca la Pruna)

Office du tourisme de Pals (Ca la Pruna)
C/ de la Creu, 7. (17256) Pals
Tel.: +34 972 63 73 80
info@pals.cat
www.visitpals.com

Information centers
Points d'information

Fontanilles

Els paisatges de Fontanilles són marcats per la presència del Darò i del Darò vell que va veure modificat el seu curs en el passat. A l'est i a l'oest del municipi, els conreus s'estenen allà on el riu aplanà el relleu. Al centre del municipi, aprofitant el turó, hi apareix el nucli urbà, junt a retalls forestals i altres conreus.

Los paisajes de Fontanilles están marcados por la presencia del Darò y del Darò vell que vio modificada su curso en el pasado. Al este y al oeste del municipio, los cultivos se extienden allí donde el río allanó el relieve. En el centro del municipio, aprovechando la colina, aparece el casco urbano, junto a recortes forestales y otros cultivos.



Liabià. *Liabià.*

Gualta

A la riba dreta del riu Ter s'estenen els camps de Gualta: cereals i fruiters que aprofiten l'amable configuració del terreny. Així que el relleu adquireix un mínim protagonisme, aquests conreus deixen lloc al nucli urbà, als olivars i a un modest espai forestal.

En la orilla derecha del río Ter se extienden los campos de Gualta: cereales y frutales que aprovechan la amable configuración del terreno. Cuando el relieve adquiere un mínimo protagonismo, estos cultivos dejan lugar al núcleo urbano, a los olivares y a un modesto espacio forestal.



El pont sobre el Darò. *El puente sobre el Darò.*

Pals

Una llarga platja arenosa, basses plenes de vida, pinedes dalt dels turons, conreus diversos entre els que destaquen els arrossars, i un nucli medieval encimbellat sobre el relleu per a protegir-se de les amenazas de l'antigor: són els paisatges de Pals. Un mosaic d'ambients diversos on la natura i la història s'hi fonen amb harmonia.

Una larga playa de arena, balsas rebosantes de vida, pinares sobre las colinas, cultivos diversos entre los que destacan los arrozales, y un núcleo medieval encaramado sobre el relieve para protegerse de las amenazas de la antigüedad: son los paisajes de Pals. Un mosaico de ambientes variados donde la naturaleza y la historia se funden con armonía.



Arrossars de Pals. *Arrozales de Pals.*

Rutes de cicloturisme / Rutas de cicloturismo

	Nom de la ruta <i>Nombre de la ruta</i>	Distància <i>Distancia</i>	Temps aprox. <i>Tiempo aprox.</i>	Senyals <i>Señales</i>	Ambients naturals <i>Ambientes naturales</i>
	1 Parc Natural Nord <i>Parque Natural Norte</i>	45,84 km	2 h 20 min		
	2 Parc Natural Sud <i>Parque Natural Sur</i>	43,47 km	2 h 15 min		
	Ruta del Ter <i>Ruta del Ter</i>	220 km			
	Pirinexus <i>Pirinexus</i>	340 km			
	Eurovelo 8 <i>Eurovelo 8</i>	7.560 km			

Rutes de BTT / Rutas de BTT

	Nom de la ruta <i>Nombre de la ruta</i>	Distància <i>Distancia</i>	Temps aprox. <i>Tiempo aprox.</i>	Senyals <i>Señales</i>	Ambients naturals <i>Ambientes naturales</i>
	1 Ruta del Montgrí <i>Ruta del Montgrí</i>	38,57 km	2 h 45 min		
	2 Ruta del Baix Ter <i>Ruta del Baix Ter</i>	36,30 km	2 h 15 min		
	3 Ruta 41 BTT <i>Ruta 41 BTT</i>	27,34 km	2 h		
	4 Ruta 42 BTT <i>Ruta 42 BTT</i>	15,06 km	1 h 05 min		
	5 Ruta 43 BTT <i>Ruta 43 BTT</i>	33,48 km	2 h 26 min		

Itinerari cicloturístic del Baix Empordà
Itinerario cicloturístico del Baix Empordà

Itinerari BTT
Itinerario BTT

Ruta circular
Ruta Circular

Closes i bosc de ribera
Prados de pasto y bosque de ribera

Mar
Mar

Eurovelo 8
Eurovelo 8

Ruta del Ter
Ruta del Ter

Ruta lineal
Ruta lineal

Roquissars i penya-segats litorals
Roqueales y acantilados litorales

Forestal
Forestal

Pirinexus
Pirinexus

Prats i conreus
Prados y cultivos

Platges i dunes
Playas y dunas

Matollars
Matorrals

Arrossars llacunes i estanys
Arrozales, lagunas y estanques

Rius i recs
Ríos y canales

Urbà
Urbano

Bones pràctiques / Buenas prácticas



Ajuda'ns a recuperar aquests espais naturals: quan vagis amb bicicleta, fes-ho pels camins indicats.

El pas de bicicletes per camins sensibles no autoritzats provoca l'erosió del sòl de forma irreversible.

El Parc treballa per recuperar diversos espais dels efectes nocius de la sobrefreqüentació de bicicletes de muntanya.

Ayúdanos a recuperar estos espacios naturales: cuando vayas en bicicleta, hazlo por los caminos indicados.

El paso de bicicletas por caminos sensibles no autorizados, provoca la erosión del suelo de forma irreversible.

El Parque trabaja para recuperar varios espacios de los efectos nocivos de la sobrefrecuentación de bicicletas de montaña.



Perill, no us acosteu al precipici
Peligro, no acercarse al precipicio



No sortiu del camí
No salir de los caminos



Prohibit fer volar drons
Prohibido volar drones



Prohibit fer foc, llençar deixalles i acampar
Prohibido hacer fuego, tirar basura y hacer acampada



Hidrateu-vos bé
Hidratarse bien



Planifiqueu l'activitat
Planificar la actividad



Equipeu-vos bé
Equiparse bien



Feu silenci
Mantener silencio



Respecteu les activitats agroramaderes
Respetar las actividades agraropecuarias



Porteu el gos sempre lligat
Llevar al perro siempre atado



Consulteu la meteorologia
Consultar la meteorología



112
Teléfono de emergencias



Església de St. Feliu de Boada. *Iglesia de St. Feliu de Boada.*



Torre Bagura. *Torre Bagura.*



El riu Ter. *El río Ter.*



Elements d'interès / Elementos de interés

- | | | | |
|--|--|---|---|
| Informació del Parc Natural
<i>Información del Parque Natural</i> | Cim
<i>Cima</i> | Àrea recreativa
<i>Área recreativa</i> | Centre sanitari
<i>Centro sanitario</i> |
| Centre d'informació turística
<i>Centro de información turística</i> | Torre/Castell
<i>Torre/Castillo</i> | Camping
<i>Camping</i> | Polícia
<i>Polícia</i> |
| Mirador
<i>Mirador</i> | Edifici religiós
<i>Edificio religioso</i> | Golf
<i>Golf</i> | Parada d'autobús
<i>Parada de autobús</i> |
| Aguait
<i>Puesto de observación</i> | Far
<i>Faro</i> | Aparcament
<i>Aparcamiento</i> | Parada d'autobús estacional
<i>Parada de autobús estacional</i> |
| Museu
<i>Museo</i> | Pedra seca
<i>Piedra seca</i> | Espai de benvinguda
<i>Área de bienvenida</i> | Estació de tren de Flaçà (10 Km)
<i>Estación de tren de Flaçà (10 Km)</i> |
| | | | Punt d'autoreparació i manteniment de bicicletes |

Categories de protecció / Categorías de protección

- | | |
|--|--|
| Parc natural
<i>Parque natural</i> | Reserva natural integral (RNI)
<i>Reserva natural integral (RNI)</i> |
| Parc natural (àrea marina)
<i>Parque natural (área marina)</i> | Zona perifèrica de protecció
<i>Zona Perifèrica de protección</i> |
| Reserva natural parcial (RNP)
<i>Reserva natural parcial (RNP)</i> | Xarxa Natura 2000
<i>Red Natura 2000</i> |
| Reserva natural parcial (RNP) marina
<i>Reserva natural parcial (RNP) marina</i> | Xarxa Natura 2000 (marina)
<i>Red Natura 2000 (marina)</i> |

Crèdits / Créditos

Direcció: Mapi Carabús i Ivan Bustamante
 Coordinació, cartografia i continguts: Jordi Torallas
 Disseny i maquetació: Toni Quesada/Blaugrafic
 Fotografies: Júlia Ferrer Morell, Parc Natural del Montgrí, les illes Medes i el Baix Ter
 Edició: 2024. Dipòsit Legal: GI 1326-2024

*Dirección: Mapi Carabús i Ivan Bustamante
 Coordinación, cartografía y contenidos: Jordi Torallas
 Diseño y maquetación: Toni Quesada/Blaugrafic
 Fotografías: Júlia Ferrer Morell, Parc Natural del Montgrí, les illes Medes i el Baix Ter
 Edición: 2024. Depósito Legal: GI 1326-2024*

Rutes cicloturisme
Rutas cicloturismo

- 1** Ruta del Parc Natural Nord
Ruta del Parque Natural Norte
- 2** Ruta del Parc Natural Sud
Ruta del Parque Natural Sur
- Eurovelo, Pirinexus, Ruta del Ter
- Xarxa bàsica de cicloturisme
Red básica de cicloturismo

Rutes BTT
Rutas BTT

- 1** Ruta del Montgrí
Ruta del Montgrí
- 2** Ruta del Baix Ter
Ruta del Baix Ter
- 3** Ruta 42 BTT
Ruta 42 BTT
- 4** Ruta 41 BTT
Ruta 42 BTT
- 5** Ruta 43 BTT
Ruta 43 BTT
- Pistes per a BTT
Pistas para BTT

Fonts cartogràfiques
Fuentes cartográficas

ICGC Institut cartogràfic i geològic de Catalunya



Accés al Parc
Acceso al parque



Descarrega els itineraris
Descarga los itinerarios



Experiències i ecoturisme
Experiencias y ecoturismo

