

PLAN DE RUTES DE SENDERISME I BICICLETA DE MUNTANYA



EL PORT DE LA SELVA

RECOMANACIONS:

- Portar calçat adequat: botes de muntanya en totes les rutes a excepció del camí de ronda a Llançà.
- Portar aigua. Les fonts i els punts d'abastiment d'aigua són pràcticament inexistents en tot el parc.
- Utilitzar protecció solar. Les rutes no passen per zones ombrívols. La vegetació del parc és arbustiva i les zones amb arbres són escasses. Evitar les hores de màxima radiació solar de març a setembre.
- Consultar la previsió meteorològica abans de començar la ruta.

L'Ajuntament del Port de la Selva i el Parc Natural del Cap de Creus no es fan responsables dels incidents que puguin patir les persones que realitzen aquestes rutes de senderisme. Cada excursionista ha de ser conscient de les seves pròpies capacitats i limitacions i actuar en conseqüència, tenint en compte el grau de dificultat de la ruta i les característiques del recorregut.

IMPORTANT
Quan s'activa el nivell 4 del Pla Alfa els accessos al Parc Natural queden tancats, és a dir, no s'hi pot accedir ni a peu, ni amb bicicleta ni amb cap altre mitjà de transport. Podeu consultar l'estat del Pla Alfa a: https://interior.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/agents-rurals/plaalfa/index.html

RECOMENDACIONES:

- Utilizar calzado adecuado: botas de montaña en todas las rutas exceptuando el camino de ronda a Llançà.
- Llevar agua. Las fuentes y los puntos de abastecimiento de agua son casi inexistentes en todo el parque.
- Utilizar protección solar. Las rutas no son sombreadas. La vegetación del parque es arbustiva y las zonas con árboles son escasas. Evitar las horas de máxima radiación solar de marzo a septiembre.
- Consultar la previsión meteorológica antes de empezar la ruta.

El Ayuntamiento del Port de la Selva y el Parque Natural del Cabo de Creus no se hacen responsables de los incidentes que puedan sufrir las personas que realicen estas rutas de senderismo. Cada excursionista debe ser consciente de sus propias capacidades y limitaciones y actuar en consecuencia, teniendo en cuenta el grado de dificultad de la ruta y las características del recorrido.

IMPORTANTE
Cuando se activa el nivel 4 del Pla Alfa los accesos al Parque Natural quedan cerrados, es decir, no se puede acceder ni a pie, ni en bicicleta ni en ningún otro medio de transporte. Puede consultar el estado del Pla Alfa en: https://interior.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/agents-rurals/pla-alfa/index.html

GUÀRDIA MUNICIPAL	972 126 600	CONSULTORI MÈDIC	972 388 100
SALVAMENT MARÍTIM	900 202 202	FARMÀCIA	972 387 315 / 686 515 094
AJUNTAMENT	972 387 025	C.A.P. LLANÇÀ	972 122 010
OFICINA DE TURISME	972 387 122	PARC NATURAL del Cap de Creus	972 193 191



OFICINA DE TURISME DEL PORT DE LA SELVA
C/ Llançà, 3 - 17469 El Port de la Selva
Tel. 972 387 122
www.elportdelaSelva.cat
Email: turisme@elportdelaSelva.cat
f @elportdelaSelvaoficial
@elportdelaSelva
@elportdelaSelva



EMERGENCIES / BOMBERS
MOSSOS D'ESQUADRA
SERVEI D'EMERGENCIES
MÈDIQUES



CONSELL COMARCAL
DE L'ALT EMPORDÀ



EUROPARC
Turisme Sostenible en
Espanya Protegida



Parc Natural
de Cap de Creus



HORARIIS TRANSPORT PÚBLIC

CAMÍ DE RONDA EL PORT DE LA SELVA → LLANÇÀ



7,7km
2h
+74m

Un camí d'ensomni, entre cales i paisatges encisadors

CAT. El camí de ronda és una ruta de fàcil accés que transcorre per cales i paratges de gran bellesa. El punt d'inici es troba a l'aparcament de la Ribera, a l'entrada del poble. Des d'aquí, seguirem direcció nord-oest, passant pel costat del càmping, fins a arribar a la platja del Bell Repòs, amb l'emblemàtica casa que dona nom a la platja. A partir d'aquí només cal seguir el camí tot vorejant la costa. Al llarg del trajecte, descobrirem cales d'aigües cristal·lines i poc freqüentades i racons ideals per desconectar de la rutina, entre els quals destaquen el mirador, la platja del Port de la Vall, el far de s'Arenella, la platja d'en Balieu o Cap de Bol. Una vegada arribem a Llançà podem agafar el bus de tornada. Si no volem caminar tant, podem fer només el tram fins el far de s'Arenella (45 minuts d'anada).

CAS. El camino de ronda es una ruta de fácil acceso que transcurre por calas y parajes de gran belleza. El punto de inicio se encuentra en el aparcamiento de la Ribera, en la entrada del pueblo. Desde ahí, seguiremos dirección noroeste, pasando junto al camping, hasta llegar a la playa del Bell Repòs, con la emblemática casa que da nombre a la playa. A partir de este punto sólo hay que seguir el camino litoral. A lo largo del recorrido, descubriremos calas de aguas cristalinas y poco frecuentadas y rincones que son ideales para desconectar de la rutina, entre los cuales destacan el mirador, la playa del Port de la Vall, el faro de s'Arenella, la playa d'en Balieu o Cap de Bol. Una vez en Llançà podemos coger el bus de vuelta. Si no queremos andar tanto, podemos hacer solo el tramo hasta el faro de s'Arenella (45 minutos de ida).



WIKILOCS

EL PORT DE LA SELVA → SANT PERE DE RODES PEL CAMÍ DE SANT JAUME



7km
2h 30min
+520m

Pelegrinatge fins a Sant Pere de Rodes

CAT. L'inici d'aquest itinerari el trobem a l'Av. J.V. Foix on el monument el pelegrí ens indica el punt de partida. Des d'aquí seguirem pel passeig direcció a Llançà fins a trobar el camí de ronda pel qual seguirem uns 2 km fins arribar a la platja del Port de la Vall. Just després del càmping haurem de girar a l'esquerra per un camí de terra que ens portarà a la ctra. de Llançà. Aquí tornarem a girar a l'esquerra passant uns metres per la carretera, i un cop passat el pont travessarem la carretera, amb molt de compte, per agafar el camí que puja cap a La Vall. Un cop dins el poble trobarem els senyals del camí de Sant Jaume que ens conduiran al monestir per un corriol estret i de pendent considerable. Podeu segellar la credencial a l'Oficina de Turisme (C/ Llançà, 3) i al monestir.

CAS. El inicio de este itinerario se encuentra en la Avenida J.V. Foix donde el monumento al peregrino nos indica el punto de partida. A partir de aquí seguiremos por el paseo dirección Llançà hasta encontrar el camino de ronda, el cual seguiremos unos 2 km hasta llegar a la playa del Port de la Vall. En este punto deberemos girar a la izquierda, justo después del camping para ir a buscar la ctra. de Llançà. Una vez termina el camino de tierra, giraremos a la izquierda pasando unos metros por la carretera, cruzando el puente de la riera de la Vall, y en cuanto pasamos el puente deberemos cruzar la carretera con mucho cuidado para tomar el camino que sube hacia La Vall. Una vez dentro del pueblo encontraremos las señales del camino de Sant Jaume que nos conducirán al monasterio por un sendero estrecho y de pendiente considerable. Se puede sellar la credencial en la Oficina de Turismo (C/ Llançà, 3) y en el monasterio.

CAMÍ DE RONDA CALA TAMARIUA → CALA FORNELLS



2km
1h
+97m

La part més autèntica i salvatge del Cap de Creus

CAT. Amb aquest itinerari ens endinsem a la part més verge i salvatge del Cap de Creus, per descobrir la natura en estat pur. Iniciem la ruta a l'aparcament de Cala Tamaríua i baixem les escales que ens porten a la cala. Creuem la platja i al final trobem el pal indicador del recorregut. El camí segueix vorejant la costa per un corriol estret i abrupte a ple sol. Només cal seguir les marques grogues que ens van guiant durant el trajecte. Passem per cala Cativa amb el seu refugi de pescadors fins arribar a Cala Fornells, punt final de la travessa. Per tornar caldrà desfer el camí d'anada, no sense abans haver gaudit d'un bany ben refrescant.

CAS. En este itinerario nos adentramos en la parte más virgen y salvaje del Cap de Creus, para descubrir la naturaleza en su estado más puro. Iniciamos la ruta en el aparcamiento de Cala Tamaríua, y bajamos las escaleras que nos conducen a la cala. Cruzamos la playa y al final encontramos el mástil indicador del camino de ronda. Seguimos bordeando la costa por un sendero estrecho y abrupto sin árboles y bastante rocoso. Basta con seguir las marcas amarillas que nos van guiando durante el trayecto para no perdernos. Pasamos por cala Cativa con su refugio de pescadores hasta llegar a Cala Fornells, punto final de la travesía. Para volver habrá que deshacer el camino de ida, no sin antes haber disfrutado de un refrescante baño.



WIKILOCS

DEL PORT DE LA SELVA → A LA COSTA DE L'ORATORI



6,5km
2h 15min
+183m

CAT. Ruta circular amb punt d'inici a l'aparcament dels Horts o de la Ribera. Sortirem de l'aparcament direcció est resseguint la línia de la costa per l'Av. J.V. Foix, direcció Port de Reig fins a la Lloia. Passat aquest punt agafarem la carretera que puja per sobre la platja del Pas i a la següent intersecció seguirem a la dreta pel C/ Puig Gros el qual ens conduirà fins al camí dels Masos, entrada al Parc Natural. Deixant enrere la zona urbana, ens endinsem per la pista forestal fins a trobar el trencant a mà dreta de la Costa de l'Oratori (senyalitzat). Aquí el traçat s'enfila pel Puig de l'Oratori, punt més elevat del camí. A continuació, començarem la baixada, en alguns trams bastant pronunciada, fins a arribar a la carretera de Cadaqués, i d'aquí al punt de partida a l'aparcament dels Horts.

CAS. Ruta circular con punto de inicio en el aparcamiento de Els Horts o de la Ribera. Saldremos del aparcamiento dirección este siguiendo la línea de la costa por la Av. J.V. Foix, dirección Port de Reig hasta La Lloia. Pasado este punto tomaremos la carretera que sube por encima de la playa del Pas y en la siguiente intersección seguiremos a la derecha por la calle Puig Gros la cual nos conducirá hasta el camino dels Masos, entrada al Parque Natural. Dejando atrás la zona urbana, nos adentramos por la pista forestal hasta encontrar el desvío a mano derecha de la Costa del Oratori (señalizado). Aquí el trazado sube por el Puig de l'Oratori, punto más elevado del camino. A continuación, empezaremos la bajada, en algunos tramos bastante pronunciada, hasta llegar a la carretera de Cadaqués, y de ahí al aparcamiento dels Horts.



WIKILOCS

SANTA HELENA, SANT SALVADOR SANT PERE DE RODES



2,78km
1h 15min
+165m

El millor binomi: Patrimoni i vistes d'ensomni

CAT. Aquesta ruta és una circular entre els tres monuments que formen el conjunt monumental de Sant Pere de Rodes: l'església de Santa Helena de Rodes, el castell de Sant Salvador de Verdera i el monestir de Sant Pere de Rodes. El recorregut es caracteritza per ser exigent, però gaudeix d'una de les millors vistes de l'Empordà. El punt d'inici està situat a l'aparcament de l'església de Santa Helena on deixarem el cotxe. Enfilarem les escales que condueixen a l'església i girarem a l'esquerra travessant el poblat de Santa Creu, fins a arribar al menhir (tombat a terra). Més endavant, anirem a sortir a la pista forestal, punt en el qual haurem de girar a l'esquerra i carenejar fins a trobar el camí que puja del monestir. A partir d'aquí el desnivell és més pronunciat, especialment el tram final, però les vistes recompensaran l'esforç fet.

CAS. Esta ruta es una circular entre los tres monumentos que forman el conjunto monumental de Sant Pere de Rodes: la iglesia de Santa Helena de Rodes, el castillo de Sant Salvador de Verdera y el monasterio de Sant Pere de Rodes. El recorrido se caracteriza por ser exigente, pero con una de las mejores vistas de la región. El punto de inicio está situado en el aparcamiento de Santa Helena, donde dejaremos el coche. Subiremos las escaleras hasta la iglesia y giraremos a la izquierda justo por detrás del poblado de Santa Creu, pasando por el menhir (tumbado en el suelo). Más adelante encontraremos la pista forestal la cual seguiremos a la izquierda hasta encontrar el camino que sube del monasterio. A partir de este punto el desnivel es más pronunciado, especialmen-te el tramo final, pero las increíbles vistas lo compensan.



WIKILOCS

SANT PERE DE RODES → LLANÇÀ



8km
2h
-520m

Una ruta amb història, muntanya i mar.

CAT. Ruta lineal amb inici al monestir de Sant Pere de Rodes que caldrà seguir en direcció sud-oest cap al Mas de la Pallera. A l'inici del camí podem fer una parada per visitar el paradolmen de la Pallera situat a mà dreta que es troba en molt bon estat de conservació. Tornant a la pista seguirem les marques blanques i vermelles que ens duren fins al Mas de la Granja, després del qual girarem a la dreta per arribar al Coll del Perer. Aquí cal anar amb compte ja que el desnivell és més pronunciat i sinuós. Més endavant, el pendent se suavitza fins a entrar al nucli urbà de Llançà. Baixarem per l'Avinguda Margaritis fins a arribar al C/ Camprodon (aparcament Spar) on podrem agafar un bus de tornada al Port de la Selva.

CAS. Ruta lineal con inicio en el monasterio de Sant Pere de Rodes. Nos dirigiremos hacia el sur oeste pasando cerca del Mas de la Pallera. Al inicio del camino podemos realizar una parada para visitar el paradolmen de la Pallera situado a mano derecha del camino que se encuentra en muy buen estado de conservación. Volviendo a la pista seguiremos las marcas blancas y rojas que nos llevarán hasta el Mas de la Granja, después del cual guiaremos a la derecha para llegar al Coll del Perer. Aquí hay que tener cuidado ya que el desnivel es bastante pronunciado. Más adelante la pendiente se suaviza hasta llegar al casco urbano de Llançà. Bajaremos por la Avenida Margaritis hasta llegar a la C/Camprodon (aparcamiento Spar) donde podremos tomar un bus de regreso al Port de la Selva.

* SEGUIR EN
SENTIT INVERS



WIKILOCS

EL PORT DE LA SELVA → SANT PERE DE RODES PER LA SELVA DE MAR



5,5km
2h 30min
+570m

Un sender exigent però gratificant

CAT. El punt de partida d'aquesta ruta es troba a l'encreuament de la ctra. de La Selva de Mar (GIV-6121), per tant, deixarem el cotxe a l'aparcament de la Ribera, just al costat. Seguirem la carretera uns metres en direcció a La Selva de Mar per la dreta, fins que trobarem les marques blanques i vermelles del GR que ens guiaran fins al mateix poble. Creuarem el poble fins als safareigs, seguint en direcció a l'església de Sant Sebastià deixant el nucli habitat enrere. Les vistes que ens acompanyaran fins a arribar al monestir de Sant Pere de Rodes són esplèndides, podrem contemplar la badia del Port de la Selva, el Pení o Bufadors de manera privilegiada.

CAS. El punto de partida de esta ruta se encuentra en el cruce de la ctra. de La Selva de Mar (GIV-6121), por tanto, dejaremos el coche en el aparcamiento de la Ribera, justo al lado. Seguiremos la carretera unos metros en dirección a La Selva de Mar por la derecha, hasta encontrar las marcas blancas y rojas del GR que nos guiarán hasta el mismo pueblo. Cruzaremos el núcleo urbano hasta los lavaderos, siguiendo en dirección a la iglesia de San Sebastián y dejaremos el núcleo habitado atrás. Las vistas que nos acompañarán hasta llegar al monasterio de Sant Pere de Rodes son espléndidas, podremos contemplar la bahía del Port de la Selva, el Pení o Bufadors de manera privilegiada.



WIKILOCS

RUTA CIRCULAR MAS VENTÓS, FONT DELS ARBRES I MAS MARGALL



5,5km
1h 30min
+140m

CAT. Deixarem el cotxe a l'aparcament del Mas Ventós. Aquí us recomanem arribar fins al mirador des d'on podreu contemplar una panoràmica espectacular de la badia de Roses i la plana de l'Empordà. Tot seguit agafarem el corriol de l'esquerra que ens conduirà a un camí més ample on trobarem el trencant que haurem d'agafar per anar direcció a Santa Helena. Anirem a parar a una pista de terra que haurem de deixar tan bon punt trobem l'indicador de Santa Helena. Arribarem al poblat de Santa Creu i a l'església i aquí girarem a l'esquerra fins arribar a les escales de l'aparcament de la Pallera, el qual caldrà travessar per anar a buscar el GR11, direcció al mas de la Pallera. Transcorreguts uns metres del GR podrem observar el Mas de la Pallera a l'esquerra en ruïnes i el paradolmen de la Pallera a la dreta del camí, en molt bon estat de conservació. A partir d'aquí seguirem el GR fins a trobar la pista ampla a l'esquerra que fa un gir d'uns 180 graus i que ens conduirà fins a la Font dels Arbres. A la font, continuarem a la dreta per una pista herbadada que ens portarà al Mas Margall (en ruïnes). I d'aquí anirem a parar a la carretera que haurem de seguir uns metres i creuar a l'altra banda fins a trobar el camí que ens conduirà altra vegada al Mas Ventós. Precaució: Hi ha dos trams on cal caminar uns metres per la carretera per creuar-la.

CAS. Dejaremos el coche en el aparcamiento del Mas Ventós. Aquí le recomendamos llegar hasta el mirador desde donde podrá contemplar una panorámica espectacular de la bahía de Roses y la llanura del Empordà. A continuación tomaremos el sendero de la izquierda que nos conducirá a un camino más ancho donde encontraremos el desvío que deberemos tomar para ir dirección a Santa Helena. Iremos a parar a una pista de tierra que deberemos dejar nada más encontrar el indicador de Santa Helena. Llegaremos al poblado de Santa Creu y a la iglesia y aquí giraremos a la izquierda hasta llegar a las escaleras del aparcamiento de la Pallera, que habrá que atravesar para ir a buscar el GR11, dirección al Mas de la Pallera. Transcurridos unos metros del GR podremos observar el Mas de la Pallera a la izquierda en ruinas y el paradolmen de la Pallera a la derecha del camino, en muy buen estado de conservación. A partir de aquí seguiremos el GR hasta encontrar la pista ancha a la izquierda que da un giro de unos 180 grados y que nos conducirá hasta la Font dels Arbres. En la fuente, continuaremos a la derecha por una pista de hierba que nos llevará a Mas Margall (en ruinas). Finalmente, saldremos a la carretera, la cual deberemos seguir unos metros y cruzar al otro lado hasta encontrar el camino que nos conducirá otra vez al Mas Ventós. Precaución: Hay dos tramos donde hay que andar unos metros por la carretera para cruzarla.



WIKILOCS