

**Torroella de
Montgrí
i L'Estartit**

Estades i activitats a la natura





Benvinguts i benvingudes,

El municipi de Torroella de Montgrí i l'Estartit està situat a la comarca del Baix Empordà i al bell mig de la Costa Brava, en un entorn geogràfic molt divers i d'un important valor mediambiental.

Torroella de Montgrí i l'Estartit, que té 66 quilòmetres quadrats d'extensió, inclou una gran diversitat d'ecosistemes i paisatges, des de la part muntanyosa, caracteritzada pel massís del Montgrí, passant per la plana del Baix Ter, fins a la franja marítima, amb les illes Medes com a element destacat.

La plana del Baix Ter, les illes Medes i el Montgrí formen un conjunt que, el 2010, va ser declarat Parc Natural (el 68% del parc està situat dins dels límits de Torroella-l'Estartit).

Everybody is welcome

Activitats adaptades als nous temps

Torroella de Montgrí i l'Estartit és un municipi que ha anat creixent i que s'ha anat adaptant als nous temps, i que també ha anat modelant la seva oferta turística segons les experiències i les necessitats dels usuaris, cada cop més exigents, i amb gustos i aficions més variats i específics.

La riquesa paisatgística, cultural i patrimonial el converteix en un destí agradable tot l'any, tant per distreure's i descansar d'unes llargues vacances, com per fer petites escapades i practicar esports de tot tipus.



Donades les especials característiques del patrimoni d'aquesta zona, el municipi aposta clarament per protegir el paisatge i els seus hàbitats, ben diversos i amb una gran varietat de fauna i flora.

La vida al massís, les illes, les dunes, les maresmes i aiguamolls, i la plana agrícola, són elements importantíssims per a la preservació d'aquest paisatge tan excepcional i ric.

Sostenibilitat

Amb aquesta idea, ja fa molts anys que es posen en marxa polítiques destinades a congregar de manera adequada l'activitat turística del municipi amb la preservació del medi, en perfecta harmonia amb el desenvolupament econòmic.

Així, hi ha una clara aposta per la sostenibilitat en tots els seus àmbits (desenvolupament turístic respectuós amb l'entorn, mobilitat, estalvi energètic, optimització de la gestió forestal pública, recuperació d'espais...); per la potenciació i protecció dels paratges naturals i els seus hàbitats, i per la restauració d'elements del patrimoni d'aquestes zones, com ara edificis emblemàtics, camins i llocs representatius.

Prova del nostre constant esforç són els reconeixements oficials obtinguts.





Situació

Torroella de Montgrí i l'Estartit és al centre de la Costa Brava, per la qual cosa està molt ben comunicat amb la resta de les localitats costaneres, i també amb Girona, Barcelona i la frontera francesa.



Com arribar:



GR92 / E12, Sender del Mediterrani, Ruta del Ter.



Eurovelo 8 Mediterranean Route, Pirinexus, Ruta del Ter.



Serveis regulars des de Barcelona, des de Girona i des de les principals poblacions de la Costa Brava (SARFA i AMPSA).



AVE / TGV a Girona (45 km) i a Figueres (a 39 km).



Girona-Costa Brava (50 km) i Barcelona (a 150 km).

Informació sobre itineraris a peu i en bicicleta a visitestartit.com

Un parc natural, tres paisatges

La quantitat i diversitat d'hàbitats, tant marins com terrestres, així com els paisatges culturals del massís del Montgrí, les illes Medes i els aiguamolls del Baix Empordà, van comportar l'any 2010 la declaració de la zona com a Parc Natural. En un territori de 8.192 hectàrees conflueixen tres espais naturals diversos.

El parc inclou paratges i hàbitats diferents i un ric patrimoni que permet seguir l'evolució històrica de la zona, des del paleolític fins a l'actualitat. La protecció es conjuga perfectament amb el manteniment dels usos tradicionals d'aquests espais, com ara l'agricultura, i la pràctica d'activitats relacionades amb un turisme actiu i de descoberta (senderisme, exploració dels fons marins, ciclisme...).

El Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter va obtenir, a finals del 2016, la prestigiosa Carta Europea de Turisme Sostenible.



Les activitats nàutiques

L'existència del port esportiu a l'Estartit permet la pràctica de nombroses activitats relacionades amb el mar, la principal de les quals és el submarinisme. L'Estartit s'ha convertit, gràcies a la preservació de la riquesa dels fons marins, en un dels principals centres d'immersions de la Mediterrània.

La immersió lleugera, el caiac, la vela, el surf de vela, la planxa de surf d'estel i el surf de rem formen part també de l'oferta d'esports nàutics a l'Estartit, una oferta que es completa amb la possibilitat d'explorar els fons marins amb embarcacions adequades.



Itineraris per a la descoberta

Una vintena d'itineraris per a la descoberta del territori i del seu patrimoni recorren el Parc Natural. Itineraris que es poden recórrer a peu i amb bicicleta, tant per la zona muntanyosa com per la plana i arran de mar, amb diverses dificultats i durades.

Molts d'aquests itineraris connecten amb municipis veïns, però també amb rutes de llarg recorregut, com ara la xarxa de cicloturisme Pirineus, la Ruta del Ter, el GR-92 i la xarxa dels consells comarcals de l'Alt i el Baix Empordà.



Sol i platja

Dins de l'àmbit del municipi trobem una àmplia franja litoral de 15,1 km de longitud, repartida entre 5,4 km de platja i 9,7 km de costa rocosa.

Les platges, amb sorra fina i poca profunditat, són ideals per a tothom. Compten amb serveis bàsics i boies que delimiten la zona de bany i la zona d'esports nàutics. A més a més, al llarg del passeig marítim que ressegueix la platja, hi ha diferents parcs infantils i zones de descans.

Les platges del Ter Vell, la Pletera i el Mas Pinell també formen part del parc i destaquen per la seva bellesa natural.



Roger Salanova



Propostes turístiques

Per la diversitat del paisatge, serveis i equipaments que té el nostre municipi t'ofereix un ampli ventall de propostes turístiques d'estades i d'activitats.

Aquestes propostes et permetran descobrir la natura, el mar, viure aventures, aprendre, tastar el paisatge i participar a les nostres festes, tradicions i activitats culturals.

• Certificacions

Torroella de Montgrí i l'Estartit aposta per un turisme respectuós amb l'entorn i els seus habitants. Per això, les certificacions asseguren que viatges d'una manera més responsable.



Empreses i entitats certificades amb la **Carta Europea de Turisme Sostenible**



Empreses i entitats afiliades a les marques de **l'Agència Catalana de Turisme**



Empreses i entitats validades amb el segell **Turisme per a tothom**



Jordi Renart



Observació de flora i fauna. La vida salvatge al seu hàbitat

01.

Un fons marí incomparable

A només una milla del port de l'Estartit, la Reserva Natural Integral de les Illes Medes es considera la millor d'Europa. Amb un guia, les activitats "Ecoaiac a les Medes" i "Snorquel a les Medes" et permetran observar fàcilment, a poca profunditat, la fauna i flora d'aquesta important reserva natural protegida; gaudiràs de recorreguts pels illots i descobriràs els seus espectaculars fons.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: medaqua.com



03.

Observar les aus amb barca

La Núria és una antiga barca de pescadors que, des de la dècada de 1960, organitza sortides per la costa del Montgrí i les illes Medes, un dels fons marins més importants d'Europa. Durant la ruta, veurem penya-segats i cales i passarem per sota de roques. L'albirament d'aus també delectarà els aficionats al birdwatching.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: barcanuria.com



02.

Creuer pel fons del mar

T'imagines com seria passejar entre corals, prats de posidònia i peixos de les illes Medes? És possible fer-ho des de les cabines submergides del Nautilus.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: nautilus.es



04.

L'Empordà en bicicleta

L'Empordà és un territori bàsicament pla i ideal per recórrer fàcilment amb bicicleta. Per això, aquesta és l'activitat que proposa als seus clients l'Hotel URH Molí del Mig. En sortir amb una bicicleta llogada a l'hotel, pots recórrer aquesta comarca tan característica del nord de Catalunya que compta amb una extraordinària població d'aus autòctones i migratòries. Tot això amb el perfil de les illes Medes sempre a l'horitzó.

TORROELLA DE MONTGRÍ,
COSTA BRAVA

+info: molidelmig.com



— **Ècoturisme cultural.** Recorregut per les tradicions i el patrimoni

01.

La pesca artesanal de l'Estartit

Embarcats a la Núria ens acostarem a les petites barques de pesca artesanal. Explicarem la situació i les particularitats de la pesca a l'Estartit. Quants pescadors hi ha avui dia? Els ha afavorit treballar en una reserva natural com les illes Medes? On venen el peix? Quin tipus de pesca fan i com són les seves barques? També explicarem l'objectiu del singular "Projecte Sèpia".

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: barcanuria.com



02.

Senderisme cultural pel Montgrí

"A vista d'ocell" és una ruta circular d'unes tres hores amb un guia local i acreditat pel Parc Natural del Montgrí. Visitarem elements del patrimoni de pedra seca fins a arribar al mirador de Torre Moratxa. Al llarg de tot el recorregut, el guia ens informará de les característiques principals del parc i del territori.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: masramades.com



03.

Itinerari al centre històric de l'Estartit

En els orígens, l'Estartit era una vila de pescadors. Passejant pels carrers més antics, descobrireu com era el passat mariner, abans de l'arribada del turisme. Coneixereu els carrers del davant i del darrere, els cadenys, la perola, la casa Salietti o les cases dels americanus.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: visitestartit.com



04.

Itinerari de la Pletera

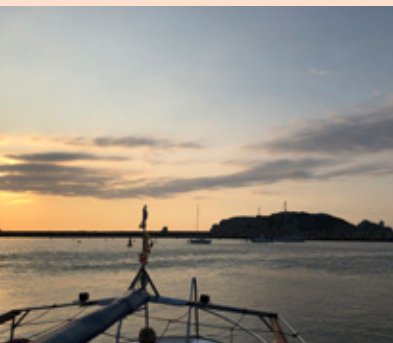
Aquest itinerari es troba en el Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter.

És el resultat d'eliminar parts urbanitzades i recuperar l'estat natural dels aiguamolls costaners.

Podeu passejar arran de mar entre llacunes, maresmes i dunes, i observar la gran diversitat d'espècies d'ocells des dels miradors adaptats.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: parcsnaturals.gencat.cat/ca/xarxa-de-parcs/illes-medes



Experiències actives. La vida salvatge al seu hàbitat

01. Mil maneres de descobrir el Parc Natural

Les visites guiades són una bona manera de descobrir el magnífic entorn del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter. Amb experts professionals en fauna, flora, patrimoni i cultura, podràs gaudir dels millors productes de la terra i de la seva diversitat paisatgística, ja sigui en bicicleta, caiac o a peu.

TORROELLA DE MONTGRÍ,
COSTA BRAVA



+info: museudelamediterranea.cat

03. Bateig de submarinisme

L'Eco Bateig de submarinisme és una activitat de descobriment del fons marí del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter.

En primer lloc, farem una sessió de piscina per practicar les regles bàsiques del busseig. A continuació, sortirem amb vaixell a la costa del Montgrí i farem una immersió amb un instructor que ens explicarà els hàbitats i espècies que podem observar.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA



+info: elreidelmar.com

02. Viu l'experiència de les illes Medes!

Gaudeix d'una forma única les Illes Medes, explora aquest tresor de la Costa Brava amb el nostre lloguer de caiac i pàdel surf. Activitats adequades per a tots els nivells, sigui remant en un caiac o lliscant sobre una taula de pàdel surf, per gaudir de la tranquil·litat i les vistes espectaculars que aquest paradís mediterrani té per a oferir.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA



+info: cnestartit.com

04. Descobreix l'Estartit amb els jocs de l'Estar i en Tit

Tot passejant pel passeig del Molinet, el passeig marítim i els aiguamolls de la Pletera podreu descobrir la gran diversitat de paisatges marins de l'Estartit: Els penya-segats del Montgrí, les illes Medes i els seus fons marins, les platges naturals i la funció de les dunes litorals, els aiguamolls i les llacunes del Ter Vell i la Pletera. L'Estar i en Tit us acompanyaran a través dels panells informatius que trobareu durant la vostra ruta.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA



+info: visitestartit.com



Dolors Agustí



Rafael Fernández



Experiències actives. Activitat física als entorns més privilegiats

01. Mil activitats aquàtiques

Classes per aprendre paddle surf, una combinació de surf i piragüisme. Sortides en caiac per descobrir amb autonomia racons del litoral inaccessibles per altres mitjans. Les sortides per a debutants es fan amb caiacs de dues places. L'itinerari habitual passa per les Illes Medes.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: enestartit.com



03. Caiac natura

Excursió guiada: Sortida de mig dia amb caiacs de travessia. Excursió amb sortida des de Cala Montgó fins al túnel natural de la Foradada. Naveguem per tota la costa del Parc Natural del Montgrí, illes Medes i Baix Ter, que es caracteritza pels seus imponents penya-segats calcaris, petites cales i coves de gran bellesa. Grups reduïts de 10 persones a partir de 14 anys.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: kayakingcostabrava.com



02. Bateig i immersió guiada

Vine a descobrir per primera vegada els meravellós fons marí del Parc Natural del Montgrí o, si disposes de certificació, a gaudir d'una espectacular immersió guiada a la reserva marina de les Illes Medes.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: hotellesilles.com

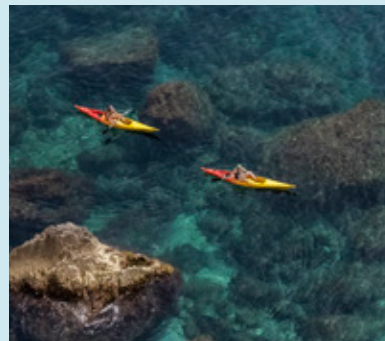


04. Curs d'ecologia marina

El curs d'Ecologia Marina és un curs de biologia marina general però que en les nostres immersions dediquem especialment al nostre entorn: la zona de Costa del Montgrí i la Reserva Marina de les Illes Medes. Obligatori tenir certificació de busseig i assegurança obligatòria de busseig.

L'ESTARTIT, COSTA BRAVA

+info: visitestartit.com



Allotjaments per a tots els gustos perquè us sentiu com a casa. Torroella de Montgrí i l'Estartit ofereixen una àmplia varietat d'allotjaments pensats per satisfer totes les necessitats: hotels, càmpings amb zona per a caravanes, apartaments turístics, habitatges d'ús turístic i cases rurals, amb diferents categories i serveis especialitzats.

Tant si busqueu comoditat, natura, flexibilitat o tranquil·litat, trobareu l'opció perfecta per gaudir d'una estada inoblidable.

CÀMPINGS

▶ CÀMPING MEDES 1a

Paratge Camp de l'Arbre. L'Estartit

972 75 18 05 | campinglesmedes.com



▶ CÀMPING RIFORT 2a

Camí Vell, 2. L'Estartit

972 75 04 06 | campingrifort.com



TURISME RURAL

▶ MAS PAGUINA

L'Estartit | maspaguina.com



▶ MAS RAMADES

L'Estartit | masramades.com



▶ B&B MAS DEL LLOP BLANC

Barri de Sobrestany | masdellloplblanc.com



HOTELS

▶ HOTEL MOLÍ DEL MIG ****

Torroella de Montgrí | molidelmig.com



▶ HOTEL EVENIA CORAL BOUTIQUE ****

L'Estartit | eveniahotels.com



▶ HOTEL PANORAMA ****

L'Estartit | hotelpanoramaestartit.cat



▶ HOTEL CAN MIQUEL ***

Cala Montgó, TdM | canmiquel.com



▶ HOTEL LA MASIA ***

L'Estartit | masia.com



▶ HOTEL LES ILLES ***

L'Estartit | hotellesilles.com



▶ HOTEL MEDES II ***

L'Estartit | hotelmedes.com



▶ HOTEL NEREIDA ***

L'Estartit | hotelnereida.com



▶ MALVA HOSTEL

L'Estartit | malvahostel.com



Restaurants. Assaboreix el territori!

Fes un tast als més de 80 restaurants de Torroella de Montgrí i l'Estartit, on la cuina casolana es fusiona amb la creativitat gastronòmica.

Una oferta rica i variada que reflecteix el millor del nostre entorn: els productes frescos de l'horta de la plana i el peix i marisc de la costa, sempre presents a la taula.

RESTAURANTS

► CAMÍ DE L'AIGUA.

Torroella de Montgrí
molidelmig.com



► HOTEL MEDES II

L'Estartit
hotelmeges.com



► CAN MIQUEL

Cala Montgó, Torroella de Montgrí
canmiquelrestaurant.com



► HOTEL NEREIDA

L'Estartit
hotelnereida.com



► CLUB NÀUTIC ESTARTIT

L'Estartit
cnestartit.es



► HOTEL PANORAMA

L'Estartit
hotelpanoramaestartit.com



► HOTEL LES ILLES

L'Estartit
hotellesilles.com



► LES CORONES

L'Estartit
www.lescorones.cat



T'esperem!

Per obtenir més informació i les dades de les empreses i els serveis que ofereixen activitats a l'Estartit i Torroella de Montgrí:

Oficina de Turisme de l'Estartit

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

Oficina de Turisme de Torroella de Montgrí

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

visitstartit.com

visittorroella.com



Dipòsit legal: GI 2044-2025

