

DISFRUTA SIN LÍMITES EN LA COSTA BRAVA Y EN EL PIRINEO DE GIRONA

Experiencias para todos

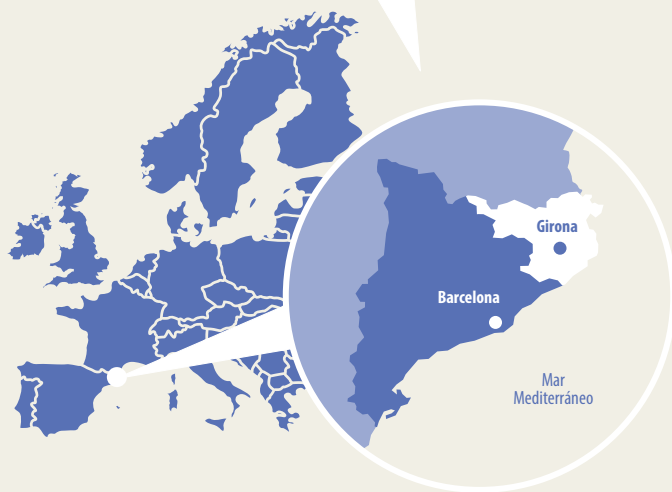


Costa Brava
Pirineu de Girona



Turisme Inclusiu
Costa Brava
Pirineu de Girona





Experiencias

Experiencias enogastrómicas	6
Experiencias en la naturaleza	19
Experiencias culturales	32
Experiencias de bienestar	50



Persona usuaria
de silla de ruedas



Persona con
discapacidad visual



Persona con
discapacidad auditiva



Persona con
discapacidad cognitiva

Confirmar la accesibilidad con las empresas organizadoras

Costa Brava y Pirineo de Girona: un destino para todas las personas

¡Experiencias para todo el mundo! En la Costa Brava y el Pirineo de Girona, la actividad nunca se detiene. Aquí no hay historias sin protagonistas: quien lo desee puede convertirse en el personaje principal del descubrimiento, la aventura y el disfrutar. Todo depende de los intereses personales, porque hay una gran diversidad de oferta para cada persona en cualquier época del año.

En el mar o en el río, puedes pasar el día en kayak o en velero, practicar submarinismo o *snorkeling* y sumergirte en las islas Medes o en cualquiera de las calas y playas accesibles de la Costa Brava. En tierra, las opciones también son infinitas: recorrer una ruta en *handbike* desde el mar hasta las montañas siguiendo la Vía Verde, caminar un tramo del camino de ronda, visitar bodegas y viñedos o perderte por las callejuelas de pueblos medievales y ciudades milenarias.

La cultura está al alcance de todo el mundo. Muchos museos, espacios expositivos y rutas guiadas incluyen material táctil, recursos audiovisuales y servicios de lengua de signos.

La naturaleza, que siempre ha tenido un papel destacado en nuestro territorio, te invita a descubrir parques naturales con la ayuda de la silla Joëlette, a pasear por jardines junto al Mediterráneo o, para quienes quieran más acción, a esquiar. Y si prefieres un ritmo más suave y amable, te recomendamos un baño de bosque u otras actividades de bienestar.

También puedes cambiar la perspectiva: un vuelo en globo te permite contemplar de cerca los volcanes, y si buscas adrenalina, el túnel del viento, el parapente o los vuelos en biplaza son experiencias inolvidables.

Ya sea en familia, en pareja, con amigos o por tu cuenta, hay mil maneras de disfrutar del destino. Nuestro privilegio es darte la bienvenida.





EXPERIENCIAS ENOGASTRONÓ- MICAS



Estimula los cinco sentidos con Brugarol

BRUGAROL EXPERIENCES

Baix Empordà

bell-lloc@brugarol.com

(+34) 972 31 62 03

brugarol.com



"Estimular los cinco sentidos. La espectacularidad del proyecto arquitectónico de la bodega Brugarol bien merece una visita. Un espacio al límite entre el viñedo y el bosque que sorprende por la perfecta simbiosis con la naturaleza, obra del estudio de arquitectura RCR Aranda Pigem Vilalta. Adentrándote en el taller accederás



a un laberinto de pasadizos subterráneos, oscuros, aislados, frescos y dotados de una climatización controlada. La visita a la bodega se acompaña de una cata dirigida por nuestros guías, que te ayudarán a apreciar al máximo las virtudes y características de nuestros vinos. Puedes venir cualquier día de la semana, siempre con reserva previa."



Tour gastronómico por Girona

GIRONA FOOD TOURS

Gironès

info@gironafoodtours.com

(+34) 629 850 709

gironafoodtours.com



"Descubre los secretos de Girona, su historia, la cultura local y, sobre todo, ¡la tradición culinaria en un tour guiado completísimo! Disfruta de platos tradicionales, tapas, vinos, cavas, embutidos, quesos, dulces y mucho más,

todo ello combinado con los sitios más emblemáticos de nuestra tierra, que convertirán el tour en una experiencia gastronómica única. ¡Un tour guiado nunca había sido tan delicioso!"



Degusta el Empordà en Vulpilius

VULPILIUS

Baix Empordà

vulpilius22@gmail.com

(+34) 872 01 21 31



Descubre el paisaje del Ampurdán a través de sus embutidos, quesos y vinos en un entorno idílico: el pueblo Medieval de Vulpellac. Al Vulpilius también encontraréis una tienda

con productos km0 y 100% Ampurdán con una gran selección de vinos, espumosos, destilados, cervezas artesanas, aceites, quesos, anchoas, embutidos, miel, helados...



Tastos Empordà es una experiencia enoturística donde podrás probar una variedad de vinos con D.O. Empordà. Ven a disfrutar durante una hora y media con tus amigos o familiares, ¡y conviértete



Catas de vinos D.O. Empordà en miraGe

MIRAGE / MAS GUSÓ

Alt Empordà

mirage@masguso.com

(+34) 972 52 03 79

masguso.com



en todo un experto! Además, en miraGe ofrecemos todo un abanico de opciones gastronómicas durante el día para complementar esta experiencia.



Cata gourmet

MASIA SERRA

Alt Penedès

visit@masiaserra.com

(+34) 689 604 905

masiaserra.com

La experiencia consiste en un paseo por los viñedos donde explicamos nuestro proyecto, y acabamos con una cata de aceite y de 4 vinos acompañados de unas tapas de embutidos y quesos artesanos. Es la visita ideal para conocer el proyecto Masia Serra, el proceso de elaboración y envejecimiento de nuestros vinos, y el paisaje del Empordà.





Main Wines

BODEGAS CLOS D'AGON

Baix Empordà

visitas@closdagon.com

(+34) 972 66 14 86

closdagon.com



Una experiencia exclusiva para que disfrute en pequeño comité de una degustación de los vinos más representativos de la bodega, servidos en un espacio privilegiado. Empezando por paseo por el viñedo, visita guiada a la bodega, y seguido de la cata de vinos con un aperitivo de selección de quesos catalanes y grisines.



Vermut Gastronómico

VINYES D'OLIVARDOTS

Alt Empordà

info@olivardots.com

(+34) 679 877 752

olivardots.com



"Conoce las variedades autóctonas y los terruños del Empordà paseando entre los viñedos del Paraje Olivardots, visita la bodega y cata 4 vinos maridados con 4 productos de vermut selectos de Girona

Excellent y km0. Detalles de la actividad:
Duración aproximada 2.30 horas
Cualquier día del año con reserva previa
Visita viñedo y bodega
Vermut maridado con vinos"



Taller de coctelería clásica

HOTEL GRAN ULTONIA

Gironès

comercial@hotelsultoniagirona.com

(+34) 972 20 38 50

hotelsultoniagirona.com



"Las vistas al casco antiguo son el marco idóneo para disfrutar de la coctelería con identidad Ultonia. Las recetas de autor están especialmente seleccionadas para acompañar una jornada de teambuilding o reunión con los amigos cualquiera de los 365 días del año. Participa en la



elaboración de los 3 cócteles clásicos, ideales para hacer en casa: Mojito, Piña Colada y Dry Martini. Duración aproximada: 90 minutos. Asesoramiento y formación a través de uno de nuestros Bartenders. Reserva y confirmación mínimo con 7 días antelación."



Pícnic entre viñedos en La Vinyeta

LA VINYETA

Alt Empordà

celler@lavinyeta.es

(+34) 647 74 88 09

lavinyeta.es



Capazos en mano y hacia el viñedo! Sólo hay que encontrar un buen lugar, donde la vista sea memorable y donde el aire de marinada nos mime. Mantel, un par de copas de vino y un buen surtido de embutidos y

quesos, ensalada y postre. Como un buen viñador después de la jornada, es necesario recuperar fuerzas con un buen bocado. El picnic es una comida, incluye la visita y la cata de vinos comentada.



Cata de quesos y vinos

COOPERATIVA AGRÍCOLA DE GARRIGUELLA

Alt Empordà

enoturisme@cooperativagarriguella.com

(+34) 972 53 00 02

cooperativagarriguella.com



Después de una visita guiada por nuestra cooperativa, probarás 4 de nuestros vinos

con 8 de los mejores quesos de la zona.
Déjanos sorprenderte!



Camino de Mar

LA GASTRONÒMICA

Gironès

info@lagastronomica.cat

(+34) 685 195 519

lagastronomica.cat



"Paseamos por uno de los mejores caminos de ronda de la Costa Brava, con guía y degustación de productos locales. Salimos de la playa de La Fosca de Palamós y continuamos caminando hacia la playa de Castell, una de las playas vírgenes del Empordà. Durante el camino encontramos algunos espacios con una notable singularidad y belleza (Castell de Sant Esteve, Pineda d'en Gori, S'alguer...) Explicamos todas las leyendas que se esconden detrás de cada espacio. En el

camino de regreso nos detenemos en un punto mágico y exclusivo para una degustación de vinos del Empordà y para comer unos snacks de productos de proximidad. Un momento para descansar, un momento para admirar el paisaje, un momento para grabar en la memoria... Duración entre dos y tres horas. Grupos mínimo de 10 personas. La actividad se puede personalizar y realizar dinámicas de grupo si el cliente lo requiere."



Taller de cata de vinos

LAURA MASRAMON

Alt Empordà

sommelier@lauramasramon.com

(+34) 609 199 086

lauramasramon.com



"Aprender a identificar los aromas y gustos que salen de una copa de vino es interesante y divertido. Los vinos hablan del paisaje, de las manos que los ven crecer y de las bodegas donde se elaboran. Obras de artesanía que esconden historias. Mirad la programación de talleres que hacen durante todo el año en su web. Para grupos privados os recomendamos el juego de cata de vinos a ciegas si queréis conocer y catar todo el

Empordà, o toda Catalunya, de la mano de la formadora en vinos Laura Masramon. Su sala de cata es un espacio ideal rodeado de viñedos y olivares (máximo 24 personas en interior/40 en exterior) pero también se desplaza a otros espacios. Opción Premium que incluye una selección de vinos de gama alta y distintas copas según el tipo de vino. Consúltalos para conocer tarifas."



Cata de aceites de oliva

LAURA MASRAMON

Alt Empordà

sommelier@lauramasramon.com

(+34) 609 199 086

lauramasramon.com



"Los Aceites de Oliva Virgen Extra son el pilar de la alimentación mediterránea basada en la trilogía del pan, el vino y el aceite. El olivo es un árbol que simboliza paz y longevidad ¿Conoces toda su historia? Cataremos aceites del Empordà que a través de sus aromas y sabores nos desvelaran las cualidades, la madurez y las variedades de las olivas. Aprender a utilizar los aceites de oliva en la cocina es clave para

gozar de todos sus beneficios. En la web encontraréis las fechas en las que haremos este taller gastronómico y pedagógico sobre los AOVE. También organizamos el taller para grupos privados, ya sea en nuestro espacio del Ampurdán, que puede acoger un máximo de 24 personas en el interior y de 40 en el exterior, como en vuestro espacio. Contactadnos para conocer las tarifas."



Cata de vinos en el celler Mas Pòlit

CELLER MAS PÒLIT

Alt Empordà

info@cellermaspolit.com

(+34) 636 482 472

cellermaspolit.com



Visita nuestras viñas de montaña, desde donde os explicaremos el paisaje, la historia y detalles del cultivo de la viña de montaña. Conoceremos la nueva bodega,



donde cataremos nuestros vinos ecológicos, disfrutando de una maravillosa vista de las viñas de L'Albera.



Descubre la Nueva Bodega Perelada y sus vinos

PERELADA

Alt Empordà

enoturisme@perelada.com

(+34) 646 056 709

perelada.com



Visita a la Nueva bodega. Abrimos las puertas y le invitamos a descubrir todo lo que hay detrás de nuestros vinos: arquitectura, sostenibilidad, excelencia.

Diseñada para hacer grandes vinos por RCR Arquitectos, ganadores del Pritzker 2017, es la primera bodega de Europa con certificado LEED GOLD de sostenibilidad



Visita y cata de 4 vinos Mas Geli con la puesta de sol

MAS GELI

Baix Empordà

info@masgelipals.cat

(+34) 629 694 428

masgelipals.cat



La visita consiste en un recorrido por el viñedo donde explicamos las diferentes variedades de uva y las características de

Mas Geli, seguido de una cata de 4 vinos en la terraza con una pequeña cata de queso local para acompañar.



Visita guiada con cata de vinos

MAS OLLER

Baix Empordà

info@masoller.es

(+34) 972 30 00 01

masoller.cat



"Aprende sobre todos los detalles que forman parte del proceso de elaboración del vino: desde la viña hasta la bodega. Disfruta del paisaje, con vistas al pueblo Medieval de Pals i les Illes Medes i déjate llevar por los sentidos en esta visita con degustación de vinos de Mas Oller. Consta de un pequeño paseo por las viñas, posteriormente visitaremos las salas de

fermentación y envejecimiento, siguiendo con la degustación de tres de nuestros vinos ecológicos acompañados de un aperitivo en las terrazas exteriores delante de los viñedos. Duración visita guiada: 45 min. (aprox.) Total 2h .Se requiere reserva previa.Incluye: Degustación de tres vinos, quesos artesanos (ecológicos de Km, 0),"



Maridaje musical The Tasting Band en Wine Palace

WINE PALACE

Gironès

marketing@alregi.es

(+34) 665 898 262

winepalace.es



The Tasting Band amenizará la cata de vinos, donde cada canción irá relacionada con el vino que se ha degustado en función de las sensaciones que nos transmita. Una



vez finalizada la cata, The Tasting Band hará un pequeño concierto, acompañado de algunas tapas.



¡Descubre el Arte de Crear Tu Cóctel!

HOTEL SA PUNTA

Baix Empordà

sapunta@hotelsapunta.com

(+34) 972 63 64 10

hotelsapunta.com



En el corazón de un hotel exclusivo, disfrutando de un ambiente de casa de playa mientras aprendes el arte de la mixología. En nuestro bar especializado, no solo degustarás cócteles excepcionales, ¡sino que

crearás tu propio cóctel único! Con la ayuda de nuestros maestros cocteleros, podrás elegir tus ingredientes favoritos, experimentar con sabores y crear tu propia obra maestra.



Vermut en el Mar

CUSTOM SAILING COSTA BRAVA

Baix Empordà

hello@customsailingcb.com

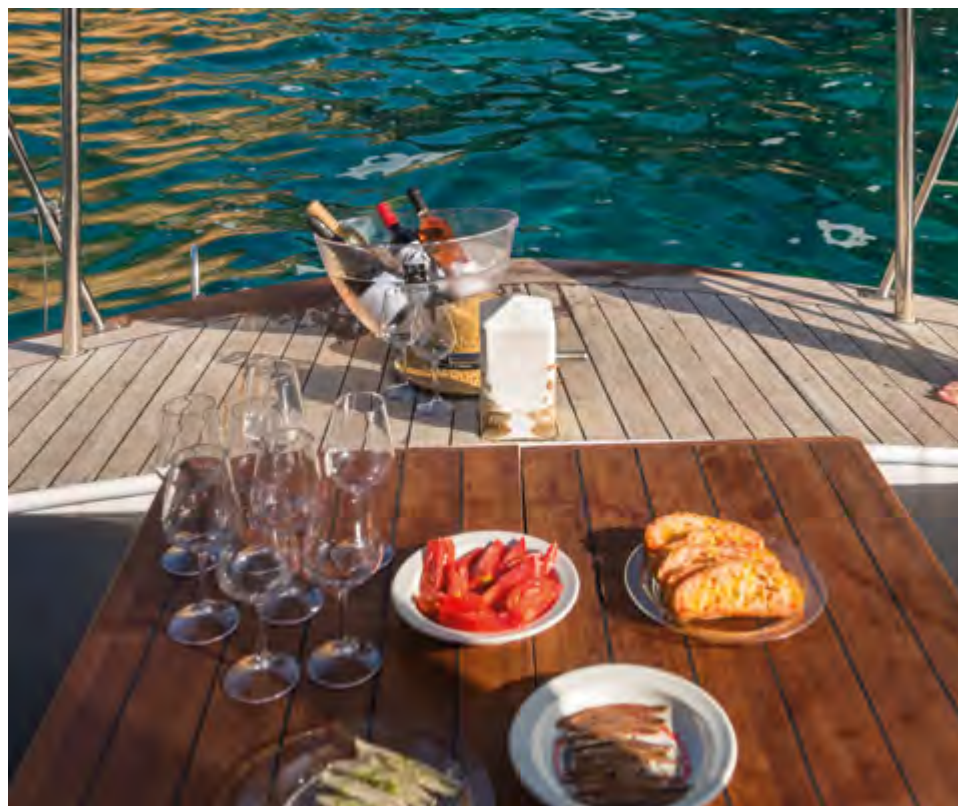
(+34) 625 391 401

customsailingcb.com



Salida de 4 horas en embarcación tipo menorquina desde Port Marina (Palamós) con patrón-guía gran conocedor de esta parte de la Costa Brava. Navegación

rumbo norte, junto a la costa, para visitar las calas y playas más espectaculares de la zona: s'Alguer, El Castell, Cala Foradada, Cala Senià, Cala Estreta, Cap de Planes, El Crit, El Vedell, La Banyera de la Russa, El Golfet, etc. hasta llegar a Calella de Palafrugell. Durante el itinerario se realizan 2-3 paradas para darse un chapuzón, practicar snorkel para conocer la fauna y flora local y disfrutar de un picoteo a bordo de snacks y bebidas. Regreso al puerto de origen con parada en las Islas Formigues.





EXPERIENCIAS EN
LA NATURALEZA



Vuelo en globo

VOL DE COLOMS

Garrotxa

info@voldecoloms.cat

+34 972 68 02 55

voldecoloms.cat



"Vol de Coloms propone un viaje en globo aerostático al Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa, una de las áreas de volcanes dormidos más interesantes de Europa. En días despejados, se pueden observar Montserrat, el Mediterráneo, el Pedraforca, el Canigó, el Montseny... Siempre con los Pirineos al fondo y los volcanes a tus pies. La actividad comienza a primera hora de la mañana porque es el momento en que la atmósfera está más fría y estable, y el viento, más calmado.

El punto de encuentro son las instalaciones de Vol de Coloms, junto al volcán Croscat, donde está situado el campo de despegue. A esa hora podréis tomar un café con algo de bollería antes de volar en globo, mientras observáis el paisaje, hacéis fotografías o colaboráis en la preparación del globo. Todas las cestas tienen puerta; por lo tanto, son accesibles para cualquier tipo de público. El viento marcará el rumbo del vuelo, que dura entre 60 y 90 minutos aproximadamente. Durante el viaje, los organizadores os propondrán un brindis con cava rosado, que simboliza el color de la tierra volcánica, y podréis degustar coca de chicharrones. Una vez en tierra firme, iréis juntos a tomar un buen desayuno payés con pa amb tomàquet y embutido, fesols (alubias) de Santa Pau con butifarra, postres de la cooperativa La Fageda, vino, ratafia y café. Para terminar la aventura, ¡os entregarán un certificado de vuelo firmado por el piloto!"





Viaje en el cremallera de Núria

VALL DE NÚRIA
FERROCARRILES DE LA
GENERALITAT DE CATALUNYA

Ripollès

valldenuria@valldenuria.cat

+34 972 73 20 20

valldenuria.cat



"Descubre el paisaje más espectacular con el cremallera del Valle de Núria Escucha las historias inéditas y las curiosidades de los trenes y el entorno en la audioguía. Descubre el valle de Núria desde las

alturas con el teleférico Coma del Clot. No dejes de visitar el santuario de Núria y las exposiciones que encontrarás en el valle. Aprende historia con los puentes del valle de Núria."



Viaje en el telecabina Cadí-Moixeró

LA MOLINA

Cerdanya

receptiu@lamolina.cat

(+34) 972 89 20 31

lamolina.cat



"El cielo a tus pies: viaja con el telecabina Cadí-Moixeró. El telecabina Cadí-Moixeró te lleva hasta el refugio Niu de l'Àliga, a 2.537 metros, donde podrás disfrutar de las magníficas vistas de la Cerdanya, el Berguedà y el Ripollès.

No te vayas de La Molina sin conocer los circuitos de la naturaleza y de las minas. Son dos circuitos circulares para recorrer a pie y descubrir la fauna o el antiguo pasado minero de La Molina (sin coste adicional alguno)."



Descenso en kayak por el Ter

KAYAK DEL TER

Baix Empordà

info@kayakdelter.com

(+34) 662 159 469

kayakdelter.com



"Ven a disfrutar de una experiencia única en el río Ter. Descenso turístico-fluvial en kayak, por diferentes tramos que recorren zonas del Gironès y del Baix Empordà de gran valor paisajístico. Estos tramos forman parte de los corredores biológicos mediterráneos incluidos en el programa Red Natura 2000, con un bosque de ribera



de los mejor conservados de Cataluña. Una forma de descubrir nuestro entorno, lúdica y activa, con una actitud de gran respeto y protección de la biodiversidad que nos rodea. Apto para toda la familia. Empresa adherida a la Carta Europea de Turismo Sostenible (CETS)."



Excursión guiada en kayak

KAYAKING COSTA BRAVA

Alt i Baix Empordà i La Selva

info@kayakingcostabrava.com

(+34) 972 77 38 06

kayakingcostabrava.com



Excursiones guiadas en kayak para hacer travesías desde diferentes puntos de la Costa Brava. En ellas podrás descubrir

rincones escondidos, calas inaccesibles y cuevas de gran belleza.



La Fageda sobre ruedas

CENTRO LOGÍSTICO DE BICICLETAS D'OTLOT

Garrotxa

garrotxambici@gmail.com

(+34) 972 69 20 23

garrotxambici.com



Pedalada por la vía verde hasta el Pla de les Preses y la Vall d'en Bas, para después seguir la vall del Corb y entrar en el Fageda (Hayedo) de Jordà, donde poder respirar aire puro escuchando el silencio tranquilamente. A la vuelta a Olot descubierta de paisajes volcánicos, los humedales de la Moixina y el ensanche Malagrida.





Ruta de los Puentes históricos de Vall de Núria

VALL DE NÚRIA
FERROCARRILES DE LA
GENERALITAT DE CATALUNYA

Ripollès

valldenuria@valldenuria.cat
(+34) 972 73 20 20
valldenuria.cat



"Los puentes forman parte del paisaje actual de Núria y también de su historia. Esta ruta forma un pequeño itinerario de 4 puentes antiguos ¡Os invitamos a recorrer

el itinerario y hacer una selfie en cada uno de ellos! En invierno, las rutas también se pueden realizar con raquetas de nieve. En cada puente hay una comparativa con fotos antiguas, un apunte histórico para que podáis conocerlos mejor y un pequeño juego de pistas para poder hacer en familia. Si lee la información y observa el entorno, podrá responder al enigma final y así, le harán la ruta más interesante."





Ecovies de Girona

CONSORCIO DE LAS VÍAS VERDES DE GIRONA

Gironès

info@viesverdes.org

(+34) 972 48 69 50

viesverdes.cat



"Desde una bicicleta la vida se ve diferente: todo coge una velocidad adecuada y pasar a formar parte de un paisaje en movimiento. En la Costa Brava y el Pirineo de Girona te esperan más de 200 kilómetros de rutas,

ideales para rodar en familia o con amigos, con seguridad total, y que os harán saborear cada tramo de territorio y descubrirlo con nuevos ojos. Con la bici, el ritmo lo marcáis vosotros, y la infinidad de propuestas que encontrarás se adaptarán a la perfección. La red de vías verdes y vías ciclables es tan extensa que en un mismo viaje podrás descubrir pequeñas calas de la Costa Brava, conocer pueblos medievales y recorrer senderos pirenaicos. Vosotros ponéis la curiosidad y las piernas."





Disfruta de un día de esquí y diversión en La Molina

LA MOLINA
Cerdanya

lamolina@lamolina.cat
(+34) 972 89 20 31
lamolina.cat



"Descubre La Molina, la estación decana de los deportes de invierno en España con el primer remontador comercial en el año 1943. En su historia recoge deporte y diversión para todos los públicos. La mayoría de su extensión está situada en la Cerdanya, tiene 71 kilómetros esquiables repartidos en 68 pistas para todos los niveles, un snowpark de grandes dimensiones y el super pipe más grande de los Pirineos. La estación de esquí de La Molina destaca por ser uno de los centros invernales más avanzados en recursos para deportistas con movilidad reducida."



Ruta guiada de vela ligera en L'Escala

CLUB NÀUTIC L'ESCALA

Alt Empordà

esport@nauticescala.com

(+34) 972 776 949

nauticescala.com



"Aprende a navegar en vela ligera mientras descubres los secretos del entorno natural

y cultural de L'Escala en una ruta guiada por un instructor titulado y con conocimiento de la zona. Actividad disponible para personas con discapacidad. Déjate seducir por las actividades náuticas: siente la sensación de navegar de una forma sostenible. Ponemos a tu disposición todo lo necesario para disfrutar del mar así como de algunos de los rincones más espectaculares de la Costa Brava. Saldremos del puerto de L'Escala y navegaremos por su entorno marítimo, descubriendo su costa desde el mar."



Surca las olas de Roses

**GRUPO DE DEPORTES
NÁUTICOS DE ROSES**

Alt Empordà

info@genroses.cat

(+34) 972 25 70 03

genroses.cat



Vive una aventura en el mar de la mano de Gen Roses. Disfruta del Mar Mediterráneo navegándolo sobre un velero, surca las olas con un windsurf o descubre parajes

inolvidables del Cap de Creus en un kayak. Disfruta del mar tanto como de la tierra con Gen Roses.



Ruta guiada con kayak o paddle surf en L'Escala

CLUB NÀUTIC L'ESCALA

Alt Empordà

esport@nauticescala.com

(+34) 972 776 949

nauticescala.com



"Aprende a navegar en kayak o SUP mientras descubres los secretos del entorno natural y cultural de L'Escala en una ruta guiada por un instructor titulado y con conocimiento de la zona. Déjate seducir por las actividades náuticas: siente la sensación de navegar de una forma sostenible. Ponemos a tu dispo-

sición todo lo necesario para disfrutar del mar así como de algunos de los rincones más espectaculares de la Costa Brava. Saldremos del puerto de L'Escala y navegaremos por su entorno marítimo, descubriendo su costa desde el mar."



Descubre el paddle surf y kayak

GRUP D'ESPORTS NÀUTICS DE ROSES

Alt Empordà

info@genroses.cat

(+34) 972 25 70 03

genroses.cat



Con esta experiencia descubriréis y aprenderéis a remar en un kayak doble o subir en paddle surf. Recomendamos esta



actividad tanto para los que nunca que nunca hayan subido en kayak o en la tabla de paddle surf como los ya iniciados.



Alquiler de Kayak y Pádel surf

CLUB NÀUTIC ESTARTIT

Baix Empordà

activitats@cnestartit.com

(+34) 654 128 628

cnestartit.com



"Disfruta de una forma única las Islas Medas, explora este tesoro de la Costa Brava con nuestro alquiler de kayak y pádel surf. Estas actividades, adecuadas para todos los niveles, te permitirán navegar por aguas cristalinas y admirar la impresionante belleza de la región, ofreciéndote una forma emocionante de crear recuerdos

inolvidables. Ya sea remando en un kayak o deslizandote sobre una tabla de pádel surf, disfruta de la tranquilidad y las vistas espectaculares que este paraíso mediterráneo tiene para ofrecer. ¡Alquila un kayak o un pádel surf y vive la experiencia de las Islas Medas!"



Bautizo de buceo en el parque Natural

UNISUB

Baix Empordà

info@unisub.es

(+34) 972 75 17 68

unisub.es



Esta es la oportunidad de descubrir el mundo submarino en un solo día, donde experimentarás las primeras sensaciones de un submarinista. El punto de encuentro es el centro de buceo, una hora antes de la salida del barco. Primero os damos todo el equipo de buceo y después os damos una breve explicación de los puntos básicos (aprox. 10 minutos). Después



pués salimos con el barco a la parte costera del parque Natural Montgrí Medes Baix Ter para realizar la inmersión en el mar, 1 Instructor por persona, a una profundidad máxima de 10 metros. La duración de la inmersión será de unos 20 minutos. La inmersión en el mar será fácil y cómoda, y nos podremos dedicar a ver peces, estrellas, pulpos, ...



Descubre los lugares más fascinantes del municipio de Palamós mientras recorres el Camino de Ronda con nuestra completa audioguía, herramienta que revelará los secretos mejor guardados de la historia local. Esta experiencia es ideal para todas las edades y es perfecta para disfrutar en cualquier época del año. Mediante nuestra aplicación, serás conducido por los lugares de interés más destacados a lo largo del Camino de Ronda, ofreciendo una breve



Palamós, Ronda de Mar

AJUNTAMENT DE PALAMÓS

Baix Empordà

oficinadeturisme@palamos.cat

(+34) 972 60 05 50

palamos.cat



pero informativa descripción de cada punto en el momento que llegues a su ubicación. Seas quien seas e independientemente de tus capacidades auditivas, las explicaciones están adaptadas para personas con discapacidad auditiva, disponibles tanto en formato de audio como de texto. Descarga la aplicación fácilmente para dispositivos Android y Apple y prepárate para una inmersión total en la historia y la cultura de Palamós a través del Camino de Ronda.



Ruta de las playas y las artes de pesca

OFICINA DE TURISME DE LLANÇÀ

Alt Empordà

turisme@llanca.cat

(+34) 972 38 08 55

visitllanca.cat



Mediante plafones interpretativos situados en las principales playas del municipio (Cap de Ras, Grifeu, El Puerto, El Castellar, La Farella, Las Tonyines y Cau del Llop), descubriremos las diferentes artes de pesca que se practicaban antiguamente. Llançà

ha sido siempre una población pesquera. En esta zona de la Mar d'Amunt, al norte del Cap de Creus, deben haber existido pescadores desde los tiempos más antiguos hasta ahora.



Vive la experiencia del vuelo indoor

WINDOOR EMPURIABRAVA

Alt Empordà

reserve@windoor-realfly.com

(+34) 972 45 40 40

empuriabrava.windoor-realfly.com



"¡Ven al túnel de viento Windoor Empuriabrava y descubre la increíble sensación de volar con nuestros instructores!

Esta experiencia es única e inolvidable para disfrutar con tu familia o amigos.

Cada vuelo en el túnel de viento equivale a un salto en avión desde 4.000 metros de

altura. No hace falta que seas profesional, la única norma es que debes tener más de cuatro años y muchas ganas de pasarlo bien, ¿te atreves? La experiencia incluye una pequeña sesión formativa, equipamiento y experiencia de volar."



Burricleta, pequeños pueblos del Empordà

BURRICLETA

Baix Empordà

baixemporda@burricleta.com

(+34) 972 75 50 82

burricleta.com



La burricleta, la bicicleta rural eléctrica, fácil y simpática te ayudará a descubrir el territorio sin esfuerzo y con una sonrisa. Los pequeños pueblos medievales forman parte de forma indisoluble del paisaje ampurdanés. Pueblos situados en lo alto de pequeñas colinas que dibujan la silueta de este territorio que se abre a la mirada del espectador curioso.



Bautizo Astronómico

CAMPING BASSEGODA

Garrotxa

info@bassegodapark.com

(+34) 972 54 20 20

bassegodapark.com



Disfrute de una experiencia sensorial única: Un recorrido audiovisual por el firmamento adaptando el contenido del bautizo astronó-

mico a las circunstancias meteorológicas del momento y de la época del año para que sea una experiencia inolvidable.



EXPERIENCIAS CULTURALES



Visita y secretos de la villa medieval

TURISME HOSTALRIC

La Selva

turisme@hostalric.cat

(+34) 972 87 41 65

turismehostalric.cat



Conviértete en la señora o el señor de la villa medieval de Hostalric con las llaves de la ciudad, y podrás abrir dos torres medie-



vales, el camino de ronda de la muralla ¡y una cueva!



Toca Toca en el Museo de los Santos

TURISME GARROTXA

Garrotxa

museusants@olot.cat

(+34) 972 26 67 91

ca.turismegarrotxa.com



"En los museos también pueden tocarse cosas. Hemos preparado cuatro rincones para que puedas tocar las piezas. El Museo de los Santos de Olot es una institución, inaugurada en 2007, que tiene el objetivo de presentar el oficio dedicado a la fabricación artesanal de imaginería religiosa. Con la voluntad de ampliar su ámbito

de acción, también dedica una atención especial al resto de oficios artesanales, a la cultura popular y tradicional y a la vida y obra de Marian Vayreda, uno de los socios fundadores del primer taller de imaginería de la ciudad, El Arte Cristiano, junto con su hermano Joaquim y Josep Berga i Boix. Precio: Adultos 3€ y niños gratuitos."



La Peralada Medieval

**CENTRO DE TURISMO
CULTURAL SANT DOMÈNEC -
AYUNTAMIENTO DE PERALADA**
Alt Empordà

oficina.turisme@peralada.cat
(+34) 972 53 88 40
visitperalada.cat



"Peralada es una de las poblaciones medievales más importantes de L'Empordà. Su legado histórico-cultural está presente en las calles llenas de encanto de la villa. A través de un recorrido por los lugares más emblemáticos del pueblo, aprenderemos cómo era la vida en la época medieval así como el legado de su hijo más ilustre: Ramon Muntaner. Esta visita al centro histórico incluye la

entrada al Centro de Turismo Cultural Sant Domènec (Museo de la villa) donde descubriremos, entre muchas cosas, el claustro románico (de los s. XI – XII) y los restos del oppidum ibero. Entraremos también en la iglesia de San Martín, donde conoceremos la evolución arquitectónica de este antiguo templo parroquial, además de pasear por las calles y plazas más importantes."



Panorámica de Girona

ASSOCIACIÓ DE GUIES DE GIRONA
Gironès

(+34) 972 211678
(+34) 657 521 445
gironawalks.com

Esta es una visita sin entradas a ningún monumento que tiene una duración aproximada de una hora y media, y que nos permitirá descubrir el barrio antiguo de Girona. Pasearemos por el barrio de Sant Pere, donde veremos el exterior del monasterio de Sant

Pere de Galligants y los baños Árabes; seguidamente nos dirigiremos a la parte más antigua de Girona, donde tras contemplar la espectacular Catedral, visitaremos el antiguo barrio judío; asimismo recorreremos algunas calles del antiguo barrio gremial.



Las pinturas románicas de Santa Eulalia

**CENTRO DE TURISMO
CULTURAL SANT DOMÈNEC -
AYUNTAMIENTO DE PERALADA**

Alt Empordà

oficina.turisme@peralada.cat

(+34) 972 53 88 40

visitperalada.cat



"Os proponemos una ruta turística por el rico patrimonio arqueológico, histórico y artístico de la Iglesia de Santa Eulalia de Vilanova de la Muga para descubrir qué se esconde detrás de este conjunto monumental. En su interior, se darán a conocer las pinturas murales románicas de la nave central, con el Pantocrátor, imágenes del tramorfo y dos escenas de la vida de Jesús. En 2018-2019 se realizaron trabajos de



restauración que permitieron encontrar pinturas murales, probablemente del siglo XVII, de las cuales no se tenía constancia, destacando el hallazgo de la imagen de Santa Eulalia. Seguidamente realizaremos un itinerario guiado para descubrir los principales restos medievales de la villa, entre los que destacamos la esclusa medieval, punto de origen de la vieja acequia del molino."



Un museo que os invita a conocer el impresionante sistema de producción de harina, la energía del agua y su turbina Francis, la importancia del trigo y de la harina para obtener



Ecomuseu Farinera, descúbrelo!

ECOMUSEO FARINERA

Alt Empordà

informacio@ecomuseu-farinera.org

(+34) 972 25 05 12

ecomuseu-farinera.org



los diferentes tipos de pan que comemos, y cómo la humanidad ha transformado el trigo durante los 10.000 años que hace que se alimenta de él. Molinos, agua, harina y pan.



Ruta guiada por el pueblo de Sant Hilari Sacalm

**OFICINA DE TURISMO
DE SANT HILARI SACALM**

La Selva

oficinaturisme@santhilari.cat

(+34) 972 86 96 86

lesguillerieskm0.cat



Callejones llenos de historias, casas donde nacieron personajes importantes, agradables plazuelas, edificios relevantes, paisajes

naturales, fuentes que vierten agua por todas partes y te prometen un verano refrescante. Te maravillarás con todo lo que la capital de las Guillerries te ofrece. Simplemente sigue en el guía local que te acompañará y déjate llevar. La visita al pueblo de Sant Hilari Sacalm propone recorrer su pasado en un itinerario de una hora y media aproximadamente donde descubrirás el patrimonio arquitectónico, artístico e inmaterial y hechos curiosos de éstos.



Visita guiada al Museo de la Pesca

**MUSEO DE LA PESCA
ESPACIO DEL PESCADO**

Baix Empordà

infomuseu@palamos.cat

(+34) 972 60 04 24

museudelapesca.org



"A través de un prólogo audiovisual y de 5 ámbitos, la visita guiada descubre diferentes aspectos de este oficio, de sus orígenes milenarios hasta la actualidad: los peces de nuestro mar, los espacios de pesca, los oficios relacionados con el mar, la vida cotidiana

de los pescadores, las embarcaciones, los aparejos, las técnicas y la tecnología, y muchos más temas apasionantes. Visítanos de forma particular o con un grupo concertado y reducido de un mínimo de 20 personas."



Ciudadela de Roses



CIUTADELLA DE ROSES

Alt Empordà

patrimoni@roses.cat

(+34) 972 15 14 66

shopibotiga.com



Un "paseo de historia" que os transportará a la época griega, romana y medieval de la antigua Roses. Descubriréis porqué estas civilizaciones se establecieron en un lugar tan privilegiado y cómo eran sus vidas.



Visita a Espai Cràter

ESPAI CRÀTER

Garrotxa

sau.crater@olot.cat

(+34) 972 27 91 32

tickets.espaicrater.com



Ven a descubrir de forma libre o guiada la exposición de referencia sobre vulcanismo. Una muestra totalmente interactiva, con audiovisuales, experiencias inmersivas, realidad aumentada y virtual, ludificación y videomapaje. El Espai Cràter permite aprender sobre volcanes desde el interior de un volcán: una experiencia única pensada para todas las edades.





Empúries Premium

MUSEO DE ARQUEOLOGÍA DE CATALUNYA-EMPÚRIES

Alt Empordà

reservesempuries@gencat.cat

(+34) 972 77 59 76

macempuries



Disfrutad de una visita privada y exclusiva en compañía de un guía experto en el yacimiento de Empúries, situado en un hermoso para-

je cerca del mar, en la Costa Brava. Empúries es la única ciudad griega en la Península Ibérica, lo que la convierte en un destino único. Durante el recorrido, el guía les llevará a través de la historia de esta antigua ciudad y les desvelará sus secretos. Explorarán la ciudad griega, la ciudad romana y el museo y tendrán la oportunidad de utilizar gafas de realidad virtual para viajar al pasado y recorrer el ágora, el antiguo puerto y el foro de la ciudad. Al finalizar, podrán relajarse y disfrutar de una copa de vino y un pequeño refrigerio en los jardines del yacimiento.



Vive una experiencia 100% agroturismo

GRANJA MAS BES

Gironès

info@masbes.com

(+34) 639 014 269

masbes.com



Mas Bes es una granja de vacas con una tradición lechera de más de 100 años. Durante la visita guiada, los más pequeños podrán divertirse dando de comer y acariciando diferentes animales; conejos, cabras, gallinas, ovejas, burros, terneros. Además,



podrás ver cómo es el día a día en el campo, revivirás el pasado en el museo rural, descubrirás cómo somos sostenibles y podrás degustar algunos de nuestros productos en nuestra Agrotienda. Duración de la visita 1h 30 min (Cada fin de semana a las 11:30)



Descubre Girona Episcopal

MUSEU D'ART DE GIRONA

Gironès

[museuart_girona.cultura@](mailto:museuart_girona.cultura@gencat.cat)

gencat.cat

(+34) 972 20 38 34

gencat.cat



"Pasea por el barrio de la Catedral y descubre la Girona Episcopal. Con una entrada única, explora tres edificios emblemáticos: la Catedral, la Basílica de Sant Feliu y el antiguo Palacio Episcopal, hoy Museo de Arte. Sumérgete en más de mil años de arte e historia. La Catedral expone tesoros

como el Beato de Girona (s. X) y el Tapiz de la Creación (s. XI); la Basílica destaca por su arquitectura gótica y conjunto de sarcófagos paleocristianos y arte gótico catalán; y el Museo de Arte reúne una de las colecciones más importantes de arte catalán de los siglos X al XXI."



Casa Natal Salvador Dalí

CASA NATAL SALVADOR DALÍ

Alt Empordà

visita@casanataldali.cat

(+34) 658 107 154

casanataldali.cat



"Aquí, donde todo empezó, te espera un viaje de descubrimiento, un relato palpitante,

un trayecto visual y sonoro por los diferentes prismas de un personaje tan universal como poliédrico. Una ruta guiada en la que imágenes y objetos se expresan a través de hologramas, mappings y efectos visuales, caleidoscopios gigantes y paisajes inmersivos. Un espacio único en el mundo en el que se despliegan las mil caras de Salvador Dalí. Conocer al artista para entender la obra, dialogar con el Dalí más íntimo para acceder al genio. De la infancia al baño de masas, de Figueres al mundo..."



Laberinto de piedras

TOSCA

Garrotxa

info@tosca.cat

(+34) 616 132 503

tosca.cat



Recorrido laberíntico en un paisaje rural peculiar, moldeado sobre la lava a cuesta de esfuerzo y perseverancia. Pasearemos por el Parque de Pedra Tosca, un lugar



dónde descubriremos la historia que esconden los muros y barracones de piedra y observaremos todo el paisaje de conreos tradicionales que lo caracterizan.



elBulli1846. Museo de una revolución gastronómica

ELBULLI1846

Alt Empordà

info@elbulli1846.com

(+34)638001846

elbullifoundation.com



"Un espacio único pensado para compartir el legado de elBulli, donde reflexionar sobre la gastronomía, el conocimiento y la innovación. El recorrido expositivo por elBulli1846 incluye diversos espacios: El espacio exterior: Donde se comparten reflexiones en torno a la cocina y la innovación, se rinde homenaje a los Bullinianos y se presenta la metodología Sapiens. El espacio que ocupa-

ba el restaurante para conocer la historia y las claves de la revolución gastronómica de elBullirestaurante. El espacio dedicado a las relaciones interdisciplinarias que enriquecieron la capacidad innovadora de elBulli. Y un espacio dedicado a elBulliDNA donde se muestran los proyectos realizados desde la constitución de elBullifoundation."



Los Bretones de la Villa

TURISMO DE PUIGCERDÀ

Cerdanya

turisme@puigcerda.cat

(+34) 972 88 05 42

puigcerda.cat



Puigcerdà, un destino turístico excepcional que cautiva a los visitantes con su rica gastronomía, arquitectura histórica y emocionantes experiencias culturales. No sólo

encontrarás lugares de interés, sino que te invitamos a explorar nuestra villa a través de la innovadora «Ruta de Huellas Culturales» y a participar en la inolvidable yincana «Los Bretones de la Villa». Queremos que conozcas Puigcerdà de una manera divertida. Esta yincana te invita a explorar, poniendo en valor nuestros recursos como dinamizadores del turismo familiar. Una oportunidad única para interactuar con la comunidad local y disfrutar de momentos llenos de diversión mientras descubres los secretos mejor guardados de la villa. Puigcerdà te espera con sus puertas abiertas.





Patrimonio Indiano, Centro Interpretación Begur

TURISMO BEGUR

Baix Empordà

turisme@begur.cat

(+34) 972 62 45 20

begur.cat



"Descubre a tu ritmo los principales elementos patrimoniales del centro de Begur: casas indianas, Centro de Interpretación, torres de defensa, castillo. El patrimonio indiano junto con el Centro de Interpretación reflejan la vida de muchos bagurenses que en el siglo XIX emigraron a "las Américas" huyendo de la crisis económica del momento, y que volvieron posteriormente con una importante fortuna. La visita del centro de interpretación se complementa con la ruta patrimonial a través de un sistema de audio guía. La entrada al CIIC-Begur y la visita a la Ruta Patrimonial con audio guía son gratis."



Juego familiar para descubrir el Casco Antiguo

TURISME BANYOLES

Pla de l'Estany

turisme@ajbanyoles.org

(+34) 972 58 34 70

ajbanyoles.org



"¿Quieres saber qué solución encontraron los habitantes de Banyoles para evitar las disputas por el agua? Lo descubrirás jugando

al juego autoguiado "Entre la piedra y el agua". Paseando por el casco antiguo tendréis que buscar cosas escondidas, observar, contar, imaginar, responder preguntas, tomar medidas, descubrir... en definitiva, poner a prueba su ingenio y su capacidad de jugar en familia. Venid a la oficina de turismo a recoger el juego autoguiado o bien, se lo pueden descargar en nuestra web. Actividad familiar para pasar un buen rato descubriendo la ciudad a través del juego. Si resolvéis el enigma venid a la oficina de turismo y os entregaremos un pequeño obsequio."





Visita al Jardín Botánico Marimurtra

JARDÍ BOTÀNIC MARIMURTRA
La Selva

marimurtra@marimurtra.cat
(+34) 972 33 08 26
marimurtra.cat



"Sobre la primera cala de la Costa Brava se ubica el Jardín Botánico Marimurtra. Se trata de un lugar privilegiado donde disfrutar de la riqueza de su patrimonio botánico, arquitectónico, paisajístico y humano. Un paraíso del mundo vegetal que gracias a su contexto geográfico guarda una estrecha relación con el mar Mediterráneo. Marimurtra acoge a familias, colegios y visitantes de todo el mundo con el objetivo de dar a conocer la botánica, la ciencia y los maravillosos paisajes de la Costa Brava, así como la historia de Carl Faust, el fundador de Marimurtra."



Ven a nuestra granja de ovejas

PERALADA MAS MARCÈ

Alt Empordà

visites@peraladamasmarce.com

(+34) 972 53 80 03

peraladamasmarce.com



Ven a vivir el día a día de nuestra granja de ovejas ecológica y sostenible; además conocerás nuestra producción de lácticos ecológicos. Aprenderás a hacer un queso ecológico. Aprenderás a hacer un queso y a cardar e hilar la lana, podrás degustar



nuestros productos e ir hasta nuestro corral para dar un biberón a un corderito. conocerás nuestros rebaños, tenemos dos razas, la Ripollesa y la Lacoune. ¿sabes cual dá más leche? ¡Ven a descubrirlo!



¡Ven a esquilar las ovejas con nosotros!

PERALADA MAS MARCÈ

Alt Empordà

visites@peraladamasmarce.com

(+34) 972 53 80 03

peraladamasmarce.com



Cada mes de mayo hacemos la esquila a nuestras ovejas, si vienes a visitarnos podrás verlo en directo y quizá participar en ella esquilando. Disfrutaras de nuestros productos lácticos y quesos, elaborados con la leche de nuestras ovejas. También

podrás participar en los talleres de lana, en ellos aprendemos como se lavaba la lana, como se carda y como se hila. Y sobre todo disfrutarás de una actividad diferente que realizamos sólo un mes al año.



La Capilla Sixtina Ceretana, Sant Climent de Tallorta

AYUNTAMIENTO DE BOLVIR

Cerdanya

museu@bolvir.cat
(+34) 972 89 50 01
bolvir.cat



La «Capilla Sixtina Ceretana» es una joya del barroco ceretano, con casi todas las pinturas murales barrocas originales de 1718. Documentada desde 1667, ha sido sometida a excavaciones arqueológicas y restauraciones que revelaron un templo

románico sepultado bajo la iglesia actual. Historiadores han identificado dos posibles iglesias desaparecidas: Santa Fe de Tallorta, desaparecida en el siglo XVII, o Sant Climent del Soler. Además, una experiencia inmersiva e innovadora en la Rectoría permite conocer en profundidad estas pinturas murales barrocas a través del sacerdote que las encargó, ofreciendo una visión detallada y enriquecedora del arte y la historia de la iglesia.





EXPERIÈNCIES DE BIENESTAR



Mindful Sunrise

EDGAR TARRÉS FALCÓ

Alt Empordà

go@edgartarres.com

(+34) 606 579 826

edgartarres.com



Contemplar el cambio de la luz... De los colores... Ver salir el sol en la Costa Brava es todo un espectáculo. Si además, esto va

acompañado de una sesión de mindfulness con sonidos armónicos, la experiencia es doblemente gratificante para tus sentidos y para tu alma. Una manera creativa de empezar el día con armonía y equilibrio que te aportará altas dosis de bienestar. Sensaciones infinitas de paz, en Punta Falconera, Roses. Sentir que te cuidas. Saber que te regala instantes de gran belleza. Una vida de calidad son momentos como estos... Ven a verlos con un Mindful Sunrise.



Caminar Consciente

EDGAR TARRÉS FALCÓ

Alt Empordà

go@edgatarres.com

(+34) 606 579 826

edgatarres.com



"Fijar la atención en los detalles es un regalo para los sentidos. La brisa del mar... sus sonidos... las diferentes intensidades del

azul, del verde... los aromas del romero, el tomillo, los pinos... y por supuesto, la belleza del Silencio. Caminar lentamente, con una sesión de mindfulness para sumergirse profundamente en el paisaje, es toda una revolución para nuestra salud y nuestro bienestar. Esta experiencia se puede realizar en lugares naturales que se deseen, pero propongo Punta Falconera, dentro del Parque Natural del Cap de Creus, en Roses. Un lugar muy especial y saludable, donde podrás disfrutar de estos momentos de calma y paz tan necesarios."





Qi Gong (chi-kung) frente al mar

VALÉRIE ESPINASSE Y MBOOTAAAY

Alt Empordà

val@valespi.com

(+34) 679 017 285

valespi.com



"¿Cómo te imaginas que se te queda la cara al empezar el día frente al mar, respirando y sonriendo? Frente al mar, o en un bosque o una viña. Los pies en la arena o la tierra. La mirada en el horizonte. El cuerpo fluido

como el agua. Con una sonrisa interior. Cierra los ojos y siente el bienestar después de la sesión. La calma. El silencio interno. La energía tranquila."



"Pisar la tierra. Fuerte. Muy fuerte. Jugar a ser una manada de elefantes. Formar un círculo, sentirnos tribu. Soltar rodillas, pelvis, brazos, hombros, espalda,



Mindfulness en familia

VALÉRIE ESPINASSE Y MBOOTAAAY

Alt Empordà

val@valespi.com

(+34) 679 017 285

valespi.com

cabeza, boca... Al son de música con tambores. Dejar ir la voz, liberarse. Mover todo el cuerpo. Reír. Respirar. Silencio. Nos miramos. Mechadas de pelo pegadas a la frente. La respiración acelerada. El corazón también. ¡La primera sonrisa. Amplia. Sincera. Contagiosa. La mente silenciada. Presencia. Bienvenidos a una sesión de Mindfulness en familia."



Reserva tiempo juntos en La Cova d'Aigua

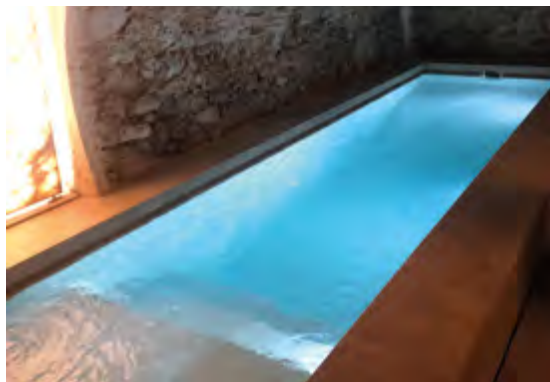
PALAU FUGIT

Baix Empordà

wellness@palaufugit.com

(+34) 872 98 73 62

palaufugit.com



"Relajación con todos los sentidos combinada con un vino espumoso o un cóctel saludable. Esta experiencia incluye:

- Una hora en La Cova d'Aigua.
- Un masaje corporal relajante de 60 minutos por persona (pies, piernas, brazos, abdomen, espalda y cabeza), es un masaje con aceites orgánicos y aceites esenciales de Scens, con efectos calmantes, relajantes

e hidratantes, y está especialmente formulado para calmar y relajar cuerpo y mente, llevándote a una profunda relajación con las manos de nuestra terapeuta experta.

- Obligatorio el traje de baño para el uso de La Cova d'Aigua.
- El albornoz, las zapatillas y las toallas son proporcionadas por el hotel. Imprescindible reserva previa."



Spa Day en Mas de Torrent Hotel & Spa

MAS DE TORRENT HOTEL & SPA

Baix Empordà

spa@mastorrent.com

(+34) 972 30 32 92

mastorrent.com



Un día de relax y desconexión en Mas de Torrent Hotel & Spa, sin necesidad de estar alojado en el hotel. Disfrute de un masaje corporal de 60 minutos, acceso al Spa, piscina exterior y solárium del hotel.

Además, de poder degustar nuestro Menú de medio día en el Restaurante Mas de Torrent dirigido por el chef de dos estrellas Michelin Ramón Freixa.



Experiencia 100% Relax

SALLÉS HOTELES CALA DEL PI BEACH RETREAT

Baix Empordà

hotelcpi@salleshotels.com

(+34) 972 82 84 29

salleshotels.com



"Porque en Hotel Cala del Pi nos preocupamos por tu bienestar, hemos diseñado una experiencia única sólo para tí. Relájate en las manos de nuestros terapeutas y

disfruta de una desconexión asegurada. Te ayudamos a disfrutar de un momento único, exclusivo y personalizado. Incluye: Alojamiento en habitación doble, desayuno buffet, un masaje de 45 minutos por persona a elegir entre: masaje relajante o bien un masaje aromático personalizado (lavanda, coco o cítrico), acceso al SPA: piscina climatizada, asientos acuáticos, saltos de agua, hammam con cromoterapia, jacuzzi, sauna finlandesa..."





Yoga con vistas

SALLÉS HOTELES MAS TAPIOLAS COUNTRY LODGE

Baix Empordà

hotelmt@salleshotels.com

(+34) 972 83 70 17

salleshotels.com



"El yoga nos proporciona muchos beneficios, es el equilibrio entre cuerpo y mente para alcanzar un mayor bienestar y ser la mejor versión de nosotros mismos.

Ser conscientes y vivir felices con lo que tenemos en el momento presente, gracias a las respiraciones y posturas de yoga. Momentos que reparan, conectan, enraizan y te llenan de energía.

La calma, paz y tranquilidad de la Valle de Solius es ideal para la relajación. Pruébalo!

Incluye:

- Alojamiento en Habitación Doble
- Desayuno buffet
- Clase de yoga de 1 hora y 20 minutos en un entorno rodeado de vegetación y calma tomando consciencia de la respiración
- Acceso al Spa"

Disfruta sin límites

Por qué elegir la Costa Brava y el Pirineo de Girona

Experiencias para todo el mundo

Más de **60 experiencias** para todo el mundo: kayak, vuelo en globo, equinoterapia...



Accesibilidad

Sin barreras idiomáticas: rutas QR, audioguías, maquetas, lengua de signos...

Naturaleza

Naturaleza hecha a medida: bosques saludables, jardines botánicos y sillas

Cultura

Museos y patrimonio accesibles: rampas, visitas guiadas y circuitos.

Enogastronomía

Prueba la cocina tradicional de km 0 en todo el territorio y el vino D. O. Empordà en las 18 bodegas accesibles.

Salud y Bienestar

Un paraíso donde el mar y la montaña se abrazan, creando escenarios magníficos para cuidar el cuerpo, el alma y la mente. Rodéate de tierra, aire, agua y fuego, y vivirás sensaciones tan agradables como inolvidables.

campings con sello
Wheelchair Friendly
y una amplia oferta de
alojamientos adaptados

kilómetros de costa.
Encuentra el Pirineo
más mediterráneo a
una hora de distancia



DESTINO SIN BARRERAS



**3 SILLAS
JOËLETTE**

ESQUÍ ADAPTADO



PLAYAS ACCESIBLES

HANDBIKE



TRANSPORTE RÁPIDO Y ACCESSIBLE



De Girona a

París - 5h i 44 min



y el aeropuerto de Barcelona
a 1 h a coche o en tren

Más información en
costabrava.org





Edita

Patronat de Turisme Costa Brava Girona

Diseño y producción

Safareig Creatiu S.C.

Traducción

Link Multilingue, SL

Fotografía

**Javi Cabrera, Laurence Norah,
Diego Espada, Josep Padilla, Alvaro Sanz,
Anna Pla-Narbona, Òscar Vall, Kris Ubach,
Robert Ramos, David Aparicio,
Roger Lleixà, Andrea Ferres, Xavi Arnau,
Carles Palacio. Jordi Renart, Joan Diví.**

Imágenes cedidas por:

**Archivo de Imágenes del PTCBG y
compañías miembros de los clubes
de marketing del PTCBG.**

Costa Brava y Pirineo de Girona

costabrava.org
[@costabravapirineu](https://www.instagram.com/costabravapirineu)

