



Katalonien

Aktivtourismus in der Natur erleben

INHALT

03

Katalonien,
das Reiseziel f
ür Aktiv- und
Naturtourismus

05

Was enthält
diese Broschüre?
Katalonien,
ein nachhaltiges
Reiseziel

06

Information
Lage und
wichtige Daten

08

Aktivität und
Abenteuer
in Katalonien

10

Wildwasser

14

Ruhige
Gewässer

18

Wassersportaktivi-
täten

22

Flugsportaktivitäten

24

Multi-Aktivitäten

28

Wintersportarten

30

Wandern

40

Fahrradtourismus

54

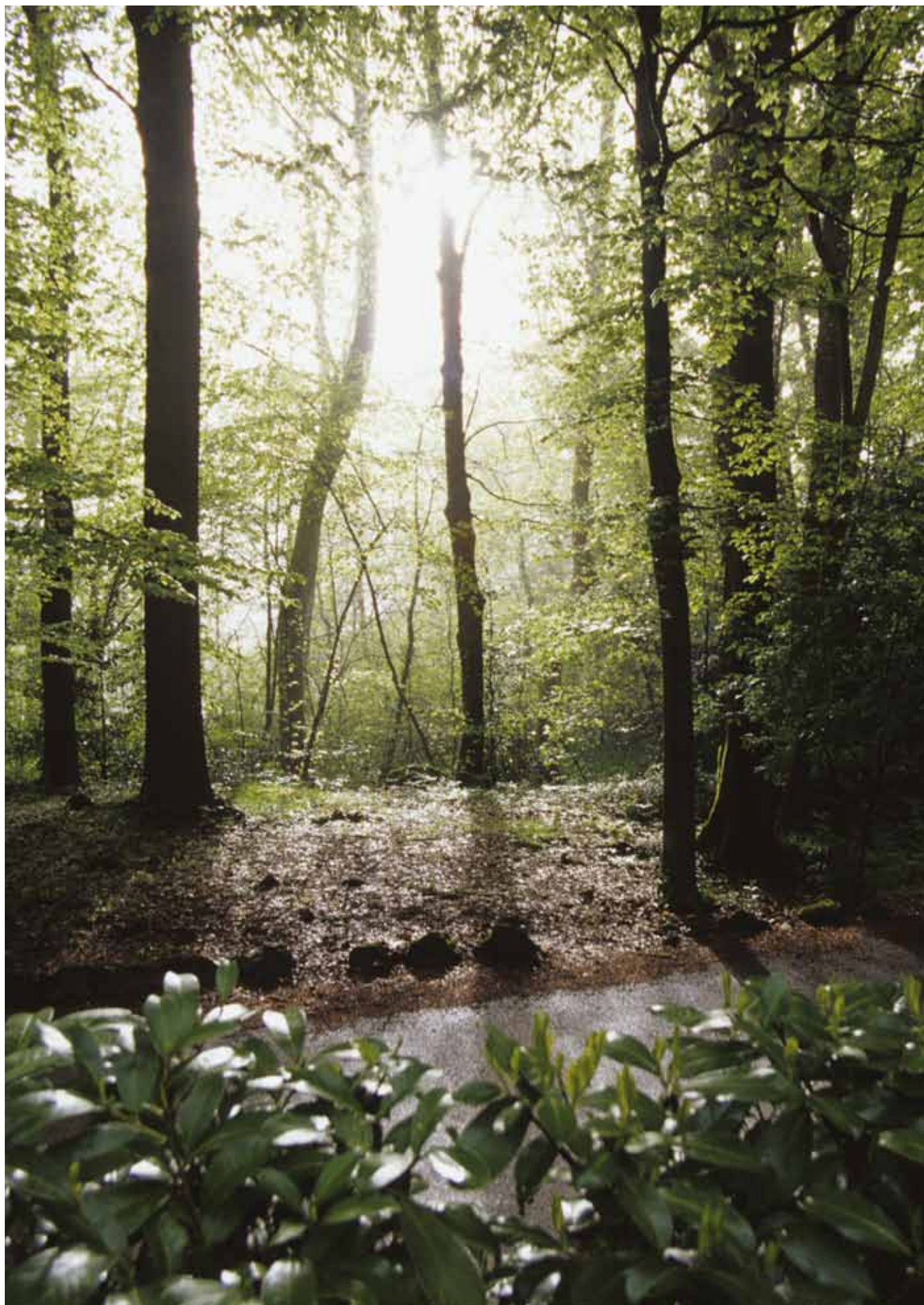
Ökotourismus

70

Angeschlossene
Unternehmen

72

Weitere
Informationen



KATALONIEN, DAS REISEZIEL FÜR AKTIV- UND NATURTOURISMUS

Mit wenig mehr als 32.000 km² ist Katalonien eine eher kleine Region, erweist sich aber hinsichtlich der natürlichen und vielseitigen Schönheit als großartig. Von den Gipfeln der Pyrenäen Kataloniens, die über 3.000 Höhenmeter aufweisen, bis zu den verstecktesten und einsamsten Strände der Costa Brava entfalten sich unzählige einzigartige Landschaften, wo man die Natur auf aktive Art und Weise erleben kann. Egal ob im Gebirge, am Meer oder im Inland... Es gibt etwas für jeden Geschmack, damit alle unter freiem Himmel diese wunderschöne Region 365 Tage im Jahr genießen.

Wenn Sie es lieber ruhig mögen, sind Wanderungen eine ausgezeichnete Möglichkeit, die Landschaft zu genießen: Hier gibt es tausende Gelegenheiten für alle Schwierigkeitsgrade. Dank 9.000 km Wanderwegen und Routen, die Interessierten zur Verfügung stehen, kann man von Norden nach Süden und von Osten nach Westen durch Katalonien wandern. Fahrradfahren ist eine weitere Möglichkeit, egal ob langsam mit der Familie oder schnell im Gebirge. Es existiert ein umfangreiches Netzwerk von Rad- und grünen Wegen, die speziell für den Fahrradtourismus angelegt wurden, wohingegen die Mountainbiker mit zahlreichen ausgeschilderten Wegen unterschiedlicher Niveaustufen rechnen können.

Waghalsige Abenteurer können sich auf einen Adrenalinschub freuen. Hier kann man sich über einem hübschen Tal in die Luft schwingen, sich in Canyons abseilen, eine vereiste Felswand hinaufklettern oder in wilden Gewässern eine Raftingtour unternehmen. Liebhabern der Berge stehen die vielen Skigebiete in den Pyrenäen offen, die alle Dienstleistungen für die verschiedenen Wintersportarten bieten, ob nun das klassische Skifahren bis hin zu Schneeschuhwanderungen inmitten einer unberührten winterlichen Natur.

Mehr als 500 km Küste bestechen durch sich ständig abwechselnde Landschaften, von den steilen Klippen der Costa Brava und ihren versteckten Buchten bis hin zum Ebro-Delta und seiner unglaublich reichen ornithologischen Vielfalt. An der Küste warten abgeschiedene Buchten, das Wasser des Mittelmeers lädt zum Baden ein oder man fährt Kajak und erkundet die vielseitige Unterwasserwelt.

Mit mehr als 30% geschützten Flächen findet man hier natürliche Schätze, die eine Erkundung von Flora und Fauna in ihrer ursprünglichen Form ermöglichen. Zu den spektakulärsten Attraktionen zählt der Nationalpark Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, in dem mehr 5.000 Tierarten neben und an fast 200 Seen, unzähligen Flüssen und beeindruckenden Felsen leben. In Katalonien verbergen sich außerdem ornithologische Schätze wie das Ebro-Delta.

Egal aus welchem Blickwinkel es man betrachtet, die Region ist ideal für Besucher, die in Kontakt mit der Natur kommen möchten und sie dennoch mit dem größtmöglichen Respekt erleben wollen. Willkommen in Katalonien.



© ANDREU LLAMAS. EASL

WAS ENTHÄLT DIESE BROSCHÜRE?

Sie enthält Vorschläge, um ein unvergessliches Wochenende in Katalonien zu genießen, das gute Essen und Trinken kennenzulernen, viel zu erleben und dabei Landschaften, Produkte und Gastronomie zu entdecken.

Aktivitäten, wie zum Beispiel Ausritte durch die wild fließenden Wellen des Flusses Noguera Pallaresa oder eine Paddeltour über den See von Banyoles. Tipps für Unternehmungen am Meer, wie zum Beispiel Segeltouren ab verschiedenen Orten und mit unterschiedlichen Booten bis hin zu Schwimmen im offenen Meer. Anregungen, um gemeinsam den katalanischen Himmel zu erobern: Gruppenfahrten mit dem Ballon oder ein Ausflug mit dem Gleitschirm ab Àger oder Organyà. Abenteuerliche Expeditionen: Erkunden Sie Höhlen, finden Sie sich im Gebirge zurecht und erklettern Sie Felswände. Genießen Sie den Winter in den Skigebieten oder wagen Sie sich unter Anleitung eines Guides auf eigene Faust durch die verschneiten Landschaften. Tipps für das Durchqueren der Region zu Fuß auf den ausgeschilderten Wanderwegen und Routen oder mit dem Fahrrad, Kilometer für Kilometer von den Bergen der Pyrenäen Kataloniens bis hin zu den Küsten und Stränden der Costa Daurada. Und das alles mit größter Rücksichtnahme auf die Natur und speziellen Vorschlägen für den Ökotourismus.

Außerdem beinhaltet diese Broschüre Kontaktadressen einzelner Unternehmen, die noch mehr Möglichkeiten bieten, Katalonien zu genießen, Anekdoten über die Landschaft, die Geschichte und die Bewohner, die hier leben sowie Tipps. Katalonien ist ein Abenteuer für Entdecker.

KATALONIEN, EIN NACHHALTIGES REISEZIEL

Katalonien ist das erste Reiseziel der Welt, welches das Zertifikat Biosphère erhielt, ein international anerkanntes Qualitätssiegel. Das Siegel garantiert, dass der Reisende nachhaltige Erlebnisse genießen kann, die Kultur geschützt, die lokale Wirtschaft gefördert und die Auswirkungen auf die Umwelt reduziert werden.

Außerdem gibt es hier ebenfalls diese typischen katalanischen Orte wie Sitges, Barcelona und das Val d'Aran. Mit diesem Siegel wurden vor kurzem ebenfalls die Paisatges Barcelona, Pirineus Barcelona, Costa Barcelona und die Gemeinde Vilafranca del Penedès ausgezeichnet. Man muss jedoch hinzufügen, dass sich nicht nur diese Gebiete um einen nachhaltigen Tourismus bemühen, sondern dass auch andere sich engagieren, um dieses Siegel zu erhalten.

Der Respekt vor der Vielfalt, das Gefallen an einem kulturellen Austausch und die soziale Integration sind Realitäten, mit denen sich Katalonien identifiziert, um ein neues Modell des verantwortlichen Tourismus anzustoßen, der nachhaltig, gesellschaftlich inklusiv und universal zugänglich ist. Dieses Modell der touristischen Aktivitäten bietet dem Besucher einen zusätzlichen Mehrwert und trägt gleichermaßen dazu bei, dass der Reisende ebenfalls dafür Sorge trägt, die Region für die Zukunft zu bewahren. Sich für Katalonien zu entscheiden, bedeutet an Qualität zu gewinnen.

INFORMATIONEN

FAKTEN ÜBER KATALONIEN

Katalonien nimmt eine Fläche ein, die im Südwesten des europäischen Kontinents und im äußersten Nordosten der Iberischen Halbinsel liegt, und grenzt an das Mittelmeer.



© FRANCESC MUNTADA

KLIMA

Das Klima Kataloniens ist vom Mittelmeer geprägt, die Sommer sind heiß und die Winter mild. Die topographische Vielfalt bewirkt, dass die Temperaturen in den Pyrenäen Kataloniens im Durchschnitt kühler sind, während in den im Inland gelegenen Landkreisen der Terres de Lleida es im Juli und August am wärmsten ist. Regenzeit Mai bis Juni.

DURCHSCHNITTSTEMPERATUREN TAGSÜBER

°C	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Barcelona	11	12	14	17	20	24	26	26	24	20	16	12
Girona	9	10	13	15	19	23	26	25	23	18	13	10
Lleida	7	10	14	15	21	24	27	27	23	18	11	8
Tarragona	11	12	14	16	19	22	25	26	23	20	15	12

BEVÖLKERUNG

7.516.254 Einwohner

FLÄCHE

32.107 km²

LÄNGE DER KÜSTE

580 km, davon:

- 208 km Steilküsten
- 280 km Strände
- 40 km Häfen



GETREIDEFELDER IN DEN PYRENÄEN KATALONIENS IM HINTERGRUND UND EIN WALD IM BIOSPHÄREN-RESERVAT VON MONTSENY.

DER HÖCHSTE BERG DER REGION LIEGT IM ÖSTLICHEN ABSCHNITT DER KATALONISCHEN PYRENÄEN. ES HANDELT SICH UM DEN PICA D'ESTATS.

OROGRAPHIE

Der höchste Gipfel Kataloniens ist der Pica d'Estats in den Pyrenäen mit 3.143 Höhenmetern. In den Pyrenäen Kataloniens befinden sich drei weitere Gipfel mit mehr als dreitausend Metern: der Pico Verdaguer (3.129 Meter), der Punta Gabarró (3.105 Meter) und der Besiberri (3.029 Meter).

OFFIZIELLE SPRACHEN

Katalanisch und Spanisch. Okzitanisch oder Aranesisch ist im Val d'Aran ebenfalls eine offizielle Sprache.

GLIEDERUNG DER REGION

Die Fläche der Region ist zu 64% mit Wald und einer vielseitigen Vegetation bewachsen. 26% der Fläche werden bewirtschaftet und die übrigen 6,4% verteilen sich auf urbane Bereiche und Strukturen.9



© KIM CASTELLS

TOURISTISCHE MARKEN

Katalonien teilt sich in neun touristische Marken auf. Dies sind die Marken, die sich über die Region erstrecken und in der Karte abgebildet sind: Barcelona, Costa Barcelona, Costa Brava, Costa Daurada, Paisatges Barcelona, Pirineus, Terres de l'Ebre, Terres de Lleida und Val d'Aran. 📍

ENTFERNUNG ZWISCHEN
HAUPTSTÄDTEN

Km	Barcelona	Girona	Lleida	Tarragona
Barcelona				
Girona	107			
Lleida	162	255		
Tarragona	99	197	101	





© RAFAEL LÓPEZ-MONNÉ



© DANIEL JULIÁN



© KURI NG



© RAFAEL LOPEZ-MONNÉ



AKTIVITÄT UND ABENTEUER IN KATALONIEN

In Katalonien kann man nach nur zwei Stunden Autofahrt erst in den Bergen Ski fahren und nachmittags im Meer schwimmen. Je nach Jahreszeit braucht man nicht einmal einen Neoprenanzug: Einer der Vorteile, welche die Region den Liebhabern von Aktivitäten im Freien bietet. Radfahrer können außerdem auf idyllischen Landstraßen radeln oder sich auf spannenden Waldpisten mit Schlamm bespritzen. Auch die Adrenalinsüchtigen kommen nicht zu kurz; auf sie warten Canyons, Stromschnellen in kristallklaren Flüssen, Gebirgsschluchten, Eiswände zum Erklettern, zauberhafte Berge zum Gleitschirmfliegen und Tausende weitere Abenteuer. 📍

DER GEIST DES FLUSSES WILDES WASSER

Die Energie des Wassers und den Nervenkitzel bei den zu durchfahrenden Stromschnellen spüren. Durch Wasserrutschen gleiten und in Teiche mit kristallklarem Wasser eintauchen, um unter wunderhübschen Wasserfällen zu schwimmen.

Der mitten durch die Pyrenäen fließende Noguera Pallaresa besitzt einen weltweiten Ruf als einer der besten Flüsse Europas für Wildwassersportarten. Von Llavorsí bis nach Pobla de Segur verläuft der Fluss durch einzigartige natürliche Szenarien, wie zum Beispiel die beeindruckende Schlucht von Collegats, in der er mehr als 40 Kilometer navigierbar ist und man durch aufregende Bereiche fährt, durch die man schwindelerregende Geschwindigkeiten erreicht. Dank des reichen Wassereinzugsgebiet ist die Wildwassersaison im Noguera Pallaresa wirklich ausgedehnt: Sie beginnt im März und zieht sich bis in den Oktober hinein. Die besten Monate fallen mit der Schneeschmelze zusammen, d.h. Mai und Juni, da dies der Moment ist, an dem der Fluss die größte Strömung aufweist, auch wenn die vorhandenen Dämme und eine optimale Verwaltung des Wassers den Abstieg auch bis in den späteren Sommer hinein garantieren. Dies alles macht aus diesem Gebiet ein ideales Reiseziel für Wasserliebhaber aller Altersstufen, von erfahrenen Sportlern, die im Frühling auf der Suche nach dem großen Nervenkitzel sind, bis hin zu Familien, die gemeinsam ein eher ruhiges Abenteuer erleben wollen.

OLYMPISCHE ERLEBNISSE

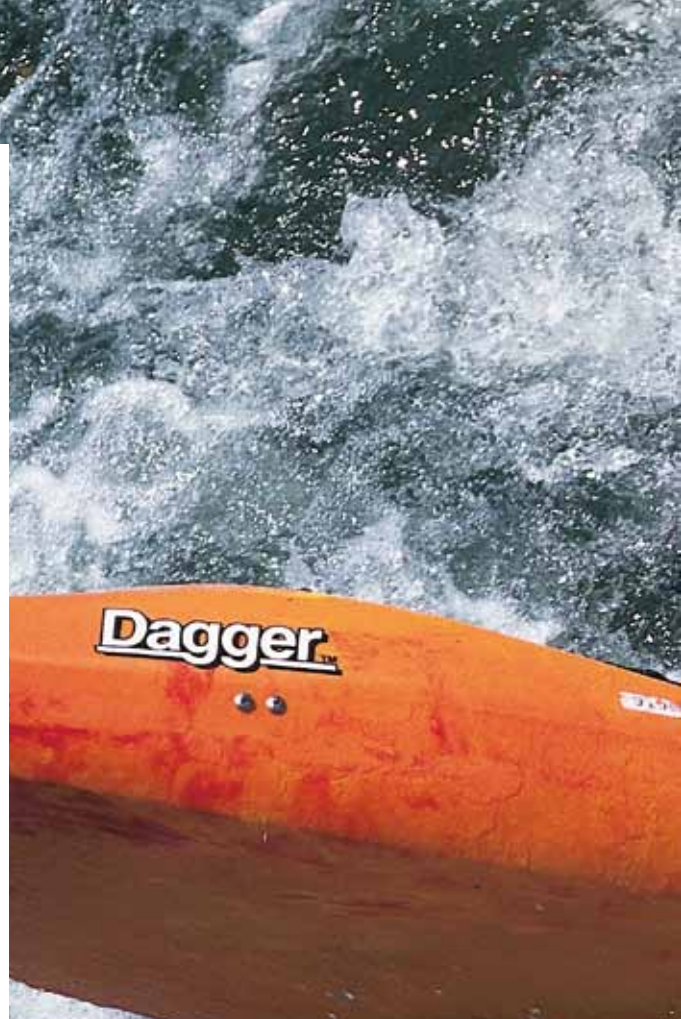
Im Seu d'Urgell bieten die Einrichtungen des Olympischen Parks von Segre sogar einen künstlichen Kanal mit anpassbarer Strömung, der speziell für das Kanufahren in Wildwasser entwickelt wurde und sich sowohl für Wettbewerbe wie auch die Freizeitnutzung eignet. Im selben Kanal, in dem man Wettbewerbe auf Weltklasse bestreitet, kann man

KAJAKFAHREN IM
WILDWASSER DES
FLUSSES NOGUERA
PALLARESÀ.

DER FLUSS
GARONA IM VAL
D'ARAN BIETET
MEHR ALS

20

KILOMETER
WILDES WASSER



**DER FLUSS IST DAS SYNONYM
FÜR DAS LEBEN, FÜR WANDEL,
ADRENALIN UND VIELFALT.
UM IHN ZU GENIESSEN, MUSS
MAN IHN KENNEN.**

ebenso gut Rafting, Hydrospeed und Fahrten im offenen Kajak mit Freunden und Familie trainieren. www.raftingparc.cat

DAS ATLANTISCHE BECKEN

Andere Flüsse Kataloniens, in denen man ebenfalls Wassersport betreiben kann, befinden sich auf der anderen Seite der Berge im grünen Norden der Pyrenäenregion. Im Val d'Aran bietet der Garona, dessen Wasser in den Atlantik fließt, mehr als 20 Kilometer schnelle Strömung, was perfekt ist für eine Raftingtour oder eine Hydrospeedfahrt, egal ob als Anfänger oder Fortgeschrittener.

VERTIKALE GEWÄSSER

Dank der abrupten und zerklüfteten Orographie eines Großteils der katalanischen Region finden Liebhaber von Schluchten-Wanderungen tausend und eine Gelegenheit, die unzähligen Wasserschluften in den Sierras von Katalonien auf ihre Art und Weise zu genießen, egal ob im Massiv von Els Ports oder den Pyrenäen von Katalonien in der Gegend um Girona. ♡



© DANIEL JULIAN

WAS IST WAS IM WILDWASSER?

RAFTING

Das Rafting ist die beste Art und Weise, in der Gruppe -egal ob nun Familie oder Freunde- die wilden Gewässer zu genießen, auf den Wellen zu reiten, zum Beispiel in einem pneumatischen Boot, das von einem erfahrenen Guide gelenkt wird, der auf Abwechslung und Sicherheit der Besatzung achtet. Man benötigt keine Erfahrung. Man sollte schwimmen können und gerne Spaß haben.

HYDROSPEED

Beim Hydrospeed handelt es sich um eine Art Wasserschlitten, mit dessen Hilfe maximaler Kontakt mit dem kühlen Nass garantiert ist. Während der Aktivität wird ein spezieller Neopren-Anzug getragen, da die Beine immer im Wasser sind und man mit ihnen das Boot steuert. Ein paar Schwimmflossen helfen dabei, Antrieb in die richtige Richtung zu erhalten. Ein Guide führt die Gruppe während der gesamten Aktivität.

OFFENES KAJAK

Das offene Kajak stellt eine Disziplin dar, die man mit einem offenen Kanu, das speziell entwickelt wurde, um nicht zu sinken, ausübt und Neulingen dieser Sportart die Möglichkeit gibt, ein einzelnes Kanu inmitten eines Wildwasserflusses eigenhändig zu steuern. Das Gefühl, sein eigenes Boot zu kontrollieren, sorgt dafür, dass das Adrenalin durch die Adern schießt, sogar bei unkomplizierten Stromschnellen.

KANU-RAFTING

Die pneumatischen Kanus für zwei oder drei Personen sorgen für ein hochgradiges Abenteuer und eine Kombination aus Autonomie und Kompromiss mitten im Fluss.

Genau wie beim Hydrospeed und beim offenen Kajak leitet der Guide die Aktivität von seinem Kajak aus, nachdem er in die grundlegenden Aspekte von Material und Sicherheit eingeführt hat, und folgt der Gruppe jederzeit.

WASSERBANANE

Im Unterschied zum Rafting, bei dem man eigentlich unmöglich ins Wasser fallen kann, gibt es auf der Wasserbanane keine Halterungen für die Füße, damit Nervenkitzel und ein kühles Bad ab der ersten Stromschnelle garantiert sind. Dieses Boot, das eigentlich aus dem Bereich der Wassersportaktivitäten kommt, ist für diejenigen empfehlenswert, die schon Erfahrungen mit wilden Gewässern haben.

SCHLUCHTEN-WANDERUNGEN

Der Abstieg durch die Schluchten beginnt damit, zu Fuß in den zwischen Wänden verlaufenden Flusslauf einzusteigen, um sich dann mit Hilfe verschiedener Techniken fortzubewegen: Schwimmen, Absteigen, Springen in tiefe Stellen Abseilen... Es ist eine anspruchsvolle Aktivität, die spezielles Material und eine gute Kenntnis der Umgebung durch den anbietenden Guide erfordert.



DIE FLÜSSE

Wir kennen die besten Wege des Wassers: Angefangen bei Erkundungen von beeindruckenden Schluchten bis zu den unzählbaren Wellen des Noguera Pallaresa, des Garona oder dem Olympischen Park von Segre.

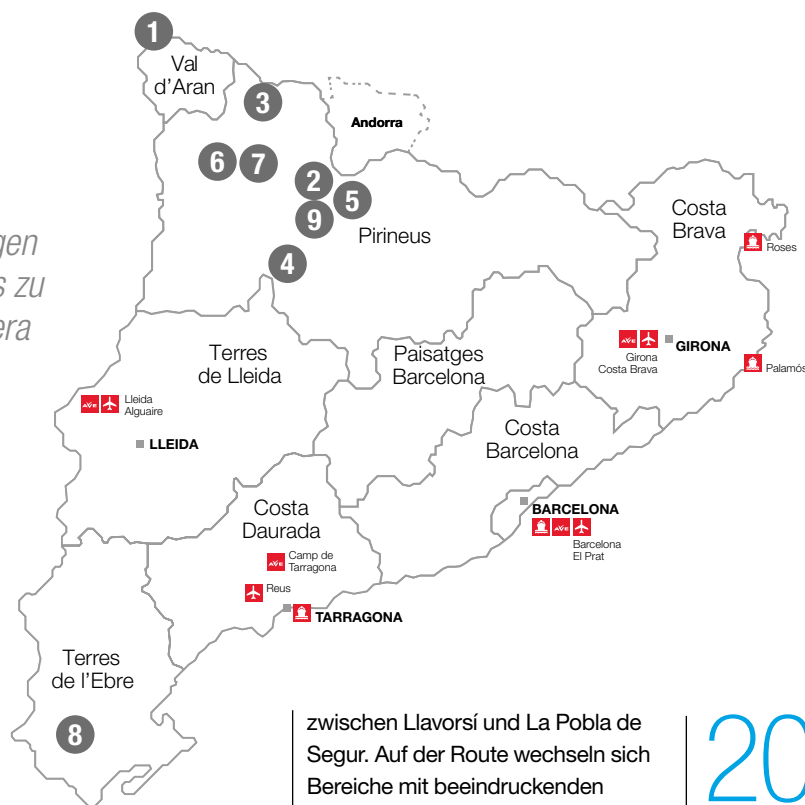
VALL D'ARAN

1 ATLANTIK-RAFTING www.aranexperience.com

Zwischen Es Bordes und Bossost bietet der Fluss Garona insgesamt 9 Kilometer beeindruckendes „weißes Wasser“. Zwischen Les und Pont de Rei sind es 8 Kilometer und die Geschwindigkeit ist insgesamt geringer. Für keine dieser Fahrten ist Erfahrung



© SERVICIOS EDITORIALES GEORAMA



nötig. Ab 6 Jahren. Dauer: halber Tag. Ab 14 Jahren kann man die gleiche Fahrt im Hydrospeed unternehmen.

PYRENÄEN

2 RAFTING DE LOS DOS PALLARS www.raftingllavorsi.cat

Die Glanzaktivität der Gegend um Pallars umfasst nicht weniger als 42 Kilometer spannender Abfahrt in den Gewässern des Noguera Pallaresa

zwischen Llavorsí und La Pobla de Segur. Auf der Route wechseln sich Bereiche mit beeindruckenden Strömschnellen mit ruhigeren Abschnitten ab, während derer man die Landschaft genießen kann. Inklusive einer Pause zum Essen.

3 DIE WEGE DES WASSERS www.outdooradventure.com

Die Extraordinario Adventure Challenge Pirineo ist eine unvergessliche Erfahrung, die Wandern, Fahrradfahren, Mountainbiken, Rafting und Abstiege durch Schluchten mit einander verbindet, um auf den natürlichen Wegen des Wassers zu reisen, angefangen bei

200
METER TRENNEN
DEN OLYMPIK-
KANAL VOM SEGRE
IM STADTZENTRUM



4

© PADDLEINSPAIN



8

© LLUIS CARRO

den höchsten Gipfeln der Pyrenäen bis zum Congost von Collegats und dem Barranc de l'Infern, einer der schönsten Ecken dieser Gegend. *Dauer: 4 Tage. Schwierigkeitsgrad: mittel.*

4 EINFÜHRUNG IN DAS KAJAKFAHREN IM WILDWASSER

www.paddleinspain.com

Das Wasser des Noguera Pallaresa sind perfekt geeignet für einen Anfängerkurs in der Königsdisziplin des Wildwassers: dem Kajakfahren. *Dauer: 6 Stunden verteilt auf zwei Tage. Von März bis Oktober. Ab 16 Jahren (im Frühling) und ab 8 Jahren (im Sommer).*

5 OLYMPISCHES RAFTING

www.paddleinspain.com

Rafting-Fahrt durch die Stromschnellen des Olympik-Kanals des wild fließenden La Seu d'Urgell. Maximale Sicherheit und Komfort nur 200 Meter von der Innenstadt entfernt. *Schwierigkeitsgrad: mittel.*

Dauer: 1 Stunde (4 Abwärtsfahrten). Beste Zeit: von Mai bis September.

6 KAJAK-‘PRAKTIKUM‘

www.epsort.com

Die Kanusport-Schule von Alberg de Sort ist die perfekte Ausgangsbasis für einen Anfängerkurs, eine Weiterbildung oder ein Training für Sportler aller Niveaustufen in egal welcher, im Noguera Pallaresa ausgeübten Wassersportart. *Dauer: 5 Tage. Mindestteilnehmerzahl: 3 Personen. Beste Zeit: von Mai bis September.*

7 FLÜSSE DES ALT PIRINEU

www.sortturisme.com

www.kayaksort.cat

Sort ist ein Referenzort für Wassersportaktivitäten im Wildwasser auf Weltklasseniveau und ist für gewöhnlich Austragungsort internationaler Wettbewerbe der Ral-li International de la Noguera Pallaresa, die seit 1964 begangen wird, die Weltmeisterschaft für Wildwasserfahrten, die 2010 zum ersten Mal stattfanden sowie der für das Jahr 2019 vorgesehenen Weltmeisterschaft. Trotz der großen Beliebtheit der Wassersportarten wie Kanufahren, Hydrospeed und Schluchten-Wandern sind diese nur einige der Vorschläge für Unternehmungen unter freiem Himmel, die man rings um den Ort herum ausüben kann. Außerhalb des Wassers gibt ein komplettes Wege-Netzwerk, das Erkundungen der Natur und den Genuss der Gastronomie ermöglicht.

TERRES DE L'EBRE

8 SCHLUCHTEN-WANDERUNGEN IN ELS PORTS

www.camping-elsports.com

Die Schlucht des Flusses Canaletes ist für Wasseerneulinge geeignet und bietet die Möglichkeit für Sprünge und Rutschen. *Dauer: 4 Stunden. Ab 8 Jahren. ♀*

TERMINE INTERNATIONAL

Vom 11. bis 15. September 2019
(La Seu d'Urgell und Sort)

40. KANU-WELTMEISTERSCHAFT

Freestyle-, Slalom- und Sprint-Wettkämpfe.

SCHON GEWUSST?

‘RAIERS’, DIE FLUSSKAPITÄNE

Durch die Stromschnellen des Flusses Noguera Pallaresa zu fahren, ist keine Erfindung der achtziger Jahre, während denen die ersten pneumatischen Boote mit Sportlern in Neoprenanzügen den Strom hinabschossen. Seit Jahrhunderten wurde die Kraft des Wassers zum Transport von Holz in Form von Flößen genutzt, die ‚rais‘ (vom Lateinischen ‚ratis‘) genannt und aus großen Baumstämmen gebaut wurden. Die Fichten und Schwarzkiefern wurden im Gebirge gefällt und mit einander so meisterlich verschnürt, dass die geschickten ‚Raiers‘ sie auf diese Art bis nach Lleida, Tortosa oder sogar bis zum Meer transportieren konnten. Seit 1979 begeht man am ersten Sonntag im Juli in Pobla de Segur eine feierliche Abfahrt im traditionellen Stil mit Booten aus Baumstämmen, Tanz und Essen unter freiem Himmel und die Bewohner tragen die Kleidung jener Epoche.

.....
i Weitere Informationen: www.elsraiars.cat

9



BINNENMEERE

RUHIGES WASSER

In Katalonien gibt es viele Staubecken und Seen, an denen man Wassersportarten wie Rudern, Segeln oder Wasserski treiben kann. Die ruhigen -und süßen- Gewässer können ebenfalls eine ideale Möglichkeit sein, um sich abzulenken, seine Freizeit zu genießen und die Gegend zu erkunden.



In einem Boot ruhiges Wasser zu gleiten, gefällt fast allen. Trotzdem sollte man sich vor jeder Aktivität über mögliche Gefahren bei den zuständigen Tourismusbehörden der Gegend informieren. Für einige Seen, Flüsse und Staubecken gelten Beschränkungen, um die Umwelt und in manchen Fällen auch die Besucher zu schützen.

ABGELEGENE ECKEN

Über das Wasser eines großen Staubeckens zu rudern, das von Wald und Bergen umgeben ist, oder sich vom sanften Strom eines Flosses treiben lassen und dabei dem Zwitschern der Ufervögel zu lauschen... An Bord eines Kanus, eines Paddelboots oder eines Surf-Paddels besteht das Abenteuer darin, im Rhythmus der Ruder dahinzugleiten, Ecken zu entdecken, in denen Stille herrscht und die andererseits auch abgeschieden sind.

TAUSEND UND EINE OPTION

Inmitten der Pyrenäen liegen die Stauseen von Sant Antoni und Terradets, wo es Routen für Kajaktouren und Ausflüge per Stand-up-Paddling gibt und man

112

HEKTAR BETRÄGT
DIE WASSEROBER-
FLÄCHE DES SEES
VON BANYOLES

**AN BORD EINES KANUS
ODER EINEM PADDELBOOT
BESTEHT DAS ABENTEUER DARIN,
AUF DER SUCHE NACH RUHIGEN
STELLEN DAHINZUGLEITEN.**

ebenfalls Wakeboard fahren kann. Im Sumpfgebiet von Canelles sind die Möglichkeiten noch zahlreicher, da es unzählige Strecken für Kanufahrten unterhalb der beeindruckenden Felswände von Congost de Mont-rebei gibt oder auch geführte Zweitagestouren durch die einsamen Gewässer angeboten werden, welche die natürlichen Wälle von Finestres umspülen.

Die Stauseen von Rialb und Sant Llorenç de Montgai in den Terres de Lleida sind ausgezeichnete Ziele, um dort zu segeln und Rudern zu trainieren. Und vom Sumpf von Camarasa in Congost del Doll kann man mit dem Kajak zu einer fotogenen Exkursion aufbrechen. Im Berguedà liegt der Stausee Baells, dessen Wasser



© CABLEPRESS



© ORIOL CLAVERA

perfekt für das Ausüben von Sportarten in ruhigen Gewässern geeignet ist, wie zum Beispiel Stand-up-Paddling, Paddelbootfahren und Schwimmen in offenem Wasser, außerdem gibt es eine Via Brava von 1.000 Metern.

FLÜSSE UND NATURSEEN

Nur 20 Kilometer von der Stadt Girona entfernt ist der See von Banyoles ein wahres Paradies für Sportler und ein Trainingsort von höchster Qualität, auch wenn man

WASSERSKI IM SUMPF VON LA BAELLS UND KANUSPORT IM SEE VON BANYOLES.

dort mit einem Ruderboot oder einem bunten Drachenboot, einem lustigen Boot mit 11 Ruderern und einem Trommler (wodurch man nicht unbemerkt bleibt), spazieren fahren kann. Entlang der Costa Brava umfasst der untere Lauf des Ter drei ruhige Strecken für Abfahrten, die man bei einem Abenteuer mit der ganzen Familie genießen kann. Und in den Terres de l'Ebre südlich von Tarragona sind die Möglichkeiten fast unendlich. 📍

SCHON GEWUSST?

UNTER DER WASSEROBERFLÄCHE

Im Sumpfgebiet von Sau zu Füßen der Felsen von Tavertet verbirgt das gezähmte Wasser des Flusses Ter ein weiteres Geheimnis. In der Mitte des Stausees ragt die Spitze eines alten Glockenturms aus dem Wasser heraus. Es handelt sich um die Kirche romanischen Ursprungs von Sant Romà de Sau, die seit dem Bau des Staudamms im Jahr 1962 unter der Wasseroberfläche ruht und nur bei Zeiten extremer Trockenheit auftaucht. Bis hier kann man mit dem Kanu, Kajak oder Stand-up-Paddling gelangen.

.....
 ⓘ Weitere Informationen unter www.oonaturisme.cat / www.aquaterraclub.com



© GLORIA SANCHEZ. GZ

RUHIGE GEWÄSSER

Seen, Sumpfgebiete und Kanäle bieten den perfekten Rahmen, um den Kontakt mit der Natur mit Hilfe von kleinen Ruder- und Segelbooten auszuprobieren und gleichzeitig die Umwelt zu respektieren und zu schützen.



© CABLEPRESS



PYRENÄEN

1 VERTIKALE TRÄUME IN MONT-REBEI

www.outdooradventour.com

Ein unvergessliches Abenteuer in Form einer Expedition, die eine Kanufahrt durch ruhiges Wasser mit der spektakulären Schlucht von Mont-rebei und dem Fluss Noguera Pallaresa kombiniert und dann mit einem Aufstieg über die Via Ferrata und einer Nacht im Camp unter den Sternen verbindet, worauf im Anschluss eine Panoramaroute zu Fuß bis zum Startpunkt am folgenden Morgen folgt. **Schwierigkeitsgrad: mittel-hoch. Dauer: 2 Tage.**

2 OLYMPISCHE KANUS

www.raftingparc.cat

Freizeit und Sport für alle in dem Kanal des Olympischen Parks von Segre, in dem das Wasser ruhig ist: Es handelt sich um eine Einrichtung mit 800 Meter Länge, die von einer unvergleichlichen Natur umringt wird und nur fünf Minuten zu Fuß vom



© DANIEL JULIÁN

Zentrum von Seu d'Urgell entfernt liegt. **Ab 3 Jahren. Dauer: 1 Stunde. Durch Guides angeleitete Aktivität.**

PAISATGES BARCELONA

3 SCHWIMMEN IM GEBIRGE

www.viesbraves.com

Das Streckennetz für Schwimmerausflüge in offenen Gewässern, das an der Costa Brava seinen Anfang nahm, beinhaltet ebenfalls Landschaften im Landesinnern wie den Sumpf von La Baells in den Pyrenäen Kataloniens. Umgeben von Bergen und gelegen in einer Enklave, die ideal für sportliche Aktivitäten an



4

© ALFONS RODRIGUEZ

der freien Luft ist, umfasst die Via Brava La Baells insgesamt 1.000 Meter und erweist sich als perfekt, um in sanft fließendem Wasser zu schwimmen.

BARCELONA

4 OLYMPISCHER WAKEPARK

www.olimpic-cablepark.com

Der Cablepark des olympischen Kanals von Castelldefels, nur 20 Kilometer vom Zentrums Barcelona entfernt, besteht aus einem Rundweg von 650 Metern und acht unterschiedlichen Hindernissen, anhand derer man mit bis zu neun Personen gleichzeitig Wasserski üben kann. Workshops und Kurse für Kinder ab 6 Jahren.

COSTA BRAVA

5 KANUFAHREN MIT DER FAMILIE

www.kayakdelter.com

Der untere Lauf des Flusses Ter zwischen Girona und der Flussmündung gegenüber den Islas Medas umfasst vier Abschnitte mit ruhigem Wasser, das ideal für eine angenehme Fahrt ist, ob nun im Kajak oder kanadischen Kanus. Man muss schwimmen können. Aktivität für ein breites Publikum. *Dauer: 2 bis 6 Stunden*

6 DER GRÖSSTE SEE

www.turisme.banyoles.cat

Der See von Banyoles ist der größte See in Katalonien. In diesem See fand die Ruder-Regatta der Olympischen Spiele von 1992 statt und es wurden hier zu verschiedenen Gelegenheiten ebenfalls Weltmeisterschaften im Kanusport abgehalten. Für Freizeitrunderer sind die fast 4 km Umfang eine Einladung, dieses natürliche und so empfindliche Ökosystem zu erkunden.

TERRES DE L'EBRE

7 RUDERN AUF DEM EBRO

www.hotelalgadirdelta.com

Die letzte Strecke und die Mündung des Flusses Ebro sind ein Paradies. Ab dem Sumpfgebiet von Mequinenza bis zum Naturpark der Mündung und der Insel Buda, gibt es Routen für jedes Niveau, von einer Stunde bis zu mehreren Tagen. Es kommen sehr stabile Paddelboote und Kanus mit bis zu vier Plätzen, die man leicht handhaben kann, zum Einsatz, in denen für die Kleinsten Platz ist, die in Kontakt mit diesem so besonderen natürlichen Habitat kommen. ♡



6

© SERVICIOS EDITORIALES GEORAMA

TERMINE INTERNATIONAL

MAI 2018

7. AUSGABE DRACHENBOOT-FESTIVAL VON BANYOLES

Drachenbootfahren ist ein spielerischer Teil des Kanusports, der aus der chinesischen Kultur stammt. Es handelt sich um eine Bootsart, in der zehn Ruderer, ein Steuermann und ein Trommler sitzen und bei der Koordination und Teamarbeit wichtig sind. Es handelt sich um eine Aktivität für jedermann.

Weitere Informationen unter www.dragonboatmotions.com

WASSERSPORTAKTIVITÄTEN EIN MEER GEFÜHLE

Mit mehr als 500 Kilometer Küste strahlt Katalonien fast 300 Tage im Jahr im Licht der Sonne. Mit dem Segel, dem Ruder, beim Schwimmen, an der Oberfläche oder in der Tiefe... Das Mittelmeer ist ein prachtvoller Schmelztiegel der Emotionen.

Das Meer hat eine Unzahl von wohltuenden Auswirkungen auf die Gesundheit, egal ob nun körperlich oder emotional. Dieser unendliche Raum, der sich harmonisch bewegt, bringt nach wenigen Momenten des Betrachtens Ruhe. Seine entspannende Kraft macht uns kreativer und glücklicher und lässt uns das Wunderbare sehen, das aus so etwas Einfachem entstehen kann wie einem Spaziergang am Ufer oder dem Sammeln von Muscheln oder bunten Steinen, um sie zu betrachten und dann wieder ihrem Habitat zu übergeben. Wenn ein einziger Spaziergang in der Lage ist, ein solches Wohlbefinden zu erzeugen, kann man sich leicht vorstellen, was man alles im Rahmen eines Aktivurlaubs an der katalanischen Küste erleben kann.

VON NORDEN NACH SÜDEN

An einer so vielfältigen und heterogenen Küste mit kleinen und großen Stränden, Buchten, Klippen, Lagunen, Sandstränden und felsigen Inseln gibt es tausende Orte, um alle Sinne anzusprechen. Die steilen Küsten im Norden mit ihren entlegenen Buchten mit kristallklarem Wasser laden zu Rudertouren mit einem

KAJAK
IN VILANOVA
I LA GELTRÚ.

280

KILOMETER
STRAND BIETET
DIE KÜSTE VON
KATALONIEN

DIE LANDSCHAFTLICHE VIELFALT DER KÜSTE BIETET FÜR ALLE LIEBHABER DES MEERS FRIEDLICHE ECKEN UND GANZ VIEL ZERSTREUUNG.

lautlosen Kajak, Tauchgängen in speziellen Rinnen entlang der Küste oder gemütlichem Schnorcheln zum Erkunden der Meeresfauna ein. Von Portbou bis zum Ebrodelta ist die reiche Natur der Meeresreservate ein Garten Eden für geschützte Spezies und ein Magnet für Taucher. Richtung Süden und die Küste entlang, die insgesamt mehr als 280 Kilometer Strände und viele Badeorte umfasst, laden die guten Winde das ganze Jahr über ein, geführte Ausflüge mit dem Wassermotorrad zu unternehmen und tausende andere Aktivitäten auszuprobieren.📍





© PADLENSPAIN

JOLLENSEGELBOOTE UND PADDELBOOTE

OPTIMIST

Ein Boot, das für Kinder und Jugendliche zwischen sechs und fünfzehn Jahren entwickelt wurde: Es ist einfach und stabil gebaut. Der rechteckige Rumpf von 236 cm ist mit zwei Schwimmern ausgestattet, um ein Sinken zu vermeiden.

VAURIEN

Ein Boot für zwei Personen mit vier Meter Bootslänge und einem Rumpf mit hoher Kapazität. Es ist vielseitig und leicht zu führen sowie bei starkem Wind recht schnell, zeigt dann aber ruhige Reaktionen und wenige Auffälligkeiten, also ideal für Anfänger.

RAQUERO

Ein Boot mit fünf Metern Bootslänge, das aber bis zu sechs Personen Platz bietet. Ideal für den Einsatz in Segelschulen, leichte Handhabung ohne Auffälligkeiten.

WINDSURF

Zum Surfen nutzt man ein schnelles und leichtes Gefährt. Der Sur-

fer steht aufrecht auf dem Brett und vollzieht den Kurswechsel durch Neigen und Wenden des Mastes, der durch eine bewegliche Halterung mit dem Brett verbunden ist.

KITESURF

Dieses dynamische Modell besteht aus einem kleinen Brett und einem Kite, mit dem der Fahrer die Kraft des Winds nutzen kann, um über das Meer zu gleiten.

KAJAKFAHREN AUF DEM MEER

Ein leichtes Ruderboot für eine oder zwei Personen, mit dem man in der Nähe der Küste fahren kann.

STAND UP PADDLING

Bei der auch als Surf-Paddeln oder SUP bekannten Sportart kommt ein einfaches Gefährt zum Einsatz, das gedacht ist, um über das Meer, Seen oder Sumpfgebiete zu gleiten, um zu trainieren und an Kraft und Gleichgewicht zu gewinnen. Der Paddler steht aufrecht auf dem Brett und nutzt ein Paddel für den Antrieb.

EMOTIONEN AUF DEM MEER

Egal ob man schwimmen oder tauchen geht... Die katalanische Küste ist eine beständige Einladung zur Aktivität, für Abenteuer und den Kontakt mit der Natur - das ganze Jahr über.

COSTA BRAVA

1 GEOKAJAK IN CAP DE CREUS

www.kayakcostabrava.com
www.wildsea.eu

Von einer Bucht zur anderen paddeln, in Höhlen hineingleiten und ankern, um sich an abgelegenen Stränden auszu-ruhen und vor allem um die surrealis-tische Landschaft des Parc Natural del Cap de Creus zu entdecken. Die Aktivität ist für jedermann geeignet und beinhaltet einen Einführungskurs.

Dauer: 1 bis 4 Tage.



© ORIOL ALAMANY



Zugängliche Aktivität

2 SCHWIMMEN IN DER BUCHT VON CADAQUÉS

www.viesbraves.com

Die Vía Brava de Cadaqués mit 1.000 Metern Breite ermöglicht es, um die Punta de Sa Conca herumzuschwimmen und ist eine der 14 besonders ausgeschilderten Strecken, um auf sichere Art und Weise an der Costa Brava im offenen Meer zu schwimmen.

3 JOLLESEGELN IN EL PORT DE LA SELVA

www.cnps.cat

Der Club Nàutic Port de la Selva bietet Anfängerkurse und Fortge-

srittenenkurse für das Segeln mit leichten Booten inmitten der unvergleichlichen Bucht von Port de la Selva an. Die Kurse sind für Personen jeden Alters (ab sechs Jahren) geeignet und finden im Frühling, Sommer und Herbst statt.

4 SEEPFERDCHEN-TOUR

www.wildsea.eu / www.lamfora.com

Ein wirklich besonderes Eintauchen in die Unterwasserwelt und speziell entwickelt für die Beobachtung von Seepferdchen in ihrem natürlichen Habitat an den Stränden der Tossa de Mar, wo es eine recht ungewöhnliche Population dieser beliebten Art gibt.

14

**AUSGESCHILDERTES
STRECKEN WERDEN
IN CADAQUÉS FÜR
DAS SCHWIMMEN
IM OFFENEN MEER
ANGEBOTEN**



SCHON GEWUSST?

MONTGRÍ, DAS JUNGFRÄULICHE FELSMASSIV AM MEER

Zwischen Cala Montgrí in Escala und dem Hafen von L'Estartit erstreckt sich einer der schönsten und wildesten Küstenabschnitte - neben dem Cap de Creus- der Costa Brava. Das Felsmassiv von Montgrí wird geschützt durch den Naturpark, der auch die Islas Medes und Baix Ter schützt und vereint sich mit dem Meer durch eine senkrechte Klippe von 100 Metern Höhe und fast 10 Kilometern Länge. In diesem überraschenden und einzigartigen Paradies, das durch die Kräfte des Meers geformt wurde, liegen kleine Buchten, die man nur vom Wasser aus erreicht, sowie abgeschiedene Inselchen und Höhlen.

• Weitere Informationen unter: www.parcsnaturals.gencat.cat/ca/illes-medes



COSTA DAURADA

5 JET-SKI-ROUTEN

www.portcalafat.com
www.libertywingswatersports.es

Ab dem Port de Calafat werden Ausflüge mit dem Wasserroller mit oder ohne Guide angeboten. Es werden Boote mit drei Plätzen eingesetzt, die leicht zu steuern sind und dank der Größe eine gute Stabilität aufweisen. Mindestalter: 16 Jahre (mit Erlaubnis der Eltern). Man kann auch ohne Seefahrtschein daran teilnehmen.

Dauer: 15, 30 oder 60 Minuten.

Beste Zeit: von April bis Oktober.

6 SCHNUPPERTAUCHKURS

www.ametlladiving.com

Die Schwerelosigkeit unter der Oberfläche zu spüren und dank einer eigenen Tauchausrüstung ganz normal zu atmen... In Begleitung eines PADI-Lehrers, der Sie jederzeit begleitet und auf Wunsch ein Video Ihrer ersten Schritte in der faszinierenden Unterwasserwelt dreht, können Sie die Flora und Fauna der Costa Daurada in Ametlla de Mar erleben. Der Schnupperkurs dient außerdem als Vorbereitung für den Anfängerkurs.

Dauer: 2 Stunden (40 Minuten Tauchgang).

Schwierigkeitsgrad: niedrig. **Beste Zeit:** von Juni bis September.

7 JOLLESEGELN FÜR ALLE

www.cnametllamar.com

Der Club Nàutic in Ametlla de Mar bietet Segelkurse mit den Bootstypen Optimist, Vaurien und Raquero an. Ab 8 Jahren.

8 GEFÜHRTER SCHNORCHELKURS

www.planctondiving.cat

Ein Tauchgang mit Schnorchel ist eine einfache Aktivität. Der Kurs findet an der hübschen Küste von Ametlla de Mar statt und wird an das Niveau jedes Teilnehmers angepasst, egal ob man zum ersten Mal schnorcht oder einfach nur seine Technik verfeinern will.

COSTA BARCELONA

9 SCHWIMMEN IN SITGES

www.viesbraves.com

Die Via Brava de Sitges mit 2.000 Metern Länge ist eine der fünf ausgeschilderten Strecken, die entlang der Küste von Barcelona eingerichtet wurden, um sicher im Meer schwimmen zu können. Außerdem kann man hier den Meeresgrund erkunden und gleichzeitig das Schnorcheln üben.

TERRES DE L'EBRE

10 TAUCHEN SIE EIN IN EIN VERSUNKENES SCHIFF

www.veleroincoming.com

Im Ebrodelta ruhen die Überreste eines Militärschiffes, das einst unter englischer Flagge fuhr und 1813 hier versank. Mit Guides ist ein Besuch und ein genaues Betrachten des Wracks möglich. 9



© ANDREU LLENAS

TERMINE INTERNATIONAL

APRIL

SWIMRUN COSTA BRAVA

Ein Wettbewerb, der Laufen und Schwimmen entlang der Vías Bravas und der Caminos de Ronda der Costa Brava miteinander kombiniert. Drei Distanzen: 42 km, 21 km und 11 km.

Weitere Informationen unter www.swimruncostabrava.cat

DEZEMBER

WEIHNACHTSRENNEN

Der Club de Vela Palamós organisiert die 43. Ausgabe der traditionellen Regatta der olympischen Klassen und der Jugendklassen, sodass in der Buch von Palamós Segler aus zwanzig Ländern zusammenkommen.

Weitere Informationen unter www.christmasrace.org

4. AUGUST

VIES BRAVES NONSTOP 10K

Eine Herausforderung von nur einem Tag, an dem man die sechs besten Schwimmgebiete im offenen Wasser der Costa Brava kennenlernt. Gruppenaktivität ohne Wettbewerbsgedanken, mit Fahrten im Bus zwischen einer Via Brava und den anderen.

Weitere Informationen unter www.viesbraves.com

4. OKTOBER

BARCELONA PADDLE RACE

Internationale Surfski-Regatta, die für die Teilnahme von Stand-up-Paddlern und Fahrern traditioneller Kajaks offen ist.

Eine spektakuläre 15 km lange Fahrt entlang der Küste von Ciudad Condal mit Start in Port Vell.

Weitere Informationen unter www.barcelonacaiac.com

SCHON GEWUSST?

EIN SEGELBOOT OHNE KIELSCHWERT UND RUDER?

Die Halterung des Segels, die auch als *pati català* bekannt ist, wurde zuerst zu Beginn des 20. Jahrhunderts zum Vergnügen an den Stränden von Badalona genutzt. Ab der Entwicklung im Jahr 1942 wurden offizielle Mittel definiert, um Regatten abhalten zu können. Die Halterung des Segels hat eine Bootslänge von 5,60 Meter und wird mit einem dreieckigen Segel angetrieben. Das Boot wird von einem einzelnen Segler gesteuert, der über die Richtung entscheidet, indem er seinen Körper als Gegengewicht zu der einen oder anderen Seite der Halterung verlagert, die aus zwei, durch eine Abdeckung aus fünf einzelnen Reihen mit einander verbundenen Rümpfen oder Schwimmern besteht.

Weitere Informationen unter www.barcelonaturisme.com



© ADIPAV

FLUGSPORT

LUFTIGE FREUDEN

Die Landschaft von einem Standpunkt aus betrachten, der von Natur aus den Vögeln vorbehalten ist, und das nicht am Bildschirm, sondern mit eigenen Augen, dabei den Wind im Gesicht und die Leere unter den Füßen spüren.

Bei 4.000 Metern Höhe mit dem Fallschirm auf dem Rücken aus dem Flugzeug springen. Sich an der Steuerung eines Gleitschirms mithilfe des Aufwinds in die Höhe schrauben. Es bei einer ruhigen Ballonfahrt den Wolken gleichtun und die Welt wie ein Spielzeugmodell betrachten. Die Möglichkeiten sind ebenso vielfältig wie durchführbar; so unglaublich es klingt, es genügt doch der Wunsch, um den Traum vom Fliegen Wirklichkeit werden zu lassen.

FREIE BAHN

In Katalonien finden die Freunde des Fallschirmspringens Flugplätze für Absprünge in so verschiedenen Gebieten wie Empuriabrava an der Costa Brava oder in Sant Fruitós de Bages im Inneren der Provinz Barcelona. Beide Einrichtungen bieten die Möglichkeit, in Begleitung eines Lehrers den ersten Sprung zu absolvieren. Eine kurze Erfahrung, aber umso intensiver. 50 Sekunden freier Fall bedeuten 3.000 Meter senkrecht nach unten, damit man die verbleibenden 1.000 Meter mit dem Fallschirm wieder sanft zu Boden gleiten kann. Ab den Flugplätzen von La Cerdanya und Igualada-Òdena werden Gleitschirmflüge angeboten. In diesem Fall wird der Gleitschirm mit einem Motorflugzeug auf 500 Meter Höhe gezogen. Oben ange-

GLEITSCHIRMFLE-
GEN ÜBER BERGA.

50

STARTBEREICHE
FÜR DIE
GLEITSCHIRM-
FLIEGER
UND
HÄNGEGLEITER
IN KATALONIEN

MIT SEKT IM KORB EINES HEISSLUFTBALLONS ANSTOSSEN ODER IN DER KABINE EINES SEGELFLIEGERS SITZEN... DER ALTE TRAUM VOM FLIEGEN WIRD REALITÄT.

kommen wird das Verbindungskabel gelöst und es beginnt ein unvergesslicher Gleitflug, der zwischen 25 und 45 Minuten dauern kann.

FLUGGEBIETE

Wenn man mit Gleitschirm oder Hängegleiter fliegen möchte, hat man die Wahl zwischen mehr als 50 offiziellen Startplätzen: Vom Schutzgebiet Mare de Déu de Queralt in Berga, das aufgrund seiner spektakulären Aussichten auch als „Balkon von Katalonien“ bekannt ist, bis zum Kloster von Sant Pere de Rodes in El Port de la Selva. Dank der günstigen orografischen und atmosphärischen Bedingungen befinden sich die beliebtesten und für Anfänger zu empfehlenden Gebiete, egal ob nun für Kurse oder Tandemflüge, in Äger zu Füßen der bekannten Sierra del Montsec und im Tal von Organyà, in dem Wettbewerbe für Gleitschirmakrobat auf internationalem Niveau stattfinden. ♣



© CABLEPRESS

FLUGSPORT

SCHLUCHT VON MONT-REBEI IM BALLON

www.globuskontiki.com

Von oben aus der Vogelperspektive Gipfel, Seen, Wälder und Dörfer zu bestaunen und zu erkunden, wird möglich durch einen Höhenflug über eine der unzugänglichsten und schönsten Gegenden von Katalonien, die Schlucht von Mont-rebei auf der Sierra del Montsec. Auf diesem Ausflug erhebt sich der Korb in bis zu 2.500 Meter Höhe und legt fast 40 Kilometer zurück. **Dauer: 2 Stunden Flug.** **Schwierigkeitsgrad: niedrig.** 🌿 **Zugängliche Aktivität.**

'TEAMBUILDING' IN DER LUFT

www.globuskontiki.com

Einen Plan erstellen, Aufgaben verteilen, Entscheidungen treffen, geschickt kooperieren und dirigieren, um ein Ziel zu erreichen, ist fast immer die Grundlage von *Team-building*-Aktivitäten. Dieses Mal findet diese Aktivität an Bord eines Heißluftballons statt. Jedes Team besteht aus acht Personen, die sich einen Korb und ein 4x4-Fahrzeug teilen und von einem Fahrer und einem Berufspiloten betreut und unterstützt werden.

Dauer: 2 Stunden Flug. Schwierigkeitsgrad: mittel.

20

JAHRE FEIERTE
2017 DAS
EUROPÄISCHE
HEISSLUFTBALLON-
FESTIVAL VON
IGUALADA

© LLUÍS CARRO



TERMINE INTERNATIONAL

7. UND 8. JULI 2018.

**EIN BALLON, ZWEI BALLONS...
TAUSENDE BALLONS!**

Das europäische Heißluftballonfestival findet in Igualada seit 1997 statt und versammelt jeden Sommer ungefähr hundert Heißluftballons in verschiedenen Formen und Farben aus aller Welt.

Weitere Informationen unter www.ebf.cat

SCHON GEWUSST?

ORGANYÀ, EIN MAGISCHER BERG

Das Valle de Cabó in Terres de Lleida ist ein Paradies für Liebhaber des Gleitschirmfliegens, da es hier durch die Berge eine spezielle Orographie gibt, durch die man das ganze Jahr lang fliegen kann: In das Tal strömt ein sanfter und gleichmäßiger Wind, der -wenn er seitlich auf die Hänge trifft- aufsteigt, wodurch die Flieger eine ausreichende Höhe erreichen können, ohne dass sie auf warme Luft warten müssen. Dieses kleine Detail sorgt dafür, dass das Fluggebiet von Organyà in der ganzen Welt als *The Magic Mountain* (der magische Berg) bekannt ist und dass Gleitschirmflieger weltweit dieses Tal mit seiner tausendjährigen Geschichte besuchen, um zu fliegen, ihre Technik zu verfeinern und virtuose Pirouetten zu drehen.

.....
i Weitere Informationen unter: www.lleidatur.com





MULTI-AKTIVITÄTEN

FREIZEIT AUF DEM BODEN

Durch die Berge klettern, entweder zu Fuß oder auf einem Pferd. Einen Ausflug machen mit dem Quad, dem Buggy oder dem Motorrad. Mit einer entsprechenden Karte verwandelt sich das Gebiet in einen Spielplatz und einen Weg, der zur Erkundung offen steht.

Eine anmutige Orographie in Verbindung mit dem guten Zustand der Wanderwege durch die Wälder, Täler und Berge verwandelt Katalonien in einen wahren Garten Eden für Liebhaber des *trail running* und der Orientierungsläufe. Genau wie das Wandern erfreuen sich die Gebirgsläufe großer Beliebtheit.

In speziell beschilderten Umgebungen wie dem Vall de Boí, Espot oder Gósol wurden besondere Zentren für die Durchführung und Umsetzung dieser Disziplinen eingerichtet. Die Wege sind je nach Schwierigkeitsgrad ausgemalteschildert und katalogisiert und es wurden Routen für Athleten jedes Niveaus entwickelt, egal ob man sich nur gelegentlich aktiv in der Natur betätigt oder kontinuierlich auf der Suche nach dem idealen Terrain ist, um sein Potenzial voll auszuschöpfen, Trainingseinheiten zu planen, seine Fertigkeiten in technisch anspruchsvollen Gebieten zu verbessern oder konkrete Wettbewerbe vorzubereiten.

STRASSEN MIT CHARME

In Katalonien gibt es ein ausgedehntes Netz malerischer Wege durch die Region, die zu einzigartigen Orten führen. Für Menschen, die gerne mit dem Motorrad unterwegs sind und Fahrten lieben, die sie entlang des Asphalts durch hübsche Gegenden führen, wurden in der Gemein-

REISEN IST WEITAUS MEHR ALS NUR VON A NACH B ZU PENDELN. MAN SPÜRT JEDEN SCHRITT, GENIESST JEDE KURVE UND VERSCHMILZT MIT DER LANDSCHAFT, UM DIE IHR INNEWOHNENDE ESSENZ AUFZUNEHMEN.

de Lleida insgesamt 10 Routen für den so genannten „Moturismo“, den Motorradtourismus, eingerichtet.

WEGE UND PISTEN FÜR ALLE

Bewegt man sich abseits des Asphalts, wartet ein Gewirr von Wegen und Pisten durch die Wälder der Region auf Reisende und lädt dazu ein, sich auf den Weg zu machen und in Kontakt mit der Natur zu kommen. Es handelt sich um Strecken, die für Allradfahrzeuge gedacht sind, wie zum Beispiel *Quads*, *Buggies* oder Autos mit Allrad-Antrieb, die man langsam durch die Landschaft steuert, um sie zu genießen und für eine Fotopause anzuhalten. So erlebt man den Geist der ländlichen Welt und den ihr innewohnenden Frieden.

10

ROUTEN FÜR DEN
MOTORSPORT
IN DEN TERRES
DE LLEIDA



© ORIOL CLAVERA

Es gibt ebenfalls Möglichkeiten für Ausritte. Egal ob man eine Stunde oder eine Woche unterwegs ist, sich am Ufer des Meers aufhält oder über die Ebenen der Terres de l'Ebre auf einem Pferd reitet... Es ist immer ein unvergessliches Erlebnis, wenn man in so engen Kontakt mit der Natur kommt. Dabei sollte man auch nicht die Ausflüge mit Kutschen vergessen, die in der Fageda d'en Jordà in Garrotxa in den Pyrenäen angeboten werden.

DIE UMGEBUNG BEWAHREN

Sport inmitten der Natur zu treiben ist eine unversiegbare Quelle physischer und mentaler Wohltaten, die beste

KLETTERER
IN EINER WAND
DES VALL D'ÀGER
IN DEN TERRES
DE LLEIDA.

Belohnung ist aber die Umarmung der Natur, die man überall spürt. Dafür ist es wichtig zu lernen, wie man sie beobachtet, ihr zuhört und in ihr lebt. Der verantwortliche Ausflügler weiß, wie man sich einer Umgebung nähert, ohne sie zu verändern, wie man seinen ökologischen Fußabdruck mindern, Pflanzen und Tiere respektieren, unnötigen Lärm vermeiden kann oder andere Nutzer der Wege nicht belästigt, indem man seinen Müll genauso wieder mitnimmt, genauso wie die tollen Erinnerungen, bei denen es sich nur um Fotos, Skizzen und Lächeln handeln sollte. ♡

SCHON GEWUSST?

MONTSERRAT, DER BERG DER 1.500 NADELN

Klettern ist eine Aktivität mit langer Tradition in Katalonien und der Berg Montserrat mit mehr als 1.500 Spitzen bzw. Nadeln, Wänden und Spornen unvergleichlicher Qualität ist eines der Symbole für diesen Sport, der hier auf Weltniveau ausgeübt wird. Mit 7 Kilometern Länge und 2,5 Kilometern Breite gibt es mehr als 5.600 offene Wege, wodurch man bei einem Besuch ganz leicht Seilschaften sehen kann, die sich an den vertikalen Felswänden hinauf- und hinabhangeln. Um die reiche biologische Vielfalt zu erhalten, wurden in den letzten Jahren Beschränkungen hinsichtlich der Einrichtung neuer Wege eingeführt und vor allem die Instandsetzung und Instandhaltung der klassischen Routen in den Vordergrund gestellt.

.....
 ⓘ Weitere Informationen unter www.muntanyamontserrat.gencat.cat



DURCH TÄLER UND ÜBER BERGE

Es gibt viele Möglichkeiten, eine Region zu genießen: Wandern, Orientierungsläufe, Klettern, Quadfahrten oder ein Motorrad. Katalonien hat für jeden Bereich verschiedene Vorschläge.



VAL D'ARAN

1 MEHRFACH-ABENTEUER IM TAL

www.kabi-travels.com

Das Val d'Aran mit seinen Schluchten und Flüssen zu erkunden oder von den verschneiten Gipfeln bis ins Tal zu fahren, ist ein richtiges Abenteuer, wenn man verschiedene Disziplinen wie Wandern, Orientierungslauf, eine Einführung ins Klettern auf den Klettersteigen, Rafting und Abstiege durch die Schluchten mit einander verbindet. Dauer: 3 Tage. Beste Zeit: Frühling und Sommer.

2 ROUTEN AUF VIER PFOTEN

www.aranexperience.com

Die malerischsten Dörfer des Tals auf dem Rücken eines sanften Pferdes zu durchstreifen, ruhige Wege zu entdecken und die Landschaft, die



Zugängliche
Aktivität

Berge, die Wälder und den reißenden Fluss Garona von Pla de Beret bis nach Vielha zu genießen. Aktivität für ein breites Publikum ab 7 Jahren. **Dauer: 1 bis 3 Stunden. Beste Zeit: Frühling, Sommer und Herbst.**

PIRINEUS

3 ABENTEUER IM DUNKELN

www.discoverpyrenees.com

Die ersten Schritte im Rahmen einer Entdeckungstour der Unterwasserwelt sind wirklich aufregend. In Begleitung erfahrener Guide geht es hinein in Höhlen, die sich für Anfän-

ger eignen, wie die Fou de Bor oder die Cova d'Anes in Gerdanya: der beste Zugang zu dieser Aktivität, bei der Abenteuer, Sport und Wissenschaft zusammentreffen. **Ab 7 Jahren.**

4 IM GELÄNDEWAGEN DURCH DIE GESCHICHTE

www.lavalldelord.com

Die Ausflüge im Geländewagen über die Wege der Sierra de Busa in den Pyrenäen von Lleida ermöglichen ein Entdecken von geheimnisvollen Legenden in den Eichen- und Rotkiefernwäldern, in denen eine große mykologi-



© DANIEL JULIÁN

9

**GEBÄUDE,
DIE DURCH DIE
UNESCO ZUM
WELTULTURERBE
ERKLÄRT WURDEN,
IM VALL DE BOI**

SCHON GEWUSST?

SIURANA, DIE LETZTE ARABISCHE BURG

Die roten Gesteinsfelsen, die Siurana auf der Sierra de Prades umgeben, sind ein Paradies für Kletterer. Dank der strategischen Lage hoch oben im Massiv war die Burg von Siurana, die arabischen Ursprungs ist, jahrhundertlang uneinnehmbar und verwandelte sich in die letzte muslimische Enklave in Katalonien. Heute kann man sie auf bequeme Art und Weise besuchen und sich die Energie dafür aufsparen, zu Fuß die Umgebung des Dorfes und der alten Festung zu erkunden. Eine kurze, aber spektakuläre Route führt über den Camí de la Trona, eine für Fotos geeignete panoramatische Felsformation, die nur 15 Minuten vom Parkplatz entfernt ist.

• Weitere Informationen unter www.turismesiurana.org





© RAMON GRABRIEL. GZ

sche Vielfalt herrscht und es Orte gibt, an denen sich bedeutende Ereignisse der katalanischen Geschichte ereignet haben. *Die beste Zeit: Frühling und Sommer.*

5 KLETTERSTEIG IM MONTSANT

www.veleroincoming.com

Die Route, die entlang des Klettersteigs von Morera de Montsant eingerichtet wurde, erstreckt sich bis an die Wände der Serra del Montsant, die sich aus der Luft einfach unvergleichlich schön zeigen: Felsspitzen, tibetanische Brücken, das fantastische Panorama des Priorats... Aktivität unter Anleitung. Schwierigkeitsgrad: mittel-hoch. *Dauer: 3 Stunden. Die beste Zeit: ganzjährig.*

DIE UMGEBUNG VON BARCELONA

6 AUSFLÜGE MIT DEM QUAD

www.paddleinspain.com

Nur eine Stunde von einer Großstadt entfernt verwandeln sich die

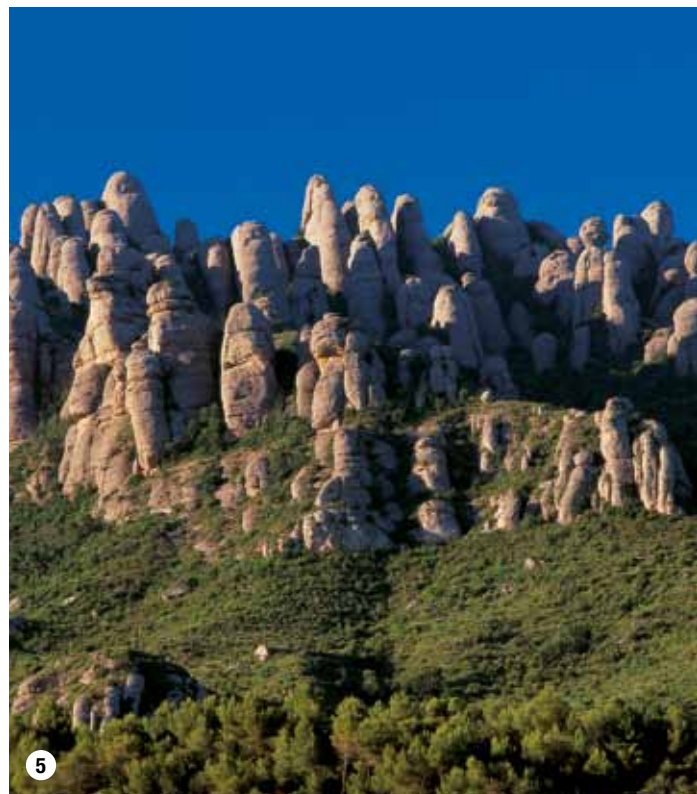
malerischen Gegenden inmitten der Barceloner Pyrenäen in den Hintergrund für ein spannendes Abenteuer, das für alle zugänglich ist. Zu lernen wie man diese Motorfahrzeuge steuert, ist ganz leicht und die Ausflüge finden immer in Begleitung eines erfahrenen Guides statt. *Dauer: 1 Stunde. Die beste Zeit: ganzjährig.*

TERRES DE L'EBRE

7 ORIENTIERUNG IN DER SIERRA DE TIVISSA

www.veleroincoming.com

Zu lernen sich in der Natur mit Karte und Kompass zu bewegen, kann neben der allgemeinen Nützlichkeit spannendes Abenteuer und ein lustiges Spiel für Personen jeden Alters sein. In der Sierra von Tivissa werden Einführungskurse angeboten, je nach Niveau der Teilnehmer. *Dauer: 1 bis 5 Stunden. Die beste Zeit: ganzjährig. ♡*



© ORIOL ALAMANY

TERMINE INTERNATIONAL

VOM 2. BIS ZUM 8. SEPTEMBER

TRAIL RUNNING PIRENAICO

Das Trail Running Pirenaico ist ein Trailrunning-Wettbewerb in Etappen, der inmitten der katalanischen Pyrenäen entlang des Wanderwegs GR 11 von Ribes de Freser bis zum Val d'Aran stattfindet. Man nimmt in Teams mit zwei oder drei Läufern teil, die in sieben Tagen 240 Kilometer und 15.000 Meter kumulierte Höhenmeter zurücklegen müssen und dabei insgesamt fünf Naturparks durchqueren.

Weitere Informationen unter www.psr.run

SCHON GEWUSST?

ROMANIK ÜBERALL

Im Vall de Boí im Naturpark von Aigüestortes i Estany de Sant Maurici ist die Konzentration romanischer Gebäude besonders hoch. Insgesamt gibt es acht Kirchen und eine Wallfahrtskapelle, die durch die UNESCO zum Weltkulturerbe erklärt wurden und im 6. und 7. Jahrhundert nach lombardischer Art gebaut worden waren, die aus dem Norden Italiens eingeführt wurde und sich durch eine sorgfältige Bearbeitung der Steine und schlanke Glockentürme auszeichnet. Das Projekt Romanisch mit Stiefeln bietet Routen entlang alter Wege an, die die Dörfer des Vall de Boí mit einander verbinden, um mit einem Guide die interessantesten Anekdoten kennenzulernen.

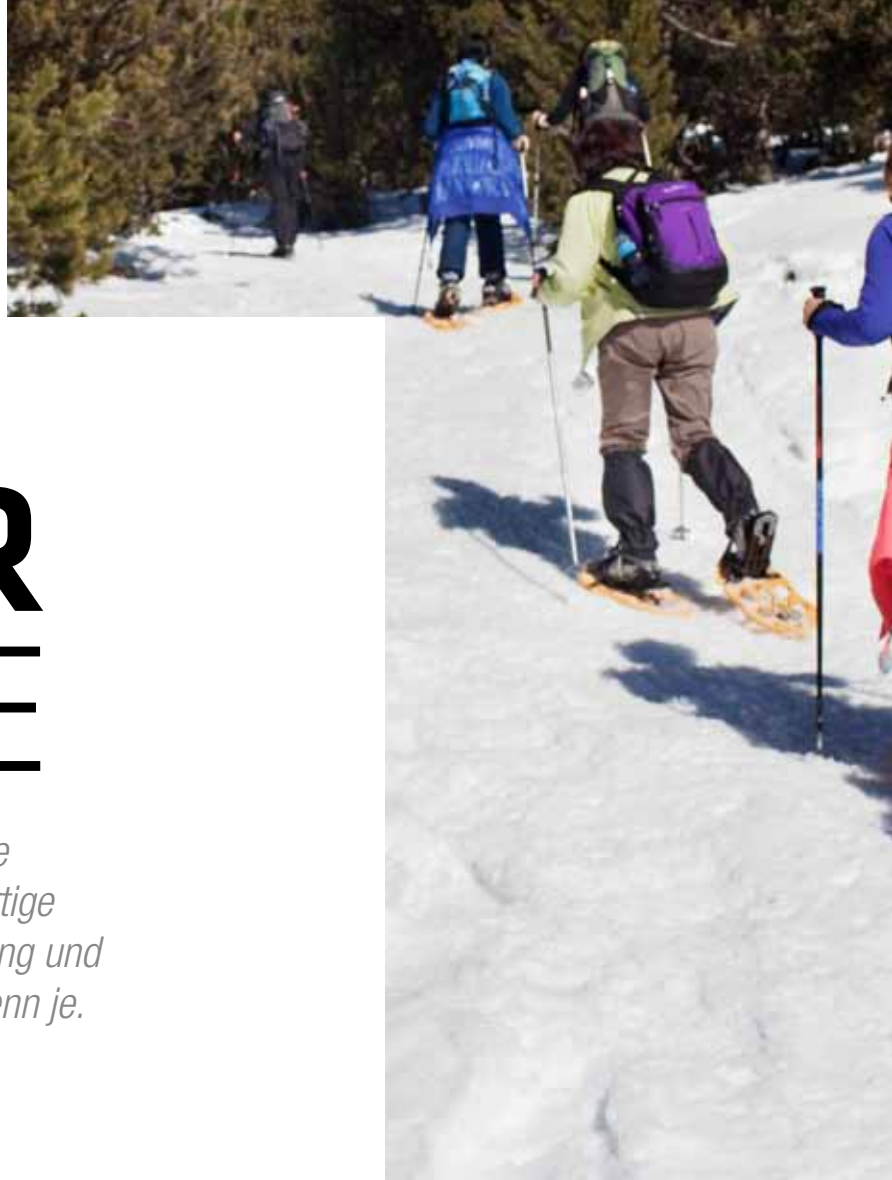
i Weitere Informationen unter www.vallboi.cat



WINTERSPORT

REINER SCHNEE

Jenseits der Herrschaft der Skigebiete bieten die winterlichen Berge einzigartige Erlebnisse. Mit der richtigen Ausrüstung und Anleitung ist der Neuschnee näher denn je.



Der Winter verwandelt die Landschaft und definiert das Gebirge in allen Dimensionen neu. Die Wege hüllen sich in weiße Decken und laden zu Ausflügen mit dem Schneescoter oder im Hundeschlitten ein. Mit Schneeschuhen können Sie den verschneiten Wald noch weiter hinaus erkunden, den Spuren von Fuchs, Auerhahn oder Gämse folgen oder bis zu eisigen Gletscherseen aufsteigen.

DAS GANZE JAHR IN FORM

In Katalonien gibt es sieben nordische Skigebiete (www.totnordic.com) mit Loipen aller Schwierigkeitsgrade und speziellen Routen für Schneeschuhwanderungen. Beide Aktivitäten verbinden die Vorzüge von Fitness und den gesunden Kontakt mit der Natur und der reinen Bergluft. In den Bergen Kataloniens liegen außerdem zehn moderne alpine Skigebiete mit fast 500 Kilometern befahrbaren Pisten aller Schwierigkeitsgrade; genaue Beschreibungen dazu finden sich auf www.catalunya.com/que-fer/activat/esquiar-amb-sol.

SCHNEE-SCHUHAUSFLUG
IN LLES
DE Cerdanya.

100

JAHRE ALT WAR
DAS SKIGEBIET
LA MOLINA IM
JAHR 2008

**MANCHE ABENTEUER KANN
MAN NUR IM WINTER ERLEBEN:
SCHLITTSCHUH LAUFEN AUF
DEM ZUGEFRORENEN SEE,
EIN IGLU BAUEN ...**

VON DEN GIPFELN

Im Winter hören die erfahrensten Wanderer und versiertesten Skifahrer den Ruf der schneebedeckten Gipfel. Sei es mittels Heliski oder beim Aufstieg mit Steigfellen probieren alle die besten Tricks, um die vom Neuschnee bedeckten Gipfel zu erreichen, die Aussicht aus höchster Höhe zu genießen und schließlich mit den Skiern oder dem Snowboard ins Tal abzufahren. In dieser unvergleichlich schönen Umgebung ist es lebenswichtig, das Umfeld zu kennen; die Bergführer leisten daher unverzichtbare Arbeit. ♡



© ORIOL CLAVERA

SCHON GEWUSST?

HUNDERT JAHRE SKIGEBIET LA MOLINA

1908 ging man bereits *telemarken* - die Disziplin gilt als Mutter des modernen Skisports. Diese Anfänge zeigt das Mitteilungsblatt des Centre Excursionista de Catalunya. Dank der Eisenbahn, die ab 1922 verkehrte, wurde das Skifahren auch in Katalonien populär. 1925 wurde die erste Unterkunft eröffnet, 1940 richtete man den ersten medizinischen Dienst für die Wintersportler ein. Das Skigebiet La Molina war ein Pionier bei der Verbreitung des Skisports zu Beginn des 20. Jahrhunderts und ist heute noch ein Vorbild in der Welt des Wintersports.

.....
Weitere Informationen: www.lamolina.cat



SKI ALPIN IN
PORT AINÉ IN
DEN PYRENÄEN.



© DANIEL JULIÁN

WINTERSPORT

EINFÜHRUNG INS SKIWANDERN

www.nautviajes.es

Es gibt nichts besseres als ein unvergessliches Wochenende für den ersten Kontakt mit dem Skiwandern. Die Veranstaltung ist unterteilt in zwei aktive Tage, als Basisstation dient der exklusive Kurort Bahns de Tredòs in unmittelbarer Nähe zum Nationalpark Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Das Hotel ist auf Skiern und im Schneescooter erreichbar. Die Bergführer sind auf Skiwandern spezialisiert, geben Theorieunterricht und helfen, die Ausrüstung kennenzulernen. *Schwierigkeitsgrad: mittel. Beste Reisezeit: von Januar bis April.*

HELISKI & HELI-SNOWSHOEING A LA CARTA

www.kabi-travels.com

Erfahrene Bergführer wählen dank ihrer Geländekenntnis die besten Abfahrten für die jeweiligen Schneebedingungen, um im Hubschrauber zu den entlegensten Gipfeln der katalonischen Pyrenäen fliegen; von dort führen sie die Gruppe mit Abfahrten im Neuschnee zu Tal. Wer nicht Ski fährt, kann an Schneeschuhwanderungen teilnehmen und Orte kennenlernen, die auf anderem Weg nicht zu erreichen sind. *Schwierigkeitsgrad: hoch. Mindestalter: 16 Jahre. Beste Reisezeit: von Januar bis April.*

SKI FAHREN ZWISCHEN SEEN UND KAREN

www.outdooradventour.com

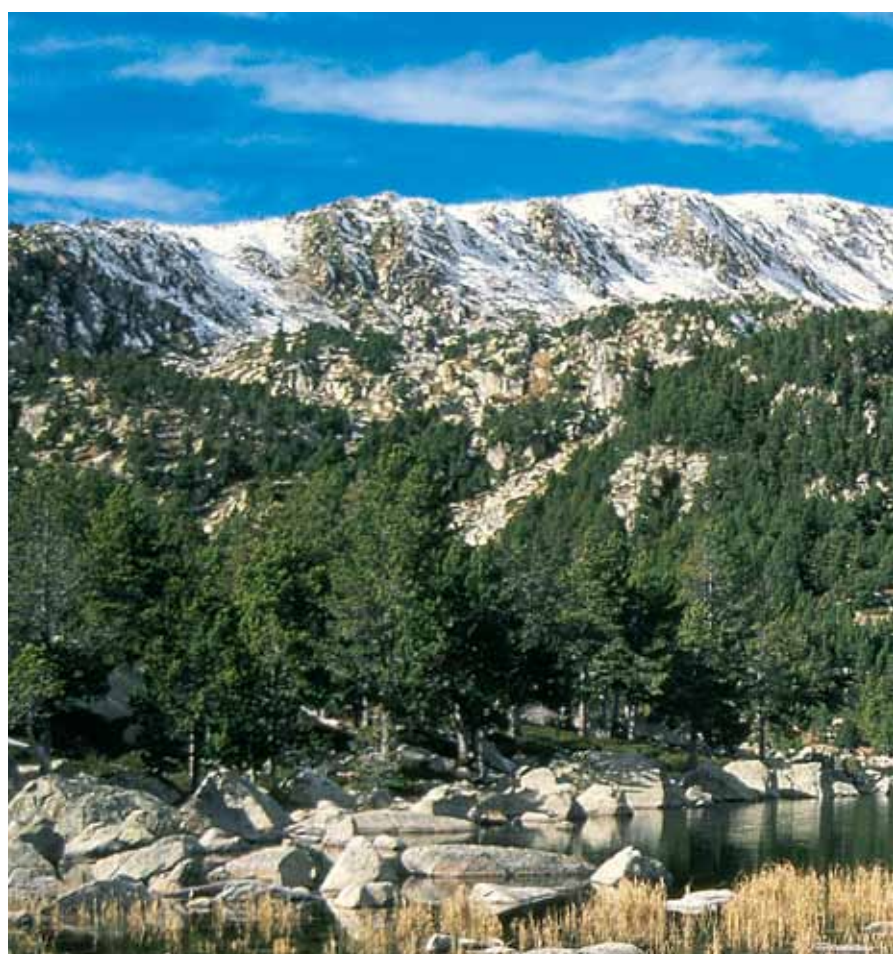
Drei Tage Ski fahren im Gebirge auf einer einzigartigen Route entlang der schönsten Flecken am Nordhang des Nationalparks Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, zwischen zugefrorenen Seen und von Gletschern ausgewaschenen Karen. Die Gruppe wird durchgehend von einem Bergführer begleitet, der die Region gut kennt, übernachtet in traditionellen Hotels mit Wellnessbereich und verbringt unvergessliche Abende in Berghütten. *Schwierigkeitsgrad: hoch. Beste Reisezeit: von Januar bis April.*



© ORIOL CLAVERA



© JAVIER MIGUÉLEZ



© SERVICIOS EDITORIALES GEORAMA



© KIM CASTELLS



DEM WEG AUF DER SPUR

Zu Fuß reisen heißt im Tempo der Schmetterlinge zu leben. Es heißt, die Landschaft über alle Sinne auf Körper und Geist wirken zu lassen. Es heißt, das erste Morgenlicht, das Wasser aus den Quellen, den Schatten der Bäume, das Picknick unterwegs, einen traditionellen Käse, eine Handvoll Waldbeeren zu genießen ... Wandern ist eine einfache, gesunde Art der Fortbewegung, die zudem hilft, auf Details zu achten, sodass aus einem kleinen Spaziergang eine grandiose Reise wird. Gleich, ob die Wanderung eine Stunde dauert oder einen Monat - nur die Einstellung der Wandernden entscheidet, welchen Spuren der Weg in ihren Herzen hinterlässt. 📍

WANDERN

EIN SCHRITT WEITER

Von den höchsten Gipfeln der Pyrenäen bis zu den abgelegensten Stränden der Costa Brava kann der Wanderfreund in Katalonien aus einer Vielzahl von Möglichkeiten wählen.



Zu Fuß reisen ist viel mehr als einen Fuß vor den anderen setzen, Kilometer oder Höhenmeter sammeln. Der Wanderer des 21. Jahrhunderts ist ein Entdecker, der die Natur liebt und den gesündesten Sport überhaupt ausüben möchte: Harmonisch durch die Landschaft wandern und sich dabei die einheimische Flora und Fauna ansehen, andere Menschen treffen, mehr über Traditionen, Feste und Volkstänze erfahren, sich in kleinen Dörfern ausruhen, interessante Museen besuchen, Kirchen aus dem Mittelalter besichtigen, lokale Speisen verkosten und auf Handwerkermärkten einkaufen.

365 TAGE IM JAHR

Die große geographische Variation und die Gebirge des Großteils Kataloniens in Verbindung mit der landschaftlichen und kulturellen Vielfalt laden dazu ein, die Stiefel zu schnüren, die Uhr zu Hause zu lassen und das milde Klima und die moderaten Temperaturen zu genießen,



© MARC CASTELLET

die diese so kontrastreiche Region in ein wahres Paradies für Wanderer verwandelt.

UNENDLICHE ROUTEN

Ein Wegenetz aus Fernwanderwegen/Gran Recorrido (GR) und kleinen Rundwegen/Pequeño Recorrido (PR) verteilt sich über das gesamte Gebiet und garantiert Wan-



© JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ

WEINSTÖCKE AUF TERRASSEN IM PRIORAT UND DER WEG ZUM KLOSTER VON MONTSERRAT.

DIE ROUTEN DES PROJEKTS HIKING EUROPE VERTEILEN SICH AUF VIER REGIONEN IN KROATIEN, IRLAND, ITALIEN UND KATALONIEN.

derern einen Genuß auf jedem Niveau: Man kann zum Beispiel über den GR-11 die Pyrenäen auf einer langen Tour überqueren oder auf dem GR-92 entlang der Mittelmeerküste wandern. Außerdem gibt es Routen für Wanderungen unterschiedlicher Länge wie den GR-107, der als Camí dels Bons Homes bekannt ist, oder den GR-175, auf dem man die wichtigsten Klöster der Zisterzienser in Katalonien entdecken kann.📍

SCHON GEWUSST?

HIKING EUROPE, DIE LÄNDLICHEN GEGENDEN OHNE GRENZEN

Das Projekt Hiking Europe wurde aus dem Vorschlag geboren, ein Netz von touristischen Wegen anzulegen, auf denen man wandern und ländliche Gebiete entdecken kann und die ein besonders umfangreiches Maß an interessanter Natur und Kultur aufweisen, bisher jedoch eher unbekannt sind. Die Wege sind insgesamt 1.170 Kilometer lang und verteilen sich auf die Emilia Romagna, Dubrovnik-Derevna, Donegal und Katalonien. In Katalonien bietet die Route El Cinquè Llac (www.elcinquellac.com) in den Pyrenäen einen Rundweg an. Im Priorat ist die Wanderung mit einer Verkostung der besten Weine verbunden, die aus den DO Montsant und DOQ Priorat (www.prioratnoturisme.com) stammen.

.....

i Weitere Informationen www.hikingeurope.net



WEGE UND ROUTEN FÜR ALLE

Außer dem umfangreichen Netz von Wanderwegen, die in Katalonien eingerichtet sind, ermöglicht eine Vielzahl von thematischen Ausflügen das Kennenlernen von Anekdoten und Fakten zu Geschichte, Fauna und Kultur des Landes.



5. SANTA EULÀLIA D'ERILL LA VALL.

- ! Schwierigkeitsgrad**
 - Niedrig
 - Mittel/niedrig
 - Mittel
 - Mittel/hoch
 - Hoch
- km Entfernung**
- ▶ Anzahl der Etappen**
- ↗ Akkumuliertes Gefälle**
 - ▲ Anstieg
 - ▼ Abstieg
- ☀ Empfohlene Jahreszeit**
 - ☀ Frühling
 - ☀ Sommer
 - ☀ Herbst
 - ☀ Winter
- i Weitere Informationen**
- 🔍 Besonders interessante Routen**
 - 🏠 Spirituell
 - 🏰 Historisch
 - 🌿 Landschaftlich
- ⚙ Zugängliche Aktivität**

PIRINEUS

1. LA PORTA DEL CEL Dem Himmel so nah

!	●	↗	▲ 5.500 m ▼ 5.500 m
km	64 km	☀	☀
▶	5 Etappen	🏠	🌿
i	www.rutespirineus.cat		

Beim Porta del Cel handelt es sich um eine etappenweise Überquerung der Berge, die durch den Naturpark Alt Pirineu verläuft, dem am umfangreichsten geschützten Gebiet in Katalonien. Die Route verläuft über ein breites Gebiet mit wilder Schönheit, üppigen Wäldern, Gebirgsseen und Gipfeln, die mehr als 3.000 Meter aufragen, wie zum Beispiel der Pica d'Estats, mit 3.143 Metern der höchste Berg Kataloniens.📍

2. AIGÜESTORTES Die Geheimnisse des Nationalparks

!	●	↗	Variabel
km	Variabel	☀	☀
▶	Halber Tag	🏠	🌿
i	www.vallboi.cat		

Die Murmeltiere an der Tür ihres Baus zu überraschen, entlang eines Flusses zu wandern, in dem Otter schwimmen... Es gibt viele geführte Touren, die entwickelt wurden, um die Natur des Vall de Boí im Nationalpark Aigüestortes i Estany de Sant Maurici auf sichere und angenehme Art und Weise zu genießen, die Spuren der Tiere in ihrem natürlichen Habitat zu interpretieren und sich mit den Informationen der topografischen Karten vertraut zu machen.📍

3. FANTASHISTORY IN Cerdanya Spielen beim Wandern

!	●	↗	▲ 500 m ▼ 500 m
km	8 - 11 km	☀	☀
▶	2-4 Stunden	🏠	🌿
i	www.cerdanyaecoresort.com		

Fantasie, Geschichte und Technologie in Fantashistory, ein Spiel, das geschaffen wurde, um Cerdanya auf unterhaltsame und kreative Art und Weise zu erkunden. Der Route folgt man mit Hilfe von GPS und iPad. Bei Ankunft in jedem waypoint richtet sich eine Person an die Teilnehmer über ein Display, erklärt seine Geschichte und erläutert die nächsten Schritte, um das Abenteuer fortzusetzen. Leyendas de la Cerdanya Fantástica und Prehistoria de Prullans in Katalanisch, Spanisch, Englisch und Französisch.📍

SCHON GEWUSST?

MUSIK IN SANT PERE DE RODES

Ab dem Kloster von Sant Pere de Rodes bis zu den Ruinen der Burg Sant Salvador zu gehen, ist ein Ausflug von 30 Minuten, der ein unvergessliches Panorama bietet: das Meer, das Cap de Creus, die Domäne des alten Klosters, der Gipfel des Canigó, die Pyrenäen... Im Sommer veranstaltet das Kloster ein Fest mit Konzerten für Klavier und Kammermusik. Für Familien werden geführte Besuche zu Ursprung und Geschichte des Klosters, zu den Pilgern im Mittelalter, Angriffen der Piraten der Piraten und anderem mehr angeboten.

i Weitere Informationen unter:

www.patrimoni.gencat.cat/es/coleccion/monasterio-de-sant-pere-de-rodes





4. AUF DEN SPUREN DES LETZTEN KATHARER

Die Alternative zum Camí dels Bonshomes

!	●	●	↗	▲ 7.400 m
km	190 km	⚙	☀	
📍	10 Etappen	🏠	🌲	🏠
📄	www.pedratour.com			

Grenzüberschreitende Strecke durch die Pyrenäen, zwischen Bagà (Berguedà) und Tarascó (Ariège) auf den Spuren von Guilhem Bélibaste, der letzte bekannte oder perfekte Katharer. Die Route beinhaltet die spannenden und felsigen Gegenden der Pyrenäen und führt durch die Naturparks Cadí-Moixeró und Alt Pirineu. Die Strecke verläuft parallel zum bekannten Camí dels Bons Homes. 📍

5. ROMANISCH MIT STIEFELN

Die Faszination der ländlichen Kunst

!	●	●	↗	--
km	7 km	⚙	☀	☀
📍	4 h	🏠	🌲	🏠
📄	www.vallboi.cat			

Route entlang der alten Wege und Pfade, die die Dörfer des Vall de Boí seit Menschengedenken verbinden, um mit Hilfe einer interessanten Führung Anekdoten über die wichtigsten Juwelen der katalanischen Romanik in den Kirchen von Sant Climent de Taüll, Sant Joan de Boí usw. zu entdecken und mehr darüber zu erfahren. 📍

6. WEG DES PABLO PICASSO

Malerische Spuren

!	●	●	↗	▲ 2.700 m ▼ 2.400 m
km	60 km	⚙	☀	☀
📍	4/5 Etappen	🏠	🌲	🏠
📄	www.pedratour.com			

Eine Wanderung zu Fuß durch die Pyrenäen von Katalonien, von Guardiola de Berguedà bis Bellver de Cerdanya, auf dem gleichen Weg, den Pablo Picasso im Jahr 1906 ging, als er die Stadt Barcelona verließ und die Schönheit und die Farben dieser Bergstrecke auf seiner Reise nach Paris entdeckte. Die Route teilt sich auf in bequeme Etappen und schlägt Pausen in Dörfern wie Saldes und Gósol vor, die zu Füßen des Pedraforca liegen, in denen der Maler während seines zweimonatigen Aufenthalts malte. 📍

7. DER FÜNFTE SEE

Die Geheimnisse der
Terres de Lleida

!	●	●	↗	▲ 6.300 m
km	105 km	⚙	☀	☀
📍	5 Etappen	🏠	🌲	🏠
📄	www.rutespireus.cat			

Der Cinquè Llac, der fünfte See, ist ein Rundweg durch die Pyrenäen rings um Lleida, auf dem man in mehreren Tagen die wunderbaren Landschaften und das ruhige und friedliche Ambiente auf dem Land erleben kann. Es handelt sich um eine Route zum Entdecken der Gegend. Insgesamt gibt es 5 Etappen, während der Sie den letzten Tag des rätselhaften „fünften Sees“ entdecken können. 📍



7. DER CINQUÈ LLAC.

© JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ

8. KLOSTER VON NÚRIA.





9. CAMÍ DE RONDA.

9

10. KLOSTER
VON POBLET.

PIRINEUS

8. REFUGIS DEL TORB

Von Núria nach Canigó

! ● ● ▲ 4.500 m ▼ 4.500 m
 km 71 km ⚙️ 🌞 🌧️
 5/7 Etappen 🏠 🌳
 i www.apasdisard.com

Ein Rundweg zwischen dem Heiligtum von Núria und dem berühmten Berg von Canigó. Diese Hochgebirgsroute ermöglicht es dem Wanderer, ganz in Ruhe die hübschen Landschaften der Pyrenäenregion von Ripollès, d.h. Vallespir und Conflent, zu genießen. Es besteht die Möglichkeit, die Dienste eines offiziellen Reiseführers zu nehmen oder die selbstgeführte Route zu befolgen. 📍

COSTA BRAVA

9. CAMÍ DE RONDA

Am Meeresufer

! ● ● ▲ 3.900 m ▼ 3.900 m
 km 140 km ⚙️ 🌞 🌧️
 8 Etappen 🏠 🌳 🏠
 i www.camideronda.com

Zu Fuß reisen zwischen einsamen Buchten und Klippen, entlang einer Straße, die bukolische Fischerdörfer, mittelalterliche Türme, Piratenverstecke und iberische Fundstätten verbindet. Der Camí de Ronda schlägt eine lineare Strecke von 42 km vor, die in 2 oder 3 Tagen zwischen Sant Feliu de Guixols und Begur zurückgelegt werden soll. Sie bietet auch die Möglichkeit, die Stadt Girona mit der Costa Brava zu verbinden, und dabei die Städte Empordà und La Selva durch das Massiv les Gavarres und Ardenya zu besuchen. 📍

SCHON GEWUSST?

DALÍ, SURREALISMUS UND CAP DE CREUS

Im Naturpark Cap de Creus ist die Landschaft ein einziges kolossales Kunstwerk, das Geologie-Liebhaber irgendwie immer um den Verstand bringt. Inmitten dieser an Mythen erinnernden Natur ist es leicht, Ähnlichkeiten mit den ungewöhnlichen Figuren zu erkennen, die Max Ernst malte, nachdem er auf Anraten seines Freundes Salvador Dalí diese tellurische Elysium besucht hatte. Am östlichsten Punkt der Halbinsel erhebt sich entfernt vom Leuchtturm ein Labyrinth aus Felsen verschiedener Farben und Texturen, die eine beeindruckende Szenerie erschaffen. Luis Buñuel, ein anderer bekannter Surrealist, nutzte ihn als Hintergrund für den polemischen Film *Das Goldene Zeitalter*, der 1930 uraufgeführt wurde.

i **Weitere Informationen:** www.parcsnaturals.gencat.cat/es/cap-creus





© MIGUEL RAUPICH

10



© JUAN JOSE PASQUAL

13

13. DIE HÖHLE DES HEILIGEN IGNATIUS IN MANRESA.

COSTA DAURADA

10. DIE ZISTERZIENSER-ROUTE

Ora et camina

!	●	↗	▲ 3.181 m ▼ 3.181 m
km	105 km	⚙️	🌿
📌	5 Etappen	🏠	🌿
i	www.larutadelcister.info		

Die Strecke des GR-175, die auch als Zisterzienser-Route bekannt ist, verbindet die drei Zisterzienser-Klöster Santes Creus, Poblet und Vallbona de les Monges miteinander. Auf dieser Reise durch die Geschichte und religiöse Architektur einer Region, die einen Teil von Lleida und Tarragona umfasst und in der ausgezeichnete Weine produziert werden und eine reiche Gastronomie gelebt wird, bieten sich einzigartige Erfahrungen wie die Teilnahme an Gebet und Gesang der Mönche von Poblet. 📍

11. ROUTE DES WALDES VON POBLET

Für jedes Alter

!	●	↗	--
km	6,5 km	⚙️	🌿
📌	2h	🏠	🌿
i	http://parcsnaturals.gencat.cat		

Mehr als 700 verschiedene mykologische Arten wachsen unter den Kiefern, Eichen, Linden, Hasel und Stechpalmen des Walds von Castellfolit im Paratge Natural de Poblet. Entlang der Strecke sieht man verschiedene Pilze, die auf Bäumen gemalt und nur sichtbar sind, wenn man sich in einem bestimmten Blickwinkel platziert... Zweifellos ein Spiel für die ganze Familie. Über die Zisterzienser-Route können Sie diese Route gehen. Weitere Informationen finden Sie auf www.larutadelcister.info 📍

COSTA BRAVA, PAISATGES BARCELONA TERRES DE LLEIDA

12. CAMÍ DE SANT JAUME

Tausend und ein Weg

!	●	↗	▲ 6.200 m ▼ 5.900 m
km	388 km	⚙️	🌿
📌	15-18 Etappen	🏠	🌿
i	www.camidesantjaume.cat		

Im mittelalterlichen Katalonien überquerten die Pilger nach Santiago de Compostela die Pyrenäen durch den Coll de Panissars in Jonquera und kletterten bis zum Kloster von Sant Pere de Rodes, Girona, Vic, Sant Cugat del Vallès und Montserrat und setzten dann ihre Reise Richtung Westen fort. In den letzten Jahren wurden verschiedene Variationen des Jakobswegs wiederhergestellt und beschildert, wie die Strecke von Port de la Selva in Alt Empordà bis nach Alcarràs in Segrià. 📍

13. DER IGNATIUSWEG

Die Route der Konvertierung

!	●	↗	▲ 3.200 m ▼ 3.200 m
km	183 km	⚙️	🌿
📌	7 Etappen	🏠	🌿
i	www.caminoignaciano.org www.cataluña.com		

Der Pilgerweg zwischen Azpeitia (Guipúzcoa) und der heiligen Höhle von Manresa (Barcelona), in der St. Ignatius von Loyola die tiefe spirituelle Erfahrung erlebte, die sein Leben prägte, deckt sich meist mit dem Weg nach Santiago, verläuft aber in der entgegengesetzten Richtung. Im katalanischen Teil der Strecke besucht der Pilger Kirchen, Kapellen und Klöster und reist durch Landschaften und Dörfer, die den Heiligen zu seinen „spirituellen Übungen“ führten. 📍

SCHON GEWUSST?

EINE SPIRITUELLE KOST

Es war nicht einfach festzustellen, was die Katharer gegessen haben, jene Männer und Frauen, die im Mittelalter über die Pyrenäen flohen. Experten für Gastronomie und Geschichte haben jedoch in zahlreichen Dokumenten, Kochbüchern und sogar den Akten der Inquisition gegen die letzten Katharer nachgesehen, was diese verfolgten Perfekten gegessen haben könnten -und was nicht-, die die Reinheit des Geistes ersehnt haben und dem Körper jede Art Fleisch verwehrt haben, egal ob nun im eigentlichen oder übertragenden Sinn des Wortes. Auf dem Camí dels Bons Homes kann man heute gesundheitsbewusste Speisen dieser Küche probieren.

.....
i Weitere Informationen: www.camidelsbonshomes.com



WÄHLEN SIE IHRE ROUTE TIPPS VOM EXPERTEN

Die Vielfalt an Wanderwegen in Katalonien ist wirklich überraschend. Eine gute Auswahl und eine korrekte Planung der Aktivität sorgen dafür, dass dieses Erlebnis einfach unvergesslich schön wird.

EXKURSIONEN NACH MASS

In Katalonien gibt es viele Routen mit unterschiedlichen Längen und Schwierigkeitsgraden – was sowohl die physische wie auch die technische Komponente angeht – sowie anderen Variationsmöglichkeiten. Damit man eine Route erfolgreich auswählt, sollte man sie an das Mitglied der Gruppe anpassen, das über die geringste Vorerfahrung bzw. die geringste Vorbereitung verfügt und nicht umgekehrt.

MEER ODER BERGE?

Die Mittelmeerküste und die Gegenden der Mittelgebirge

kann man das ganze Jahr über ins Auge fassen. Das Hochgebirge eignet sich vor allem im Sommer für Wandertouren. Im Winter sind die verschneiten Landschaften vor allem für Liebhaber von Schneeschuhwanderungen geeignet.

PLANEN DER ROUTE

Bevor man losgeht, sollte man sich die Karte gut ansehen und sich mit der Kartografie und den Beschilderungen entlang der Route vertraut machen. Man muss die vorgesehenen Start- und Endzeiten berücksichtigen, die zurückzulegen- den Kilometer, die kumulierten

Gefälle und die möglichen Abkürzungen, wenn man den Ausflug dann doch kürzer gestalten will.

GPS UND MOBILTELEFON

Die Batterien des Mobiltelefons und des GPS müssen voll geladen sein. Wenn es sich um einen langen Ausflug handelt, spart der Flugmodus Energie ein. Eine externe Batterie kann auf Wanderungen nützlich sein, die länger als einen Tag dauern.

DAS WETTER

Die Wettervorhersage ist von entscheidender Bedeutung, wenn eine Aktivität unter freiem

Himmel stattfindet. Das Risiko für Stürme, Niederschlag und plötzliche Temperaturschwünge muss man berücksichtigen, wenn man eine Route plant.

SPRECHEN SIE ÜBER IHRE PLÄNE

Egal ob Sie allein oder mit anderen losgehen, sprechen Sie mit Dritten über Ihre Pläne (Hotelangestellte, Familienangehörige usw.) und das so genau wie möglich. Wenn man vorsichtig sein will, hält man sich am besten an die vorgesehene Route. Auf diese Weise weiß ein Notfallteam, wo es mit

ALLE ROUTEN IM DETAIL

	! Schwierigkeitsgrad	▲ Gefälle	km Entfernung	▶ Etappen	! Jahreszeit	📍 Interesse
1. LA PORTA DEL CEL	●	▲ 5.500 m ▼ 5.500 m	64 km	5	☀️ 🌧️	🏠 🏞️
2. AIGÜESTORTES	●		150 km	1	☀️ ☀️	🏠 🏞️
3. FANTASHISTORY IN LA Cerdanya	●	▲ 500 m ▼ 500 m	8-11 km	1	☀️ ☀️ 🌧️	🏠 🏞️
4. AUF DEN SPUREN DES LETZTEN KATHARER	● ●	▲ 7.400 m	190 km	10	☀️	🏠 🏞️
5. ROMANISCH MIT STIEFELN	●		7 km	4	☀️ ☀️	🏠 🏞️
6. DER WEG DES PABLO PICASSO		▲ 2.700 m ▼ 2.400 m	60 km	4/5	☀️ ☀️ 🌧️	🏠 🏞️

der Suche beginnen soll, würde ein Notfall eintreten.

DER GEEIGNETE RUCKSACK

Auch wenn der Himmel klar ist und es bis zu Beginn der Wanderung schön warm ist, sollte Sie immer eine wasser-dichte Regenjacke und eine weitere Jacke für den Fall mitnehmen, dass das Wetter umschlägt. Außerdem sind eine Mütze, eine Sonnenbrille mit UV-Schutz und Sonnencreme für die Haut, eine Karte der Region, Wasser, Essen, Geld, Ausweispapiere, Uhr, Handy... unerlässlich.

DER IDEALE SCHUH

Es ist wichtig, spezielle Wander- oder Sportschuhe zu tragen, die für das Wandern im Gebirge geeignet sind. Die Sohle sollte eine gute Haftung bieten und die Fußsohle vor

Unebenheiten im Gelände schützen. Es gibt verschiedene Modelle je nach Jahreszeit, Temperatur, Festigkeit... Wählen Sie immer eine oder zwei Größen mehr als Ihre normale Größe.

WANDERSTÖCKE

Auf ungleichmäßigem Terrain zu wandern, das Gefälle aufweist, wenn man einen Rucksack auf dem Rücken trägt, kann einen mehr Energie kosten als wenn man auf flachen Wegen unterwegs ist. Wanderstöcke nehmen circa 15% der Kraft auf, die auf die Beine einwirkt und helfen dabei, in ungleichmäßigen und rutschigen Bereichen nicht das Gleichgewicht zu verlieren.

VORRÄTE

Wasser, belegtes Brot, Trockenfrüchte, Nüsse... Während des Ausflugs braucht

der Körper extra Energie. Vorzugsweise sollte man immer wieder kleine Pausen im Abstand von 15-20 Minuten einlegen, um etwas zu trinken und jede Stunde einen leichten Snack, der reich an natürlichem Zucker sein sollte, zu sich zu nehmen.

RESPEKT FÜR DIE UMGEBUNG

Die Natur zu kennen, ist der erste Schritt, um sich als Teil von ihr zu fühlen und sie zu lieben und zu respektieren. Auf eingerichteten Wegen zu wandern und unnötigen Lärm zu vermeiden sowie die Umwelt nicht zu verändern, ist die beste Art, eine positive Einstellung an zukünftige Generationen weiterzureichen. ♡

20

MINUTEN SOLLTEN HÖCHSTEN ZWISCHEN DEN MOMENTEN LIEGEN, IN DENEN DER WANDERER ETWAS TRINKT



	! Schwierigkeitsgrad	↗ Gefälle	km Entfernung	▶ Etappen	! Jahreszeit	📍 Interesse
7. DER FÜNFTE SEE	● ●	▲ 6.300 m	150 km	5	🌸 🍂	🏠 🏔
8. REFUGIS DEL TORB	● ●	▲ 4.500 m ▼ 4.500 m	71 km	8	🌸 ☀️ 🍂	🏔
9. CAMÍ DE RONDA	● ●	▲ 3.900 m ▼ 3.900 m	140 km	5/7	🌸 ☀️ 🍂 ❄️	🏠 🏔
10. DIE ZISTERZIENSER-ROUTE	●	▲ 3.181 m ▼ 3.181 m	105 km	5	🌸 🍂	🏔
11. ROUTE DES WALDES VON POBLET	●		6,5 km	1	🌸 🍂	🏠 🏔
12. CAMÍ DE SANT JAUME	●	▲ 6.200 m ▼ 5.900 m	388 km	15/18	🌸 🍂	🏠 🏠 🏔
13. DER IGNATIUSWEG	●	▲ 3.200 m ▼ 3.200 m	183 km	7	🌸 🍂	🏠 🏠 🏔





DAS LEBEN VOM SATTEL AUS

Die Sonne, der Wind, die Geräusche des Waldes, die klare Bergluft, der unverkennbare Duft des Meeres ... Auf dem Fahrrad bereichert jeder Pedaltritt Ihr Reiseerlebnis.

Bei 15 Stundenkilometern reisen Sie ohne Hektik und erleben eine andere Welt. Mit einem Mal ist das Unmittelbare besonders kostbar, lecker, interessant. Das Fahrrad ist ein sauberes, leises Fahrzeug, das uns direkten Kontakt mit der Natur und den Menschen ermöglicht. Es ist ideal, um Orte zu besuchen, Landschaften zu bewundern und unsere großartige Umwelt ganz konkret zu erleben. 📍

FAHRRADTOURISMUS

EINE WELT IN DEN TASCHEN

Katalonien ist ein Paradies für Radsportler. Jeder Besucher findet seine Route, angefangen bei den ruhigen Strecken bis zu den echten Herausforderungen und vorbei an vorbereiteten Wegen, die für jeden zugänglich sind.



Reisen mit dem Rad verbindet Sport, Kultur und Spaß. Um die Jüngsten an diesen Sport zu gewöhnen oder das erste Mal Radsport zu treiben, gibt es in Katalonien Strecken fernab vom Verkehr und ohne große Höhenunterschiede entlang alter Bahntrassen. Es handelt sich um die Vías Verdes – Grüne Wege von Girona zwischen den Pyrenäen von Katalonien und der Costa Brava und die Vías Verdes – Grüne Wege der Terra Alta (angepasst, um für alle zugänglich zu sein) und Baix Ebre in Tarragona.

ERKUNDUNGEN MIT 15 KILOMETER PRO STUNDE

Für diejenigen, die schon an das Reisen mit dem Rad gewöhnt sind, gibt es Radsportrouten über ruhige Straßen und nicht mehr genutzte Landwege, die einladen, ohne Hektik in die Pedale zu treten, kleine mittelalterliche Dörfer wie zum Beispiel die Orte in Empordà zu be-

RADSPORTLER IN DER NÄHE VON MOIÀ IN DEN PAISATGES BARCELONA.

ES GIBT SO VIELE ARTEN DES FAHRRADTOURISMUS WIE ES FAHRRADTOURISTEN GIBT. JEDER KANN SELBST ENTSCHIEDEN, WIE ER SEIN ERLEBNIS GESTALTEN MÖCHTE.

sichtigen und die reiche regionale Gastronomie wie den Reis aus dem Ebrodelta zu genießen.

LEIDENSCHAFT AUF ZWEI RÄDERN

Die Leidenschaft des Radsports in Verbindung mit der langen Tradition der Ausflüge und Bergtouren hat für die Einrichtung eines unerschöpflichen Netzwerkes von Routen gesorgt, die mit besonderem Blick auf das Mountainbike entworfen wurden. Insgesamt gibt es mehr als 6.456 Kilometer Strecke jedes Niveaus und jeder Dauer, die auf



© DANIEL JULIÁN



© MARC VILA. GZ

18 zertifizierte MTB-Zentren und unzählige selbst geführte Fahrten verteilt sind, wodurch man die ganze natürliche Schönheit Kataloniens entdecken kann.

LANDSCHAFTEN ZUM ERKUNDEN

In Girona kommt der Radfahrer in den Genuss der bekannten Schönheit der Costa Brava, wenn er den Routen am Meer folgt. An der Costa Barcelona kann er von den Stränden von Maresme bis zu den Bergen von Montseny oder Montserrat reisen. An der Costa Dorada enthüllen die

MTB-Fahrer in Cardona.

Weinberge das Geheimnis der großen, hier produzierten Weine. In den Pyrenäen Kataloniens heißen die majestätischen Berge die kühneren Radfahrer willkommen.

In den Terres de Lleida warten besondere Herausforderungen mit speziellen Genüssen, wie große Distanzen und die unendliche Landschaft. Die Terres de l'Ebre sind ein Paradies für Tierliebhaber und Radfahrer-Familien. Die Paisatges Barcelona bieten Berge an, die für Abenteuer gut zugänglich sind. Barcelona ist eine ideale Stadt, um die Reise anzutreten oder zu beenden. 📍

DIE KLEINE BAHN VON EMPORDÀ

Der berühmte Autor Josep Pla, der als der beste Prosaschriftsteller der katalanischen Sprache des 20. Jahrhunderts gilt, verglich die Wagen der alten Eisenbahn mit „Streichholzschachteln“. In Wirklichkeit war es eine kleine Bahn auf gerader Strecke und die Ältesten berichten, dass sie bei der Überwindung der Steigungen Probleme hatte, wenn sie überladen war. Die Tren Petit, die kleine Bahn, verkehrte von 1887 bis 1956 und transportierte Personen und Waren wie den wertvollen Kork der Steineichenwälder der Sierra von Les Gavarres. Heute wird ein Teil der alten Bahnstrecke als Radweg genutzt und bietet die Möglichkeit, die empordanesische Landschaft mit der Familie vom Rad aus zu genießen.

.....

i Weitere Informationen unter www.viesverdes.cat



© JOAN CASTRO GZ

AKTIVITÄTEN FÜR FAHRRADTOURISTEN

Alles ist möglich: Ruhig um den See von Banyoles zu rollen, eine Runde durch die prachtvolle Sierra del Cadí auf einer anspruchsvollen Route durch die Pyrenäen zu fahren, einem Vía Verde mit der Familie zu folgen oder sich in einer Unterkunft mit speziellen Dienstleistungen für Radliebhaber auszuruhen.



- !** Schwierigkeitsgrad
 - Niedrig
 - Mittel/niedrig
 - Mittel
 - Mittel/hoch
 - Hoch
- km** Entfernung
- P** Anzahl der Etappen
- ↗** Akkumuliertes Gefälle
 - ▲ Anstieg
 - ▼ Abstieg
- ☀** Empfohlene Jahreszeit
 - ☀ Frühling
 - ☀ Sommer
 - ☀ Herbst
 - ❄ Winter
- H** Spezielle Dienstleistungen der Unterkunft
- i** Weitere Informationen

PIRINEUS

AM FLUSS TER IN DIE PEDALE TRETEN Setcases und L'Estartit

! ● **km** 230 **P** 6/7 **☀** **i** www.cyclingnolimittravel.com

Geführte Tour über 230 Kilometer, verteilt auf fünf Etappen, die von der Quelle des Flusses Ter in den Pyrenäen Kataloniens bis zum Gola del Ter am Mittelmeer verläuft. **Besonderes Interesse: Route über hauptsächlich ungepflasterte Wege, um das echte ländliche Katalonien kennen zu lernen.** ♡

MALERISCHE DÖRFER La Cerdanya

! ● ● **↗** ▲ 1.255 m ▼ 1.838 m **km** 40+62 **P** 5 **☀** **i** www.discoverpyrenees.com

Besuch der schönsten Orte wie Lles und Travasseres und des Naturparks Cadí-Moixeró. Es werden verschiedene *roadbooks* für selbstgeführte Touren mit detaillierten Beschreibungen angeboten. **Besonderes Interesse: landschaftlich im Naturpark Cadí-Moixeró.** ♡

ALLES FÜR FAHRRADFÄHRER La Cerdanya

H Cerdanya Ecoresort
i www.cerdanyaecoresort.com

Informationsstelle mit Karten, Broschüren und Beratung durch professionelle Führer. Werkzeuge und Set für die Reinigung, Werkstatt, Materialgeschäft, Möglichkeit eines frühen Frühstück, Picknick, Menü, spezielle Massagen und Spa. **Besonderes Interesse: Dienstleistung, die sich sowohl an Radsport-Profis als auch an Familien richtet.** ♡

TERRES DE LLEIDA VIA CICLOTURÍSTICA INTERCATALUNYA Lleida

! ● **↗** ▲ 293 m **km** 67,7 **P** 1 **☀** **i** www.catalunya.com

Weg mit großem landschaftlichem Wert, kompatibel mit dem Jakobsweg. Die vorgeschlagene Strecke verbindet die Orte Cervera und Lleida und führt vorbei an Talladell, Tàrraga, Anglesola, Castellnou de Seana, Vila-Sana, dem Palau d'Anglesola, Bell-lloc d'Urgell i Alcoletge. **Besonderes Interesse: Kennenlernen der Terres de Lleida.** ♡

COSTA BRAVA WILLKOMMEN IM TEAM Girona

H Hotel Carlemany Girona
i www.hotelcarlemanygirona.com

Mit abgeschlossenem Raum und Sicherheitsüberwachung per Kamera für die Aufbewahrung von bis zu 40 Rädern und zwei Teamwagen. Erfahrung in der Unterbringung von Profi-Mannschaften. Zeitliche Flexibilität bei Mahlzeiten. Vorbereitete Picknicks für sportliche Aktivität. Sportinformationen für Kunden verfügbar. **Besonderes Interesse: ausgerichtet auf ein professionelles Publikum. Ganzjährig.** ♡

RELAXEN IM SPA NACH DEM ABSTIEG VOM RAD Lloret de Mar, Costa Brava

H Hotel Anabel
i www.hotelanabel.com

Gegenüber Radsport-Profis besonders aufmerksam. Hat einen eigenen Bereich für Reinigung, Wartung, Reparatur und Aufbewahrung der Räder. Bietet Informationen über viele Routen und Strecken für das Training am Meer und im Gebirge sowie Roll- und Techniktraining. **Weitere Informationen: cycling.lloretdemar.org/ca. Besonderes Interesse: Amateur- & Profi-Fahrer, je nach Route.** ♡

1. DAS
MALERISCHE DORF
TRAVASSERES.
2. LLORET DE MAR.



© CABLEPRESS

IDEAL FÜR LAGER Costa Brava

 Evenia travel services
 evenia.travel

Evenia Travel ist eine Agentur, die sich auf Clinics, Campus... spezialisiert hat. Sie stellt den Sportlern alle möglichen Dienstleistungen zur Verfügung: Hotels, Transfers, *bike station* (abgeschlossen und bewacht), optionaler Mechaniker-Service, Spa, Fitnessraum, Schwimmbad, hochwertiges Catering speziell für Sportler... **Besonderes Interesse:** für jedes Alter und Niveau. Die Dienstleistungen werden ganzjährig angeboten. ♡

GROSSE ROUTE DURCH MITTELALTERLICHE DÖRFER Costa Brava

 ▲ 177 m
 37  1    
 www.happybikesgirona.com

Sie beginnt in dem kleinen Ort Madremanya und ab hier fährt man über kleine Straßen und Landwege unter anderem durch die Orte La La Pera, Púbol, Corçà, Casavells, Ullastret, Paluasator, Peratallada, Castell d'Empordà und Monells. **Besonderes Interesse:** malerische Dörfer und das kulturelle und historische Erbe. ♡

EINE RUNDE DURCH LLORET DE MAR Lloret de Mar, Costa Brava

 Hotel Xaine Park
 200  1   
 www.xaine.com

Ab dem Hotel besteht die Möglichkeit, eine Tour rund um Lloret de Mar zu fahren. Hier können 40 Räder aufbewahrt werden und es gibt einen Wasch- sowie einen Reparaturbereich mit Werkzeugen, eine Trainingsrolle, Energyriegel und Gels, spezielle Picknicks und Links, um Routen auf das Handy oder GPS zu laden. **Besonderes Interesse:** vorwiegend landschaftlich. ♡

ROUTE ENTLANG DER KÜSTE Costa Brava

 Hotel Reyman Tossa
 20  1   
 www.hotelreymartossa.com

Verlassen Sie das Hotel, um dieser Route zu folgen, die zwischen Tossa de Mar und Sant Feliu de Guíxols über die Küstenstraße verläuft, wobei es sich um eine der spektakulärsten Straßen der Mittelmeerküste handelt. **Besonderes Interesse:** vorwiegend landschaftlich. ♡

EINE ROUTE, TAUSEND MÖGLICHKEITEN Costa Brava

   ---
 353  34   
 www.pirinexus.cat

Pirinexus bietet 353 Kilometer Strecke, verläuft durch 53 Orte und kombiniert Abschnitte der Vías Verdes mit Landwegen oder Straßen mit geringem Verkehrsaufkommen sowie geführter Besichtigung einer Bodega, in der man den guten Wein und die besten Köstlichkeiten der Region verkosten kann. Nach vorheriger Reservierung. **Besonderes Interesse:** Förderung des Respekts für die Umwelt. ♡

PUIG DE MONTGRÒS Costa Brava

 ▲ 295 m
 15,9  1   
 cycling.lloretdemar.org/es/btt/

Kurze Route mit Aufstieg zum Gipfel von Montgròs inklusive. Die ersten Kilometer sind flach, danach folgt ein starker Anstieg von ungefähr fünf Kilometern, bis man die 314 Meter des Berges Montgròs geschafft hat. **Besonderes Interesse:** landschaftlich. **Wunderbare Panoramablicke mit dem Mittelmeer im Hintergrund.** ♡

DIE ECHTE RUTA COSTA BRAVA Costa Brava

 ▲ 1.478 m
 96,5  1   
 www.fenalsgarden.com

Tour ab dem Hotel Fenals Garden in Lloret de Mar, die bis nach Calonge geht. Die Rückfahrt führt durch die Orte Romanya und Llagostera. **Besonderes Interesse:** eine Route durch die authentische Costa Brava, entlang der Klippen der alten Straße Tossa-Sant Feliu oder den Herrenhäusern von Romanya. ♡

COSTA BRAVA

SANTUARIO DEL VILAR Blanes

 ▲ 140 m
 8,2  1   
 www.laselvaturisme.com

Eine kurze Route, die es ermöglicht, Punkte aufzusuchen, die nicht Teil der Route sind, sich aber in der Nähe befinden (das Kreuz von Sant Pere del Bosc und das Monument des Engels). Strecken mit langen Abfahrten, man sollte also Vorkehrungen treffen. **Besonderes Interesse:** die Wallfahrtskapelle des Heiligtums von Vilar und seine Nähe zu Blanes. ♡



3

3. RADSPORT-LAGER AN DER COSTA BRAVA MIT DEM KLOSTER VON SANT PERE DE RODES IM HINTERGRUND.
 4. BLICK AB TOSSA IN DER COSTA BRAVA.
 5. NATURPARK MONTNEGRE-CORREDOR.
 6. WALLFAHRTSKAPPELLE VON ROCACORBA IN GIRONA.



6

© S.E. GEORAMA

DIE URSPRÜNGLICHE COSTA BRAVA

Calonge

! • 1.850 m
 km 132 1
 www.hoteldelamarlloret.com

Das Hotel DelaMar bietet dank der Schönheit der Strecke, die von Tossa de Mar nach Sant Feliu de Guíxols führt, den Star der Routen dieser Region an. Sie radeln begleitet von dem fast silbernen Grün der Steineichen und dem türkisnen Grün der Buchten der echten Costa Brava und mit dem Mittelmeer als Hintergrund. Aber das ist nicht alles: Drei Bergpässe vervollständigen diese emblematische und mühsame Route. *Besonderes Interesse: landschaftlich, da man die spektakulären Ansichten der Küste zwischen Tossa und Sant Feliu de Guíxols genießen kann.*

RADSPORT-LAGER

Costa Brava

H Novara Hotels / Hotel Peninsular
 i www.hotelpeninsulargirona.com
 www.novarahotels.com

Die Einrichtung hat sich an die Bedürfnisse von Sportlern angepasst und bietet großzügige und besondere Dienstleistungen für jede spezielle Art an; zeitliche Flexibilität bei den Mahlzeiten. Hinsichtlich der Radsportarten gibt es verschiedene spezialisierte Unternehmen, die Flexibilität und Routen nach Maß sowie zusätzliche Dienstleistungen wie Transfers und Wartung der Fahrräder anbieten. *Besonderes Interesse: für Profis, als Einführung und für Familien. Ganzjährige Dienstleistung.*

ABRUNDEN EINER REISE

Girona

H Hotel Meliá Girona
 i www.melia.com

Alle Liebhaber des Radsports können mit den Einrichtungen des Hotels zufrieden sein: *bike station* (sichere Radaufbewahrung, Werkzeugbank und Hochdruckduschen) und Dienstleistungen des Personals, das diese Einrichtungen verwaltet. Um das Ganze abzurunden, gibt es einen Picknickservice für Frühstück und Mittagessen. *Besonderes Interesse: ausgerichtet auf alle Fahrradtouristen, egal ob Profis oder Amateure.*

DAS FIEBER DES WASSERS

Mitte des 19. Jahrhunderts und zeitgleich mit dem Ausbruch des Goldrausches im amerikanischen Westen träumte Katalonien davon, die Felder von Lleida in den Kornspeicher des Landes zu verwandeln. So entstand der Kanal von Urgell, ein ehrgeiziges Projekt der Hydraulik, mit dem das Wasser in der Region verteilt wurde, deren Bevölkerung innerhalb eines halben Jahrhunderts wortwörtlich gewachsen war: Die Durchschnittsgröße der Bewohner erhöhte sich laut den Daten von 1875 und 1936 um 6 cm. Heutzutage erfüllt der Kanal von Urgell seine wichtige ursprüngliche Aufgabe immer noch, lädt jedoch auch dazu ein, die fünf Gemeinden zu erkunden, die er mit Wasser versorgt: Radwanderwege wie der Pedals del Canal d'Urgell sind auch für Familien geeignet.

! Weitere Informationen unter www.pedalsdelcanaldurgell.com



© MIGUEL RAURICH



GIRONA CLASSIC CLIMB

Girona

! 70-100 km 2 700 m 1.300 m
www.cicloturisme.com

Vorschlag, um mit dem Rennrad die Gegend zu erkunden, in der viele Radsport-Profis verschiedener Mannschaften internationalen Niveaus leben und trainieren. Ab der Tür der Unterkunft kann man auf ruhigen Straßen in die Pedale treten und die berühmten Steigungen von Els Àngels, Rocacorba, Sant Grau oder Sant Hilari genießen. **Besonderes Interesse: Kennenlernen der städtischen Einrichtungen für Radfahrer sowie der Radfahrer-Bars. Man kann den Charme und die Schönheit einer Stadt wie Girona genießen, sich in den Gassen des Judenviertels verlieren und die Gastronomie in einem der zahlreichen & bekannten Restaurants kosten.**

RUNDWEGE UND WELLNESS

Girona

H Hotel Ciutat de Girona
km 18-37 1
www.hotelciutatdegirona.com

Das Hotel bietet eine kurze Route durch Girona und das Tal von Llémena an oder man kann dem Vía Verde des Carrilet von Sant Feliu folgen. Nach der Rückfahrt kann sich im Wellnessbereich behandeln lassen. Die Rituale versetzen uns mit Hilfe der Synergie verschiedener Therapien in einen natürlichen und heilsamen Entspannungszustand. **Besonderes Interesse: geeignet für Personen jedes Alters und jeder körperlichen Verfassung, inklusive Personen mit eingeschränkter Beweglichkeit.**

SPEZIALISTEN FÜR RADSPORT

Costa Brava

H H top Hotels
www.htophotels.com

Einrichtungen zur Erleichterung der verschiedenen sportlichen Aktivitäten, die sich insbesondere auf den Radsport und den MTB-Sport richten. Fahrradtouristen stehen Infrastrukturen und Dienstleistungen zur Verfügung, wie zum Beispiel sichere Aufbewahrungsräume für die Räder, Waschservice, Werkzeuge für Reparaturen, spezielle Menüs, Massagen usw. **Besonderes Interesse: Dienstleistung, die sich sowohl an Radsport-Amateure als auch Profis richtet.**

COSTA BARCELONA

CALELLA, DER CORREDOR, DIE KLASSISCHE ROUTE.

Calella

H GHT Hotels
km 63 1
www.ghthotels.cat

Sie dürfen sich auf einen anspruchsvollen Rundweg von 63 Kilometern und einem akkumulierten Gefälle von 2.820 Metern freuen. Die Route beginnt und endet in Calella, daneben gibt es noch weitere Punkte in Pineda de Mar, Can Pallofa, Sant Cebrià de Vallalta, Vallgorguina und dem Schutzgebiet von Corredor. **Besonderes Interesse: Das Massiv von El Corredor ist Teil der Serralada del Litoral und verläuft parallel zur Küste. Neben der Natur befinden sich hier auch prähistorische und iberische Überreste.**

DIE ‚VOLTA‘, MEHR ALS EIN JAHRHUNDERT RADSPORT

Am 6. Januar 1911 fiel der Startschuss für die erste Ausgabe der „Volta“ in Katalonien, einem der ältesten Radsportwettkämpfe der Welt. An der ersten Etappe mit 97 km nahmen insgesamt 34 Radfahrer teil, die zwischen Barcelona bis Tarragona und vorbei an Sitges fuhren. Die zweite Route mit 111 km verband die Städte Tarragona und Lleida. Die dritte Route mit 157 km markierte die Rückkehr zum Velodrom von Sants in Barcelona. Der Sieger war Sebastián Masdeu mit einem Durchschnitt von 23 km/h für eine gesamte Strecke von 363 Kilometern. Berücksichtigt man den Zustand der Straßen jener Zeit war es mehr ein Geländefahren als ein Straßenrennen, legt man die heutigen Definitionen an.

! Weitere Informationen unter www.voltacatalunya.cat



© GZ



MONTNEGRE Calella

H Hotel Neptuno
 km 25,5 **P** 2
i www.hotelneptuno.com

Eine Strecke, auf der man die Küste von Maresme und den Naturpark von Montnegre entdecken kann, es gibt Rundwege und selbstgeführte Touren mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Das Hotel Neptun bietet Fitness, Sauna, Fahrradgarage, Werkzeuge und Putzbereich sowie Fahrradverleih an, hier kann man trainieren und sich hinterher ausruhen und entspannen. *Besonderes Interesse: landschaftlich.* ♡

ROUTE VON CALELLA NACH TOSSA DE MAR Costa del Maresme - Costa Brava

i
 km 72 **P** 1
i www.hotelbernatcalella.com

Das Hotel Bernat bietet eine Route über Asphalt mit. Abfahrten, Senken und Kurven an, entlang derer man Landschaften bewundern kann. Die Tour führt durch Calella, Pineda de Mar, Santa Susanna, Malgrat de Mar, Palafolls, Blanes, Lloret de Mar und Tossa de Mar. *Besonderes Interesse: fantastische Strände der Costas Brava und Barcelona.* ♡

VON CALELLA NACH TORDERA Calella

i
 km 44 **P** 1
i www.calellabarcelona.com

Route entlang des Meers, auf der man auf breiten Wegen durch die Wälder des Montnegre radeln kann. Abstieg bis zu den Feuchtbiosphären von Tordera mit Beobachtungspunkt für Vögel. *Besonderes Interesse: Besuch der Bevölkerungszentren von Sant Pare de Riu und Vallmanya, der Aiguamolls de la Tordera, der Strandpromenaden und den Stränden von Alt Maresme.* ♡

FONT DEL BOTER AUF DEM RAD Santa Susanna, Maresme

i
 km 5,73 **P** 1
i stasusanna-barcelona.com

Sie entdecken den Ortskern von Santa Susanna mit seinen Parks und Stränden und erreichen die Quelle von Boter im Wald, der nahe am Ort liegt. Dort treffen Sie auf die Quelle, es gibt Tische zum Essen und im Sommer Schatten. *Besonderes Interesse: Freizeitbereich und Picknickbereich. Maximale Ruhe in einem attraktiven Umfeld.* ♡

BARCELONA LAGER FÜR RADSPORTLER Barcelona

H Iberia Sports
i www.iberiasports.com

Iberia Sports bietet Lager für Radsport-Profis mit einer ganzen Reihe spezieller Dienstleistungen an: Support auf der Straße mit Essen und Getränken, Transfers, Mechanikerservice auf der Straße, Waschservice, Spa und Fitnessraum. *Besonderes Interesse: Dienstleistung, die sich an Radsport-Profis richtet.* ♡

COSTA DAURADA DIREKT AM MEER Costa Daurada

H Hotel Best Maritim
i www.besthotels.es

Es liegt direkt am Strand und bietet einen Raum für die Aufbewahrung der Räder sowie ein Spa mit Sauna, türkischem Bad, Massagekabinen und Fitnessraum an. Restaurant mit verschiedenen *show cooking* und internationaler Küche. *Besonderes Interesse: saisonales Hotel, geöffnet ab der Semana Santa bis zum 15. Oktober.* ♡

AM UFER DES MITTELMEERS Cambrils, Costa Daurada

i
 km 63,70 **P** 1
i www.cambrils.cat

Der Rundweg ist ideal für Anfänger, beginnt in Cambrils und verläuft durch verschiedene Orte der Gemeinde Baix Camp. *Besonderes Interesse: Passieren des römischen Aquädukts, bekannt als die Brücke des Teufels und Teil des Weltkulturerbes.* ♡

VON SALOU NACH CAMBRILS ENTLANG DER KÜSTE Salou, Cambrils, Costa Daurada

i
 km 25 **P** 1
i www.medplaya.cat

Ab der Unterkunft hat man diese Route über einen Radweg entlang des Strands für die Hin- und Rückfahrt schnell erreicht und tritt auf der Promenade von Salou, Miramar, Vilafortuny, Cambrils und Port Cambrils und der Promenade von La Dorada in die Pedale. *Besonderes Interesse: Verfügbarkeit einer Fahrradroute für die ganze Familie.* ♡



BIKEHOTEL Cambrils

H Estival El Dorado Resort
i www.doradoplaya.com

Für Radfahrer notwendige Infrastruktur, egal ob man einfach den Radsport liebt oder an Triatlons teilnimmt (Amateur und Profi). Pakete mit Routen für jedes Niveau, Fahrradverleih für jedes Alter und jede Anforderung, Radstation mit Werkstatt, Parkplätzen und Aufbewahrungsmöglichkeit. Picknicks und Menüs mit sportiver Ausrichtung. *Besonderes Interesse: ganzjährig geöffnet.* ♡

ROUTE BAIX CAMP UND PRIORAT Costa Daurada

i ● ● ● ▲ 970 m
km 76 **P** 1 **i** www.hotelregentearagon.com

Ab Salou bietet das Hotel einen Rundweg an, der durch verschiedene Orte und über zwei Gebirgspässe führt, wodurch man bei der Abfahrt hübsche Aussichten genießen kann. Eine bei Rennfahrern sehr beliebte Route aufgrund der guten Bedingungen auf dem Asphalt und dem geringen Verkehr in diesem Gebiet. *Besonderes Interesse: Kennenlernen der Gemeinden Baix Camp und Priorat.* ♡



© MIGUEL RAURICH

8

7. SANTA SUSANNA.
8. DIE WEINKATHE-
DRALE VON
NULLES.
9. MÜHLENMUSE-
UM TRES ERES,
ENCAMBRILS.
10. SERRA DE
MONTSANT.

RÄDER & TAPAS IN CAMBRILS

Cambrils, Costa Daurada

i ● ● ● ▲ 10 m
km 2 **P** 1 **i** www.rodabikecambrils.com

Man lernt menschliche Geschichten auf der Route kennen wie auch die Historie des Ortes, außerdem kann man Tapas verkosten. U.a. besucht man das Mühlenmuseum Tres Eres, die römische Villa von La Llosa, das Landwirtschaftsmuseum von Cambrils, den Turm der Wallfahrtskapelle und des Hafens. *Besonderes Interesse: gastronomisch.* ♡

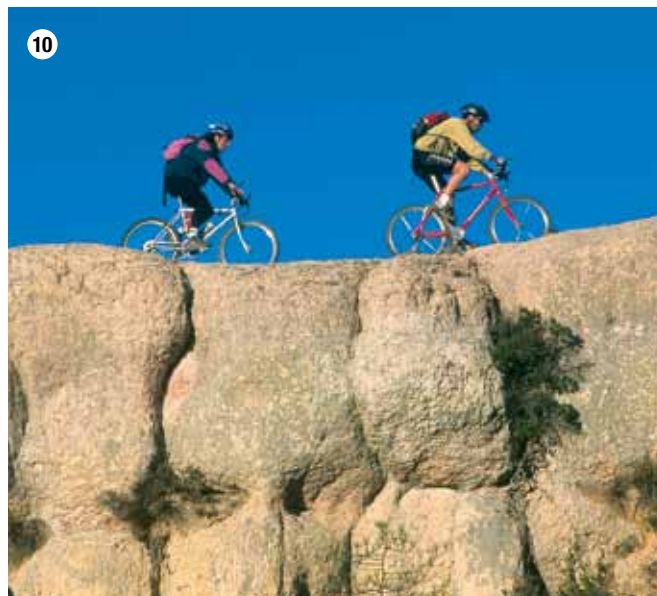
KATHEDRALEN DES WEINS Costa Daurada, Terres de l'Ebre

i ● ● ● ▲ 7.700 m
km 391 **P** 6 **i** www.mediterraniacyclingtours.com

César Martinell (Schüler von Antoni Gaudí) war der führende Architekt, der diese kooperativen Bodegas im modernistischen Stil zwischen 1910 und 1920 entwarf. Diese Route führt zu fünf dieser spektakulären Bodegas. *Besonderes Interesse: Route entlang des Meers mit architektonischen und öno-gastronomischen Attraktionen.* ♡



© KIM CASTELLS



© DANIEL JULIAN



11

11. FAHRRADWEG IN
DEN TERRES DE L'EBRE.

RADSPORT- WETTKÄMPFE

Cambrils

- Cambrils Park Resort
- sportvillage.cambrilspark.com

Ein Ort zum Entspannen in einem privilegierten Bereich wie auch Ausgangspunkt für das Training der Radsportler. Wir decken die Hauptanforderungen der Sportler ab: Raum zur Aufbewahrung der Räder und Ernährungsplan mit speziellen Gerichten. **Besonderes Interesse:** Hauptsaison für Gruppen, von September bis Mai. ♡

ROUTE MONTSANT

Cambrils

- ▲ 3.147 m
- km 183 1
- sportvillage.cambrilspark.com

Der Naturpark Montsant umfasst 9.000 Hektar, einschließlich der Sierra von Montsant. Er sticht unter Radsportlern aufgrund der unglaublichen Straßen mit unvergleichlichen Ausblicken heraus. Start vom Strand bis ins Innere. **Besonderes Interesse:** Schutzgebiet der wilden Fauna und der Pflanzenwelt. Die Tour führt über sechs Bergpässe und durch 21 Orte, in denen man die Gerichte der katalanischen Bergwelt und die Weine des Priorats verkosten kann. ♡

ALLES FÜR FAHRRADFAHRER

Salou

- H10 Vintage Salou
- www.h10hotels.com

Das Hotel bietet Radrouten für jedes Niveau an sowie unter anderem einen Raum für die Aufbewahrung der Räder mit Kamera, eine Werkstatt für Reparaturen, einen Putzbereich, einen Fitnessraum, spezielle Führer, Massageservice, besondere Sportler-Menüs, Picknick, Gemeinschaftsraum und Wäscheservice. **Besonderes Interesse:** Saison von April bis Mitte Oktober. ♡

FAHRRAD- WOCHENENDE

Cambrils und Priorat

- Hotel Olimar
- www.olimar2.com

Zwei Übernachtungen mit Vollpension und einem Rundweg durch das Priorat. Fahrrad-Werkstatt mit Putz- und Reparaturbereich, GPS, Bevorratungsservice, technischer Wartungsdienst unterwegs, Wäscheservice, Physiotherapie, Massagen und Streckenkarten. **Besonderes Interesse:** Kennenlernen des Weinanbaugebiets des Priorat. ♡

12. TOUREN ZWISCHEN REBEN.



12



13. DIE BEVÖLKERUNG VON MIAMI PLATJA.

GASTRO-RADTOUREN UND ÖKO-RADTOUREN Cambrils

! ● 7 ---
km 6-10 1 1 1 1 1 1
i www.rodabikecambrils.com

Im Juli und August kann man Routen ebenfalls mit dem E-Bike befahren und es werden Erlebnisse mit Weinprobe oder Tapas-Verkostung angeboten. Sie finden von Montag bis Sonntag statt. Führer inklusive und Möglichkeit, diese Tour in Katalanisch, Spanisch, Englisch und Französisch zu fahren. Man kann ebenfalls Touren- und Rennräder mieten. **Besonderes Interesse: gastronomisch.** ♡

CYCLING COSTA DAURADA TOUR Priorat

! ● ● 7 ▲ 6.600 m
km 320 3/4 1 1 1 1 1 1
i www.cyclingnolimitravel.com

Selbstgeführte Rund- und Rennstrecke auf der der Straße, um das Inland der Costa Daurada zu erkunden. Landschaft, Natur, Kultur, Gastronomie und Tradition vereinen sich, damit man auf ruhigen Straßen ohne Verkehr und mit einem makellosen Asphalt Radsport betreiben kann. Beinhaltet eine sorgfältige Auswahl familiärer Unterkünfte. **Besonderes Interesse: landschaftlich, kulturell und gastronomisch.** ♡

VOM MEER BIS ZUM LEUCHT- TUM DER SEEFAHRER Mont-roig del Camp

! ● 7 ▲ 305 m ▼ 68 m
km 20 1 1 1 1 1 1 1 1
i www.mont-roigmiami.cat

In den Orten Mont-roig del Camp und Miami Platja gibt es ein ausgezeichnetes Straßennetz für den Radsport wie auch ein unvergleichliches Klima. **Besonderes Interesse: landschaftlich, kulturell und traditionell.** ♡

TERRES DEL'EBRE

FÜR ANSPRUCHSVOLLE FAHRRADFÄHRER Poble Nou del Delta

H Hotel l'Algadir del Delta
i www.hotelalgadirdelta.com

Die Einrichtung bietet einen abgeschlossenen Raum zur Aufbewahrung der Räder, einen Reinigungs- und Duschbereich, Parkplätze im Außenbereich, Reparaturwerkstatt, Minigeschäft, Fahrradverleih, Menü für Sportler und Abholservice für Bahnhof, Flughafen oder Bus. **Besonderes Interesse: Profi-Radsport und Radsport für Familien, von April bis Oktober.** ♡

14. REPARATURWERKSTATT IN SALOU.



14

15. VERKOSTUNG VON TAPAS IN CAMBRILS.



15

MTB-ZENTREN, ROUTEN FÜR ALLE

Die MTB-Zentren von Katalonien bieten ein umfangreiches Angebot an beschilderten Wegen an, die speziell entworfen wurden, um sie mit Rädern für jedes Terrain zu befahren.



© DANIEL JULIÁN

Rings um den See von Banyoles auf einer zweistündigen und vollständig ebenen Route, die für alle geeignet ist, ruhig in die Pedale treten bis zur Umrundung der mächtigen Serra de Cadí oder sich einer dreitägigen Herausforderung durch die Pyrenäen Kataloniens stellen: Die MTB-Zentren Kataloniens bieten eine umfangreiche Auswahl an Wegen für geländegängige Räder und Fahrer an.

EIN STRECKENNETZ, DAS DAS GESAMTE GEBIET UMFASST

Seit der Einrichtung des ersten MTB-Zentrums Kataloniens im Jahr 1999 wuchs das Streckennetz immer mehr an, deckt nun den Großteil der Region ab und bietet die besten Bereiche, um diesen Sport auszuüben, von den felsigen Ebenen der Mittelmeerküste bis zu den tiefen Tälern der Pyrenäen im Val d'Aran. Die landschaftliche Vielfalt ist sichergestellt und die Rundwege ermöglichen das Erkunden der schönsten Ecken Kataloniens. Ein Großteil der MTB-Zentren in Katalonien hält seine Routen 365 Tage im Jahr offen, auch wenn Sie sich im Voraus bitte über die Öffnungszeiten informieren sollten.

Das Streckennetz bietet insgesamt 311 Routen und mehr als 6.000 Kilometer ausgeschilderter Wege, die sich auf 18 zertifizierte Zentren verteilen.

ROUTEN AB DEN MTB-ZENTREN

Ein Ziel für einen Urlaub mit bzw. auf dem Mountainbike auszuwählen war noch nie so einfach. Die Anzahl der Routen des Streckennetzes der MTB-Zentren Kataloniens ist so umfangreich und die Landschaften so vielseitig, dass jeder der Vorschläge auch die anspruchsvollsten Fahrer zufriedenstellen wird.

Egal ob an der Küste, im Inland oder in den Tälern der Pyrenäen... Jedes MTB-Zentrum bietet ganz unterschiedliche Erlebnisse. Diese kleine Auswahl ist nur ein Teil der Möglichkeiten, die hier wirklich unendlich sind.

ROMANISCH ZWISCHEN EMPORDÀ UND DEN ÖSTLICHEN PYRENÄEN

centrebtt.salinesbassegoda.org/routes-btt/

Das MTB-Zentrum Salines Bassegoda - Alt Empordà bietet insgesamt 34 Routen für jedes Niveau an. Die Strecke 26 führt durch den Süden der Serra de l'Estela und ist für erfahrene Radsportler gedacht, die morgens gerne durch Koniferenwälder fahren, sich in mittelalterlichen Dörfern ausruhen, romanische Wallfahrtskapellen und das Kloster Santa Maria de Lladó

erkunden wollen, das seit dem 6. Jahrhundert bewohnt ist. *Von Führem geleitete Aktivität.*

STRÄNDE UND FELDER DER COSTA DAURADA

www.mont-roigmiami.cat/es/activitats/centre-btt

Zwischen den weißen Sandstränden der Costa Daurada in Tarragona und den sanften Erhöhungen der Serra von Areny bietet das MTB-Zentrum Mont-Roig del Camp - Miami Platja zehn Routen für alle an. Man kann sie leicht mit einander kombinieren und inmitten von Olivenbäumen und Haselnusssträuchern oder ab dem gemütlichen See Salat (Route 5), der an der Küste liegt, bis zur Wallfahrtskapelle Mare de Déu de la Roca (Route 3), wo man laut der Legende dem Gesang der Engel lauschen kann, in die Pedale treten.

MEDITERRANE WÄLDER VON BARCELONA

stasusanna-barcelona.com/activitats/esports/ciclisme/routes-btt/

Ab dem Ort Santa Susanna an der Küste von Maresme befinden sich zwischen kleinen Dörfern, verstreut liegenden Landhäusern und mediterranen Wäldern insgesamt 18 Routen, die durch die Ebenen des Küstengebiets Barcelonas führen. Eine der repräsentativsten Routen ist die Nummer 18,

ZWEI RADFAHRER
SEHEN SICH
EINE KARTE
IM MTB-ZENTRUM
PLA DEL'ESTANY AN.

6.000
KILOMETER
AUSGESCHILDER-
TER ROUTEN
BIETEN DIE
MTB-ZENTREN
VON
KATALONIEN AN



die „Caminos del Montnegre“ getauft wurde und bis ins Zentrum des Parks Montnegre i el Corredor führt, damit man dort den kleinen Ort Hortsavinyà besuchen kann.

PYRENÄEN MIT ATLANTISCHEM GESCHMACK

www.visitvaldaran.com/btt-aran-total-bike/centro-btt/

Das Val d'Aran, das einzige Tal Kataloniens, dessen Gewässer in den Atlantik münden, verwandelt sich im Sommer in ein Paradies für Mountainbike-Fahrer. Das MTB-Zentrum Val d'Aran bietet mehr als 400 km Strecke mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden und Längen an. Die Ausflüge umfassen ebenso Wege entlang des Ufers des Flusses Garona wie auch Routen, die bis ins Hochgebirge führen. Die Route Nummer 5 umfasst 24 km und 950 Meter Steigung und beginnt und endet im malerischen Ort Bossòst. Sie verläuft durch Koniferenwälder hinauf bis zu den alten Minen von Margalida und Victòria und führt dann wieder hinab ins Tal.

DAS MONTSEC ENTDECKEN

www.lleidatur.com/pic/pdf/mapa-btt-noguera_cat.pdf

Die Serra de Montsec ist die südlichste Serra der Pyrenäen Kataloniens. Hier erblickt man die beeindruckenden Schluchten von

Mont-rebei, Terradets und Mu, die Täler von Àger und Meià und die zwischenliegenden Ebenen von Montclús, Sant Mamet, Sant Miquel, Mont-roig und Carbonera. Das MTB-Zentrum Montsec - La Noguera bietet Strecken an, um die Gegend zu erkunden, so zum Beispiel eine Route durch den Wald von Privà mit drei Varianten zur Auswahl. Die erste führt über Wanderwege, die durch den Wald führen und in deren Nähe die Burg von Privà liegt. Die zweite Variante besteht aus einem anspruchsvollen Aufstieg bis zum Gipfel, auf dem sich die Wallfahrtskapelle Montalegre befindet und wo man eine spektakuläre Aussicht genießen kann. Die dritte Strecke führt zum Stausee von Camarasa und führt durch die Salzwiesen des Ortes Vilanova de la Sal.

Die Routen im Tal von Àger sind ebenfalls bemerkenswert, die sich bis auf die Höhen der Serra erstrecken, welche dem Zentrum seinen Namen gab und die Pyrenäen von der Ebene von Llerida trennt. Eine der anspruchsvollsten Routen ist die Nummer 47, die bis zum Schutzreservat Pertusa führt und einen spektakulären Panoramablick bis zur Schlucht von Mont-rebei und dem Stausee Canelles bietet. ♣

ROUTEN, KARTEN UND TRACKS ZUM HERUNTERLADEN

MTB-ZENTRUM

SANTA SUSANNA - MONTNEGRE

<http://stasusanna-barcelona.com/activitats/esports/ciclisme/rutes-btt/>

MTB-ZENTRUM

BAIX EMPORDÀ - COSTA BRAVA

<https://visitemporda.com/ca/turisme/333>

MTB-ZENTRUM VALL DE SAU - COLLACABRA

http://www.osonaturisme.cat/seccio/centre_btt_sau_collacabra

MTB-ZENTRUM EL GIRONÈS

http://www.girones.cat/2012/01/centre-btt-el-girones_3.html
<http://www.Cataluña.com/centre-btt-el-girones-16-15003-10>

MTB-ZENTRUM PLA DEL'ESTANY

<http://www.plaestany.cat/centre/btt/inici/language/es-ES>

MTB-ZENTRUM EL RIPOLLÈS

<http://es.elripolles.com/que-quieres-hacer/pedalea-por-el-ripolles/11.html>

MTB-ZENTRUM SALINES - BASSEGODA

<http://centrebtt.salinesbassegoda.org/rutes-btt/>

MTB-ZENTRUM SÒLSONÈS - VALL DE LORD

<http://lavalldelord.com/ca/que-fer/turisme-actiu/rutes-senderisme-btt/rutes-de-btt/>

MTB-ZENTRUM PALLARS JUSSÀ

<http://www.lleidatur.com/Turismo/Visita/Centro-BTT-Pallars-Jussa/2681.aspx>

MTB-ZENTRUM MONTSEC - LA NOGUERA

http://www.lleidatur.com/pic/pdf/mapa-btt-noguera_cat.pdf

MTB-ZENTRUM MONT-ROIG DEL CAMP

<http://www.mont-roigmiami.cat/es/activitats/centre-btt>

MTB-ZENTRUM EL LLUÇANÈS

<http://www.pratsdellucanes.cat/web/index.php/centre-btt>

MTB-ZENTRUM EL BERGUEDÀ

<http://www.parapentespais.com/CA/btt.shtm>

MTB-ZENTRUM VALLS D'ÀNEU

<http://www.lleidatur.com/Turismo/Visita/Centro-BTT-Valls-dAneu/7067.aspx>

MTB-ZENTRUM VAL D'ARAN

<http://www.visitvaldaran.com/btt-aran-total-bike/centro-btt/>

MTB-ZENTRUM LA SEU - ALT URGELL

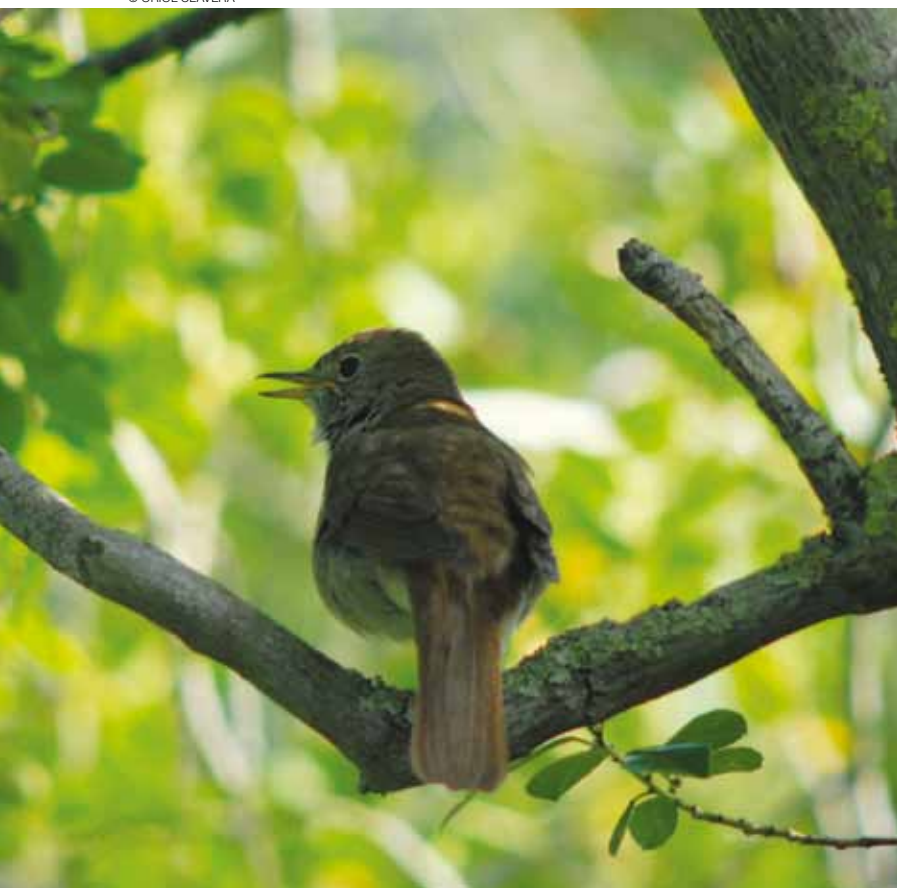
<http://inforutes.parcolimpic.cat/rutes-btt>

MTB-ZENTRUM PLANA DE VIC

http://www.osonaturisme.cat/seccio/centre_btt_vic

MTB-ZENTRUM LA SELVA

<http://www.laselvaturisme.com/directori/que-fer/btt/>





© MARC CASTELLET

ÖKOTOURISMUS

Der Ökotourismus in Katalonien ist heute eine feste Größe. Dank der Bemühungen aller ist es möglich, Aktivitäten in der Natur anzubieten, die zum Erhalt des kulturellen und natürlichen Erbes beitragen, die Lebensqualität der Einheimischen verbessern, den negativen Einfluss auf die Natur reduzieren und die regionale Kultur und Tradition respektieren. Dies alles erlebt der Besucher, während er Informationen hinsichtlich Natur, biologischer Vielfalt und dem damit verbundenen kulturellen Erbe erhält und dafür sensibilisiert wird. ♡

ÖKOTOURISMUS NATUR PARKS

Katalonien verfügt über ein umfassendes Netzwerk von Naturparks und geschützten Räumen, in denen eine große ökologische und landschaftliche Vielfalt herrscht und eine große Menge von ökotouristischen Aktivitäten angeboten wird.



AUF DIESER KARTE SIND GESCHÜTZTE NATURRÄUME (UND ENTSPRECHENDE GRUPPIERUNGEN) IN KATALONIEN EINGEZEICHNET. DIE NUMMERN VON 1 BIS 30 ENTSPRECHEN DEN BEREICHEN UND AKTIVITÄTEN, DIE AUF DEN FOLGENDEN SEITEN VORGESTELLT WERDEN.

Katalonien ist ein Land mit einem außergewöhnlichen Naturerbe und einer großen biologischen Vielfalt, die sich auf die Naturräume verteilen. Die Fläche Kataloniens ist zu mehr als 60% von Wald bedeckt, die Karte dieses Fleckens Erde ist also voll grüner Farbe. Außerdem nehmen in Katalonien die geschützten Naturräume mehr als 30% der Landfläche und mehr als 10% des Meeresgebiets ein. In dieser Broschüre stellen wir einige dieser Orte vor und laden die Menschen ein, als Touristen hierher zu kommen und die kleinen Perlen zu entdecken, die sich hier verbergen.

1.955

WURDE AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI ZU EINEM NATIONALPARK ERKLÄRT



© JOSÉ LUÍS RODRÍGUEZ

Alle geschützten Naturräume Kataloniens wurden in ideale Destinationen für den Ökotourismus umgewandelt. Dünen, Klippen, Hochgebirge und Steppen, Sumpfgebiete, Seen und Flüsse, kontinentale und mediterrane Wälder sowie Meeresgewässer umfassen eine außerordentliche Vielfalt von Ökosystemen und Landschaften. Ohne dass man große Strecken zurücklegen müsste, kann jeder Flora und Fauna von einer ungewöhnlichen Vielseitigkeit und in einer natürlichen Umgebung genießen, die durch die große Diversität überrascht.

Observation von Vögeln, Schwimmen mit Delfinen und Walen, Beobachten von faszinierenden Schmetterlingen, Bestaunen von Mammutbäumen, Erkunden der beeindruckenden Geologie, Eintauchen in Meerestiefen einmaliger Schönheit, Entdecken ungewöhnlicher Sternenhimmel oder einfach Genießen der Farbexplosion im Frühling oder der Schönheit der Bäume im Herbst. Die beste Art und Weise alle Geheimnisse dieser Naturräume zu erkunden, ist eine Tour mit einem speziellen Führer, wodurch diese Erlebnisse zu unvergesslichen Erfahrungen werden. ♡

DER LAGO LLEBRETA
IM NATIONALPARK
AIGÜESTORTES
I ESTANY DE SANT
MAURICI.

SCHON GEWUSST?

DER SCHUTZ DER NATÜRLICHEN FLÄCHEN

In Europa wurde der erste Nationalpark 1908 offiziell eingerichtet:

Er befindet sich in Schweden. In Spanien wurde diese Art Park erst 10 Jahre später eingeführt, die ersten beiden Nationalparks waren Covadonga und Ordesa y Monte Perdido. Bereits damals versuchte man, allerdings erfolglos, Montseny ebenfalls in diese Liste mit aufzunehmen. Es vergingen weitere 10 Jahre, bis der Tourismusverband des Montaña del Montseny entstand, das erste Schutzgebiet eines Naturraums in Katalonien, auf den viel später, d.h. im Jahr 1972, Sant Llorenç del Munt i l'Obac folgte, der erste Park, der in ganz Spanien zum Naturpark erklärt wurde. In Katalonien gibt es einen einzigen Nationalpark, den von Aiguestortes i Estany de Sant Maurici, der 1955 in die Liste mit aufgenommen wurde.

.....
i Weitere Informationen unter www.parcsnaturals.gencat.cat



© JOSÉ LUIS RODRIGUEZ

AKTIVITÄTEN IN DEN PARKS

In diesen ausgewählten geschützten Naturräumen kann man an den vorgeschlagenen sowie weiteren Aktivitäten teilnehmen. Auf den Webseiten finden sich viele Informationen zum Nachlesen.



© BIOSPHÄRENRESERVAT MONTSENY

1 DIE SERRA AN DER KÜSTE

Ganz in der Nähe von Barcelona und wenige Kilometer vom Mittelmeer entfernt lockt diese grüne Lunge mit zahlreichen Routen zum Wandern und Radfahren wie auch für pädagogische Aktivitäten.

parcs.diba.cat/web/litoral

2 GUILLERIES-SAVASSONA

Ein Gebiet mit einer interessanten Landschaft, das sich in ein bevorzugtes Ziel für Liebhaber der Naturfotografie verwandelt hat.

parcs.diba.cat/web/guilleries

3 BERGMASSIV UND KÜSTEN DES GARRAF

Eine der Möglichkeiten, diesen einzigartigen Naturraum an der Küste nahe Sitges kennenzulernen, ist ein Ausritt zu Pferd, wodurch man die Umgebung auf andere Art und Weise wahrnimmt.

catalunya.com/espai-natural-protegit-del-massis-del-garraf-17-17002-16

4 MONTSENY

Dieses UNESCO-Biosphären-Reservat ist ein Raum mit einer großen biologischen Vielfalt, in dem sich außerdem zahlreiche Überraschungen verbergen: Bäume, Minen, Höhlen, Burgen, Bauernhäuser, Gefängnisse, Gräber, usw.

parcs.diba.cat/web/montseny

BEHINDERTENGERECHTE ROUTEN

Der Park bietet schauspielerisch in Szene gesetzte Routen an, die den Zugang und die Teilnahme von Personen mit unterschiedlichen Behinderungen erleichtern. Man findet sie zwischen der Font del Frare und dem Vall de Santa Fe. Unter Leitung eines Führers werden an fünf Haltestellen Stimuli dargeboten, die den fünf Sinnen durch die Natur angeboten werden. Zur Verfügung steht ebenfalls angepasstes Material bzw. Ausrüstung, um während der Route die Beweglichkeit zu verbessern oder einen Interpreten mitzunehmen.

Alternative Aktivitäten: Wandern. **Empfohlene Jahreszeit:** Ganzjährig.

ARCHÄOLOGISCHE ROUTE

Geführte Besichtigung bis zur iberischen Befestigungsanlage von Montgròs auf dem Gemeindegebiet von El Brull unter Leitung eines qualifizierten Archäologen. Den Ausgangspunkt bildet das Informati-



6

© NATURPARK SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC



7

© DELTA DEL LLOBREGAT

onszentrum Brull und mit speziellen Fahrzeugen hat man das Lager in 4,5 Kilometer Entfernung erreicht. Der Besuch dauert ungefähr zwei Stunden und der Eintritt ist für Kinder unter 6 Jahren gratis. **Alternative Aktivitäten:** Wandern. **Empfohlene Jahreszeit:** Ganzjährig an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen.

5 SANT LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC

Der nördlich von Terrassa, einem der großen urbanen Zentren des Vallès, gelegene Naturpark hat sich in einen ausgezeichneten Ort für die Beobachtung und Erkundung der Entwicklung des mediterranen Ökosystems verwandelt.

GEFÜHRTE EXKURSION

Jeden Sonntag findet für Besucher des Parks eine geführte Exkursion statt, um die wertvollen Schätze dieses Naturraums kennenzulernen. Von der Beobachtung von Vögeln bis zur Erkundung des modernistischen Erbes, historischen Überresten wie Burgen und der besonderen Geologie der Gegend sowie dem Erwerb von Kenntnissen über traditionelle Aktivitäten wie dem Bau von Steinhäusern ist alles dabei. **Alternative Aktivitäten:** Wandern, Klettern und Höhlenklettern. **Empfohlene Jahreszeit:** Ganzjährig.

DAS GEHEIME LEBEN DER HONIGBIENEN

Ein Besuch, der mit einer Erklärung dessen beginnt, was man später im Inneren des Bienenstocks beobachten kann. Danach bekommt man Schutzkleidung wie Handschuhe, Masken und Gamaschen ausgehändigt, damit man nah an den Bienenstock herantreten kann. Man zieht sich an, entzündet den Raucher und öffnet den Bienenstock, um die verschiedenen Aspekte und Ecken des Schwarms zu betrachten und kennenzulernen.

Empfohlene Jahreszeit: jeden Samstag und Sonntag von März bis Oktober.

6 MONTAÑA DE MONTSERRAT

Neben den beeindruckenden Felsformationen ist der Berg von Montserrat ideal, um sich mit der dortigen Botanik vertraut zu machen und die einheimische Pflanzenwelt zu erkunden.

muntanyamontserrat.gencat.cat

BOTANISCHE AUSFLÜGE

Trotz des teilweise recht öden und vorwiegend felsigen Gebirges beherbergt Montserrat eine reiche und vielseitige mediterrane Vegetation, die aus verschiedenen Gräsern und Kräutern, Bäumen und Sträuchern besteht. In Begleitung eines Experten lädt dieser Ausflug dazu ein, die

einheimische Pflanzenwelt dieses Naturparks zu erkunden und mehr über die traditionelle Verwendung einiger Pflanzen und Bäume wie auch andere Kuriositäten zu erfahren.

Empfohlene Jahreszeit: Frühling und Herbst.

RUNDGANG UND WORKSHOP

Jedes Jahr organisiert der Naturpark Montserrat aus Anlass des Europäischen Tages der Naturparks, der am 24. Mai begangen wird, eine Aktivität, die mit einem Aspekt seines reichen Naturerbes verbunden ist. Es kann ein Rundgang durch einen interessanten Bereich sein oder die Teilnahme an einem bestimmten Workshop, durch die man für den Erhalt und die Kenntnisse eines Aspekts des geologischen und biologischen Erbes sensibilisiert wird. **Alternative Aktivitäten:** Wandern. **Empfohlene Jahreszeit:** Frühling.

7 DELTA DEL LLOBREGAT

Hier gibt es eine große Vielfalt im Bereich der Flora und Fauna in mehr als zwanzig natürlichen Habitaten. Besonders hervorstechend sind die wirbellosen Spezien und die Orchideen, die es in diesem Naturraum gibt.

deltallobregat.cat

2. NATURRAUM GUILLERIES-SAVASSONA.
4. ARCHÄOLOGISCHE ROUTE IM MONTSENY.
6. BIENZUCHT IN SANT LLORENÇ DE MUNT.
7. DAS SIGNALGEBÄUDE IM DELTA DEL LLOBREGAT.



Zugängliche Aktivität



7. WASSERVÖGEL
IM DELTA DEL
LLOBREGAT.

LANDSCHAFTEN DES DELTA

In diesem Park gibt es zwei Strecken, eine Entdeckungsrouten (3 Kilometer) und eine Naturroute (5,4 Kilometer). Beide beginnen am Ausgangspunkt von Cal Lluquer: Der erste führt zum Aguait del Sabogal und der zweite zum Strand von Ca l'Arana (nicht öffentliche Nutzung) sowie zum Aguait de Cal Tet. Es sind fast 90 Hektar zwischen dem rechten Ufer des letzten Abschnitts des Flusses Llobregat, an dem alle Landschaften des Delta liegen. Ein Art Umgehungsweg führt bis zum Aussichtspunkt Bunyola, der Kaserne der Carabineros und dem Gebäude des Leuchtturms. *Alternative Aktivitäten: Wandern. Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig, außer Juli und August.*

DER KÖNIG DER WASSERVÖGEL

Dieser Vorschlag beinhaltet drei Routen: Zwei durch das Innere des Sumpfgebiets (mit ungefähr 300 Metern Länge), die zu zwei Vögelbeobachtungspunkten führen, und einem dritten, der außen herum verläuft (und circa 600 Meter lang ist) und den Besucher entlang des Sant Climent bis zu dem Strand bringt, an dem der Aussichtsturm Cal Francés liegt. Dieser geschützte Raum mit 110 Hektar wird durch das Becken des Remolar, das Sumpfgebiet der Filipinas, den Sant Climent und den Strand gebildet. Das Sumpfgebiet der

Filipinas ist das ausgedehnteste Gebiet im Delta. Es ist ein privilegiertes Gebiet, um Wasservögel wie Enten, Reiherfedern, Komorane, Kiebitze und andere Arten zu beobachten. *Alternative Aktivitäten: Radsport in den unbeschränkten Zonen. Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig, außer Juli und August.*

8 CADÍ-MOIXERÓ / PEDRAFORÇA

In diesem Gebiet sollte man unbedingt auch die Säugetiere auf dem Land beobachten, dem Brüllen der Hirsche lauschen, den Herden Salz geben und durch die verschneiten Wälder spazieren. parcnaturals.gencat.cat/ca/cadi/

EINTAUCHEN IN DAS LEBEN AUF DEM LAND

Eine Gelegenheit zum Erleben innovativer und einzigartiger Erfahrungen mit Produzenten aus der Region, egal ob nun von Nahrungsmitteln oder aus dem Handwerk, die im Naturpark Cadí-Moixeró immer noch fortbestehen. Von Besuchen bei Herstellern oder Betrieben bis zu Verkostungen, Kursen, praktischen Workshops oder geführten Touren (neben anderen Alternativen) gibt es viele Möglichkeiten, um die wichtigsten wirtschaftlichen und verwaltungstechnischen Aktivitäten in diesem Naturraum kennenzulernen. *Alternative Aktivitäten: Wandern, Ausreiten und Fahrradtourismus.*

RUTA DE LA MARMOTA

Die Murmeltiere sind die größten Nagetiere in Europa. Vor einigen Jahren gelangten sie aus Frankreich, wo man sie wieder ausgewildert hatte, auf diese Seite der Pyrenäen. Auch wenn sie eher scheu sind, so kann man ihre Anwesenheit dank der Ausscheidungen und Bauten leicht entdecken. Es gibt eine Route, auf der man das Habitat dieser faszinierenden Säugetiere kennenlernen und mit etwas Glück auch ein Exemplar dieser Art live beobachten kann. *Alternative Aktivitäten: Wandern, Ausreiten und Fahrradtourismus.*

9 COLLSEROLA

Es handelt sich um einen Park, der ideal für die ganze Familie ist. Es werden Aktivitäten angeboten, die Spaziergänge durch die Natur mit Workshops oder Spielen verbinden, um Kenntnisse über die Umwelt zu vertiefen. parcnaturalcollserola.cat

THEMATISCHE SPAZIERGÄNGE

Es handelt sich um einen ruhigen und angenehmen Spaziergang durch die Umgebung des Informationszentrums, um die Werte des Naturparks von Collserola unter Leitung eines speziellen Führers kennenzulernen. Diese Strecken ermöglichen das Erkunden der Quellen der Umgebung des Sumpfes von Vallvidrera und anderer einzigartiger Orte wie die Quelle der

110

HEKTAR STEHEN
DEM BESUCHER
DES SCHUTZGE-
BIETES DES DELTA
DEL LLOBREGAT
ZUR VERFÜGUNG



© ALBERT BERTRAN, GZ

© PARC DE COLLSEROLA

Budellera, das Genießen der mediterranen Aromen des Sommers, das Entdecken der Früchte, die den Herbst bunter machen und das Untersuchen der in der Serra versteckt lebenden Säugetiere anhand von Spuren - neben anderen Vorschlägen versteht sich. Diese Aktivität findet an einem Samstag pro Monat statt und dauert 2,5 Stunden. Sehen Sie im Veranstaltungskalender des Parks nach.
Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.

DIE FEIXA DELS OCELLS VON CAN COLL

Eine alte Anbauterrasse des Bauernhofs von Can Coll, die für die Beobachtung von Wintervögeln vorbereitet wurde, bietet die Möglichkeit, das Beobachten und Unterscheiden verschiedener Arten zu lernen und zu sehen, wie sich diese Bewohner des Naturparks ernähren. Die Besucher können auf Ferngläser und Identifikationskarten der verschiedenen Arten zurückgreifen. *Alternative Aktivitäten: Wandern. Empfohlene Jahreszeit: Von November bis April.*

10 ALT EMPORDÀ

Wale zu sichten, die Unterwasserwelt zu entdecken und Vögel, darunter hauptsächlich Zugvögel, zu beobachten, sind Vorschläge für Aktivitäten, um das Cap de Creus, die Serra von Alpera und der Aiguamolls de l'Empordà zu erkunden.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/albera

EINE EINZIGARTIGE SPEZIES

Die wertvollste Tierart in der Natur der Serra de l'Albera ist zweifellos die Griechische Landschildkröte (*Testudo hermanni*). Die Griechische Landschildkröte ist Thema eines besonderen Schutzprojekts: Sie zu fangen ist streng verboten. Im Aufzuchtzentrum für Schildkröten von Alpera in Garriguella kann man dieses Reptil aus nächster Nähe beobachten. *Alternative Aktivitäten: MTB-Touren, Klettern und Ausritte zu Pferd. Empfohlene Jahreszeit: Frühling und Sommer.*

DIE SPUR DER MEGALITHEN

Die Naturlandschaft der Serra de la Alpera, in der es die niedrigsten Hügel der gesamten katalanischen Pyrenäen gibt, war seit jeher eine Verbindung zwischen den Orten und Kulturen Europas und der Iberischen Halbinsel und eine Region, in der Menschen siedelten. An ihren Südhängen liegt eine der bedeutendsten Konzentrationen megalithischer Monumente Kataloniens wie Dolmen und Menhire. *Alternative Aktivitäten: MTB-Touren, Klettern und Ausritte zu Pferd. Empfohlene Jahreszeit: Frühling und Sommer.*

WALE AN DER KÜSTE

Im Naturpark Cap de Creus, dem östlichsten Punkt der Iberischen Halbinsel, gibt es einen ausgezeichneten Punkt, um Wale und Pottwale vor allem im Frühling und Sommer zu beobachten, wenn diese großen Meeressäuger in Richtung des Ligurischen Meers in Italien ziehen

und sich in den Gewässern nahe der katalanischen Küste auf die Suche nach Nahrung machen. *Alternative Aktivitäten: Kajak, Wandern, Unterwassersport. parcsnaturals.gencat.cat/ca/cap-creus*

EINZIGARTIGE BAUWERKE

Die im Mittelmeerraum weit verbreitete Bauweise aus Steinen ist ein wichtiger Teil des kulturellen Erbes des Naturpark Cap de Creus. Dieser Besuch ermöglicht das Kennenlernen dieser besonderen Konstruktionen, die als Baracken und Hütten dienten und für die Lagerung der Werkzeuge für die Feldbestellung sowie für das Halten von Tieren genutzt wurden. *Alternative Aktivitäten: Kajak, Wandern und Unterwassersport. Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.*

parcsnaturals.gencat.cat/ca/cap-creus

DIE PFLANZENWELT AUF SALZIGEN BÖDEN

parcsnaturals.gencat.cat

Die besonderen Bedingungen im Naturpark Aiguamolls de l'Empordà mit dem hohen

9. DAS SUMPFGEBIET VON VALLVIDRERA IN COLLSEROLA UND LA FEIXA DELS OCELLS DE CAN COLL.
10. STEINHÜTTE IN ALT EMPORDÀ.



© NATURPARK SANT LLORENÇ DEL MUNBT I L'OBAC



© ANNE SORBES, WMC

13. SCHMETTERLING IM NATURPARK LA GARROTXA-PLA DE L'ESTANY.
16. GÄMSE IM NATIONALPARK AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI.

Salzgehalt, den starken Winden und Böden, die nur wenig oder gar kein Wasser zurückhalten können, haben das Entstehen einer ganz besonderen Flora begünstigt. Aus diesem Grund gibt es hier unzählige halophile Pflanzen, d.h. Pflanzen, die auf Böden mit einem hohem Salzgehalt wachsen, was durch die Nähe zum Meer und den Überschwemmungen, denen dieser Boden ausgesetzt ist, begründet ist. Diese Aktivität erlaubt das Erkunden der verschiedenen Vegetationsklassen, die in diesem speziellen Ökosystem wachsen.
Empfohlene Jahreszeit: Frühling.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/aiguamolls-emporda

NÄCHTLICHE BESUCHER

parcsnaturals.gencat.cat

Die aquatische Umwelt des Naturparks Aiguamolls zum Beispiel ist besonders für die Ausbreitung der Fledermäuse geeignet, da sich in diesem Ökosystem eine große Zahl Insekten aufhält, die für diese kleinen Säugetiere das Grundnahrungsmittel darstellen. Man lernt das Leben einiger der 13 im Park angesiedelten Fledermausarten wie auch die Habitate (Vegetation am Ufer) kennen, die ihnen Schutz und Nahrung bieten.
Empfohlene Jahreszeit: Frühlingsende, Sommer und Herbstanfang.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/aiguamolls-emporda

11 EMPORDANET

Rundwege und Korkeichenwälder sind die beiden Hauptanziehungspunkte des interessanten Naturraums Les Garrotxes im Inland und des Naturraums Castell-Cap Roig und den Bergen von Begur an der Küste.
visitempordanet.com/ca/escapada-a-la-natura-baix-emporda.html

12 MONTGRÍ UND DIE ILLES MEDES

Die Illes Medes beherbergen eines der wichtigsten Meeresreservate des Mittelmeers. Der Park ist ebenfalls ein perfekter Ort, um Vögel und Delfine zu beobachten.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/illes-medes

SCHÜTZENDE DÜNEN

Die Dünen entlang der Küste stellen eins der bedeutendsten ökologischen Elemente des Parks dar. Diese Tour ermöglicht das Kennenlernen dieses besonderen Ökosystems, das so empfindlich ist und doch eines der verbreitetsten und am besten erhaltenen Beispiele des katalanischen Dünensystems darstellt. Neben der wertvollen Flora und Fauna haben die Dünen eine wichtige schützende und regenerierende Funktion, wenn die Stürme und das Wasser auf den Strand prallen. *Alternative Aktivitäten: Unterwassersport, Wandern und Fahrradtourismus.* *Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.*



© GZ

EINE KÜSTE VOLLER ÜBERRASCHUNGEN

Die Küstenlandschaft zwischen Estartit und Escalía ist recht unzugänglich, dennoch aber eine der verführerischsten und attraktivsten Stellen des Parks. Für eine Entdeckungstour von Höhlen, Schachthöhlen und Buchten von großer Schönheit in einem unverbauten Gebiet eignet sich eine Kajaktour besonders gut. Hier liegt eine der bekanntesten und am häufigsten besuchten Höhlen dieses Küstenstreifens, die Roca Foradada. Es handelt sich um ein zweifaches Beispiel für Erosion: Einerseits wirkten hier karstige Phänomene, später andererseits auch Meeres-Erosionen. Sie präsentiert sich in Form einer beeindruckenden Galerie mit 40 Meter Länge und 6 Meter Höhe. *Alternative Aktivitäten: Unterwassersport, Wandern und Fahrradtourismus.* *Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.*

13 GARROTXA-PLA DE L'ESTANY

Dieser Bereich ist ein Paradies für Baumliebhaber, sowohl am Ufer des Sees von Banyoles als auch in La Garrotxa, wo die Vulkanlandschaft zu Laubhölzern übergeht, die ebenfalls hübsche Exemplare von Mammutbäumen umfassen.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/garrotxa



13

© JOSÉ LUÍS RODRÍGUEZ

BLUMEN, DIE FASZINIEREN

Die Orographie, die Eigenschaften des Bodens und das Klima sorgen gemeinsam für eine vielseitige und oft üppige Vegetation in diesem Naturraum. Einer der natürlichen Schätze hier sind die Orchideen. In La Garrotxa trifft man auf mehr als 50 unterschiedliche Arten dieser spannenden und auffälligen Pflanzengruppen. In Begleitung eines erfahrenen Botanikers spaziert man von Wiese zu Wiese, um die schönsten Exemplare dieser faszinierenden Blume zu entdecken und all ihre Eigenschaften kennenzulernen. *Alternative Aktivitäten: Wandern, Ausritte und Fahrten mit dem Heißluftballon. Empfohlene Jahreszeit: Frühling.*

EXPLOSION VON FARBEN UND BEWEGUNG

Der Naturpark des Vulkangebiets La Garrotxa ist ein beliebter Ort aufgrund der vielen Schmetterlings-

arten, die wegen der großen Vielfalt der Flora dort zu Hause sind. Durch diese Aktivität lernt man diese Art Wirbellose kennen, die im Frühling auftauchen und für eine wahre Explosion an Farben und Bewegungen sorgen. *Alternative Aktivitäten: Wandern, Ausritte und Fahrten mit dem Heißluftballon. Empfohlene Jahreszeit: Frühling und Sommer.*

14 VALL DE NÚRIA-VALLTER -CAPÇALERES DEL TER I EL FRESER

Im Winter ist es möglich, dieses Gebiet auf Schneeschuhen zu durchwandern und die verschiedenen Baumarten der Gebirgsregion zu betrachten, die die reiche biologische Vielfalt dieser Gegend ausmachen. So kann man im Naturpark von Capçaleres del Ter i el Freser das reiche Naturerbe dieser Region im Mittel- und Hochgebirge kennenlernen und erkunden.

valldenuria.cat, vallter2000.cat und parcsnaturals.gencat.cat/ca/ter-freser

15 VAL D'ARAN

Für Liebhaber der Botanik ist das Val d'Aran ein echtes Paradies, in dem es einige der schönsten Gebirgsblumen gibt, die außerdem noch schwierig zu finden sind. visitvaldaran.com

16 NATIONALPARK AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI

Hier kann man die große Zahl der Gletscherfelder bzw. Kreise erkunden, die es im Nationalpark gibt und im Winter durch die verschneiten Wälder spazieren oder die Murmeltiere beobachten.

parcsnaturals.gencat.cat/ca/aiguestortes

13. ORCHIDEE
IM NATURPARK LA
GARROTXA-PLA
DE L'ESTANY.

DIE VULKANE VON LA GARROTXA

Im Naturschutzpark Zona Volcànica de la Garrotxa befindet sich das schönste Beispiel für eine Vulkanlandschaft auf der iberischen Halbinsel mit fast 40 Kratern. Einer der bekanntesten Vulkane ist der Croscat, dessen letzter Ausbruch 11.500 Jahre zurückliegt. Es ist praktisch das gleiche Datum der letzten bekannten Aktivität des anderen der berühmtesten Vulkane der Region, des Santa Margarida, der einen Krater mit 2.000 Meter Breite besitzt und an dessen Grund sich die romanische Wallfahrtskapelle gleichen Namens befindet.

i Weitere Informationen unter <http://parcsnaturals.gencat.cat/ca/garrotxa>





17

© SERVICIOS EDITORIALES GEORAMA



22

© JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ



17. EIN HAUS IN
ALT PIRINEU.
22. GEIER IM
NATURPARK
ELS PORTS.

WILDES LEBEN IN DIREKTEM KONTAKT

parcsnaturals.gencat.cat

Der Nationalpark Aigüestortes ist einer der besten Orte, um die wilde Fauna in ihrem natürlichen Habitat zu beobachten. Dies gilt vor allem für große Säugetiere wie die Gämse, das Reh, den Hirsch und das Damwild (auf Katalanisch daina). An dieser Aktivität kann man das ganze Jahr teilnehmen, die beste Zeit, um sie zu sehen, ist jedoch bei Sonnenauf- und Sonnenuntergang. Man muss ein Fernglas mitbringen, damit man diese Tiere besser sehen kann: Sie sind eher scheu. Die empfohlene Jahreszeit, um dem Brüllen der Hirsch zu lauschen, ist September und Oktober während der Brunftzeit.

Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.

IN ALLEN FARBEN

Aigüestortes besticht nicht nur durch majestätische Berggipfel, Seen, Täler und unendliche Wasserläufe. Auf den niedrigsten Erhebungen des Parks in ungefähr 1.800 Meter Höhe finden sich in diesem Naturraum prachtvolle Wälder mit Laubhölzern, die vorwiegend aus Eichen und Buchen bestehen. Der Farbwechsel der Bäume im Herbst oder die Farbexplosion, die im Frühling stattfindet, stellen ein beeindruckendes und visuell einzigartiges Naturspektakel dar, das man während eines Spaziergangs oder beim Wandern genießen kann. Es gibt ein breites Angebot an Aktivitä-

ten, die man auf der Webseite des Parks nachlesen kann.

17 VALLS DE L'ALT PIRINEU

Hier kann man die Spuren und Fährten des Braunbären entdecken, aasfressende Raubvögel wie den Bartgeier oder den Schmutzgeier, von denen es in dieser Gegend zwei Paare gibt, beobachten.

parcsnaturals.gencat.cat/ca/alt-pirineu

DER KÖNIG DER BRAUNBÄREN

In den Wäldern der Pyrenäen Kataloniens lebt der Braunbär, eine Spezies, die in der zweiten Hälfte der neunziger Jahre des vergangenen Jahrhunderts wieder eingeführt wurde, nachdem sie ausgestorben war. Ein Teil der aktuellen Population lebt im Naturpark von Alt Pirineu. Im Rahmen dieser Aktivität ist es möglich, die Spuren und andere Hinweise auf dieses große Säugetier zu entdecken. Es ist eine der am wenigsten beobachteten Arten aufgrund des scheuen Charakters und des Lebensraum in oft schwer zugänglichen Orten.

DAS LEBEN IN DEN BERGEN

Die *bordes* sind Elemente des baulichen Erbes im Naturpark und man beziffert ihre Zahl mit mindestens 400. Diese Aktivität ermöglicht das Erkunden dieser Bauwerke, die einerseits als Refugium für die Tierhaltung und die Lagerung von

Kräutern bzw. Gräsern und Stroh dienen, andererseits aber auch als Wohnraum genutzt werden. In der Tat leben einige Personen lange Zeit in den *bordes*, was den Anforderungen der Tierhaltung geschuldet ist. Sie befinden sich im Privatbesitz und sind kleine architektonische Perlen, die es wert sind, geschützt zu werden. *Alternative Aktivitäten: Bergsteigen, Nordic Walking, Radsport im Gebirge, Schneeschuhwandern, Ski Nordisch, Tourenski und Hundeschlittschuhfahren.*

18 MONTSEC- CONCA DE TREMP

Dieser Naturraum, der ein ausgezeichnetes Ziel für astronomisch interessierte Touristen ist, zeichnet sich ebenfalls durch seine wichtigen und interessanten geologischen Bereiche aus.

catalunya.com/espai-dinteres-natural-serra-del-montsec-17-17001-15

19 SERRAS DER PYRENÄEN

Neben dem Nationalreservat von Caza de Boumort, das durch das natürliche Spektakel der Hirschbrunft besticht, liegen hier ebenfalls der interessante Naturraum Collegats-Queralt, das Vall Alta de Serradell-Terreta-Serra de Sant Gervàs und die Serra von Prada-Castellàs.

catalunya.com/reserva-nacional-de-caca-de-boumort-17-17001-1

ajuntamentdetremp.cat/ca/viure-a-tremp/recursos-naturals



19

© JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ

20 PYRENÄEN

Der interessante Naturraum Serres d'Odèn-Port del Comte i la montaña de Alinyà ist einer der wenigen Orte, an denen man ganz leicht die vier Geierarten beobachten kann, die es in Europa gibt: Gänsegeier, Mönchsgeier, Bartgeier und Schmutzgeier.

catalunya.com/espai-natural-protegit-de-les-serres-doden-port-del-comte-17-17001-17

21 NATURRÄUME VON PONENT

In diesem Habitat kann man für die Steppenregionen typische Vogelarten beobachten und im Frühling das farbenfrohe Mosaik der bunten Blumen bewundern.

espaisnaturalsdeponent.cat

STEPHENARTIGE HABITATE

Dieser Naturraum mit seinem steppenartigen Ambiente bietet eine

gute Gelegenheit, um für dieses Ökosystem typische Vogelarten zu beobachten. Neben den Blauracken ermöglicht diese Aktivität ebenfalls das Kennenlernen so interessanter Vögel wie der Zwergtrappe, dem Sandflughuhn und dem Spießflughuhn. Außerdem gibt es hier auch Greifvögel wie den Habichtsadler.

Empfohlene Jahreszeit: Frühling, Sommer und Herbst.

DIE BEDEUTUNG DER FLEDERMÄUSE

Trotz ihres Aussehens und den zahlreichen Legenden, die sich um sie ranken, sind die Fledermäuse wichtige Säugetiere für die Erhaltung des Gleichgewichts der Ökosysteme. In diesem Naturschutzgebiet gibt es diese fliegenden Säugetiere in großer Zahl, was als ein Indikator für die ökologische Qualität der Umwelt gilt. Nach einer theoretischen Einführung kann man diese Tiere aus der Nähe

beobachten und ihre Anwesenheit mit Hilfe von Ultraschall feststellen.

Empfohlene Jahreszeit: Winter, Frühlingsanfang und Herbstende.

22 ELS PORTS

Dieser Naturpark ist das Refugium der wilden Ziegen und beherbergt eine der südlichsten Buchenwälder Europas, außerdem gibt es hier eine große Vielfalt endemischer und geschützter botanischer Arten.

parcsnaturals.gencat.cat/ca/ports

MONUMENTALE GESCHICHTEN

In Els Ports gibt es eine der wichtigsten Gruppen Mammutbäume in unserem Land. Es sind die Vorfahren der Kiefern, Steineichen, Eichen, Buchen, Eiben, Olivenbäumen... Neben ihrer außergewöhnlichen Größe verbergen sie markante Geschichten, die ihr Überleben erklären und durch die sie sich Respekt,

19. NATIONAL RESERVAT VON CAZA DE BOUMORT.

NATURPARK DELS PORTS

Der Naturpark del Ports beherbergt eine der bedeutendsten Populationen wilder Ziegen weltweit. Dieses für den Park typische Säugetier war bereits vom Aussterben bedroht. In den siebziger Jahren zählte man kaum zwanzig Exemplare. Aufgrund der Schutzrichtlinien und der Abwesenheit von Raubtieren hat sich die Zahl der Exemplare in den letzten Jahren beträchtlich erhöht und sich so gut entwickelt, dass die aktuelle Zählung mehr als 4.000 Exemplare ergab. Aus diesem Grund wird selektiv gejagt, um die Bevölkerungszahl dieser Art zu kontrollieren.

i Weitere Informationen unter http://parcsnaturals.gencat.cat/ca/ports/visiteu-nos/arees_dinteres



© JOAN REVILLAS. GZ



© JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ

23. ANBAU
VON REIS UND
WEICHTIEREN IM
EBRODELTA.

Bewunderung und Wertschätzung der Einwohner des Gebiets verdienen. *Alternative Aktivitäten: Wandern und Fahrradtourismus. Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.*

DER KÖNIG DER GREIFVÖGEL

Die großen Raubvögel sind in Els Ports recht zahlreich. Das Habitat und die Zufluchtsorte, in denen der Geier, der Königsadler und der Habichtsadler, der Habicht, der Wanderfalke, der Uhu, der Schlangennadler, der Zwergadler, der Schmutzgeier und bald auch der Bartgeier, der 2017 im südlichen Bereich des Parks ausgewildert wurde, leben und nisten sind bekannt.

Empfohlene Jahreszeit: Frühlingsende, Sommer und Herbstanfang.

23 EBRO-DELTA

Hier gibt es eine große Vielfalt an Habitaten, die man zu Fuß oder mit dem Rad durchqueren kann: Lagunen, Buchten,

Strände und Dünen, Salinen und salzhaltige Umgebungen, Flüsse, Gärten oder Reisfelder, die eine faszinierende Flora und Fauna beherbergen.

parcsnaturals.gencat.cat/ca/delta-ebre

INMITTEN VON MUSCHELN SCHWIMMEN

Die Muscheln aus dem Ebrodelta gelten als eine der besten Sorten der Welt. Tatsächlich wachsen sie in Aufzuchten, die man Muschelbänke oder Flösse nennt. Verschiedene Unternehmen bieten Touren über das Meer bis zu diesen Punkten an, an denen Einrichtungen für die Verkostung geschaffen wurden. Dieser Ausflug ermöglicht es außerdem, sich bei einem Bad zu erfrischen und die beeindruckende Landschaft der Bucht von Fangar zu genießen.

Alternative Aktivitäten: Wandern, Fahrradtourismus, Ausflüge mit dem Boot und dem Kanu und Ausritte zu Pferd. Empfohlene Jahreszeit: Juni und Juli.

URALTE LANDWIRTSCHAFT

Der Reisanbau und das Ebrodelta sind eng miteinander verbunden. Jedes Jahr wird im Juni die Anpflanzung des Reis gefeiert, an der Besucher aktiv teilnehmen können und so lernen, wie man einst die Reisfelder bestellte. Im Oktober lernt man während des Erntefests, wie man die Reispflanze mit Sichelschlägen erntet und wie die Garben vom abgeernteten Feld bis zu

dem Ort gebracht werden, an dem sie gedroschen und das Korn entnommen wird. *Alternative Aktivitäten: Wandern, Fahrradtourismus, Ausflüge mit dem Boot und dem Kanu und Ausritte zu Pferd. Empfohlene Jahreszeit: Juni und Juli.*

24 PRIORAT-MONTSANT

Unter den Höhepunkten hier sticht eine Aktivität heraus: Hier kann man die Stille und Spiritualität genießen, die einem die spektakulären Landschaften bieten.

parcsnaturals.gencat.cat/ca/serra-montsant

EIN EINZIGARTIGER HIMMEL

Der Naturpark Serra de Montsant, der im Inland der Cos liegt, bietet ausgezeichnete Bedingungen für das Beobachten des Nachthimmels: Hier gibt es nämlich keine Lichtverschmutzung. Im Rahmen dieser Aktivität lernt man die verschiedenen Sterne, Planeten und Konstellationen zu erkennen und erfährt mehr über die damit verbundene Mythologie wie auch über einige seltene Phänomene, zum Beispiel den Sternenregen.

Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.

EIGENWILLIGE GEOLOGIE

In der Serra de Montsant und aufgrund der außergewöhnlichen landschaftlichen Bedingungen, die von Felsformationen und Vorsprüngen geprägt sind, haben sich eigenwillige geologische Formen wie zum Beispiel Höhlen, Schachthöhlen

© JOAN PUIG. GZ



23



oder überraschend erhabene Schluchten mit einem uralten Wesen herausgebildet. Durch die Lage in Gegenden mit einer sehr schönen Natur wird die Erkundungstour zu einer einzigen Überraschung.
Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.

25 BERGE VON PRADES-POBLET

Es ist eine unvergessliche Erfahrung, wenn man die unterschiedlichen Wälder entdeckt, die in dieser Gegend wachsen oder das farbliche Mosaik beobachtet, das die Bäume im Herbst bilden.
parcsnaturals.gencat.cat/ca/poblet

TRÜFFEL UND WEIN

Neben den Bergen von Prades befindet sich diese Naturlandschaft, ein ausgezeichnetes Ziel für die Identifikation und das Studium der Pilze und Schimmelpilze, unter denen besonders der Trüffel hervorsticht. In Begleitung eines Experten kann man entdecken, wo sich diese ausgezeichnete Variante verbirgt. Diese Aktivität ist mit einer Weinverkostung kombiniert, da es sich um ein typisches Produkt dieser Gegend handelt. *Alternative Aktivitäten: Fahrradtouren und Bergüberquerungen.*
Empfohlene Jahreszeit: Winter.

REICHLICH VORHANDENE QUELLEN

Die geologischen Eigenschaften dieses Naturraums begünstigen die

Existenz zahlreicher Quellen. Dieser Rundgang ermöglicht uns das Kennenlernen dieser natürlichen Vorkommen. Eine erste Gruppe Quellen befindet sich im höher gelegenen Teil, d.h. genau dort, wo der Kontakt zwischen dem Kalkstein und den tonhaltigen Felsen ist. Eine zweite Gruppe von Quellen befindet sich im niedrigsten Teil der Gegend neben dem Falla de Poblet: Der Schiefer hält das eingedrungene Wasser zusammen mit den Sedimenten der Ebene zurück, wo das Wasser gespeichert wird, das aus dem Massiv stammt.
Empfohlene Jahreszeit: Ganzjährig.

26 LANDSCHAFT MIT TAUSENDJÄHRIGEN OLIVENBÄUMEN

Die Secanos del Montsià zwischen der Ebene von La Galera und der Serra de Godall in der Grenzzone mit der Comunitat Valenciana beherbergen die älteste und umfangreichste Gruppe von tausendjährigen Olivenbäumen auf der Iberischen Halbinsel.

turismeuldecona.com/oliveres-mil-lenaries/

27 SERRA DE LLABERIA-TIVISSA-VANDELLÓS-CARDÓ

Auf Schusters Rappen, mit dem Drahtesel oder zu Pferd kann man die spektakulären Erhebungen dieser Serra voller Felsen, Schachthöhlen und

Grotten genießen.

catalunya.com/espai-natural-protegit-de-la-serra-de-llaberia-17-17001-20

28 VALL DEL GAIÀ

Eine Flussgegend um den Fluss Gaià an der Costa Daurada: Hier kann man den Wald am Fluss kennenzulernen, in dem es verschiedene Routen gibt.

terresdelgaia.org

29 RIBERES DE L'EBRE

Fahrten mit dem Boot oder dem Kanu sind die beste Möglichkeit, die Umgebung des Flusses Ebro zu erkunden, in der ebenfalls das Naturschutzgebiet Sebes i Meandre de Flix liegt.

reservanaturalsebes.org

30 KÜSTENGEBIETE-COSTA SUR

Eine Bootstour an der Küste zwischen Torredembarra bis Ametlla de Mar ermöglicht es, die Strände, Buchten und Unterwasserwelten zu genießen.

turismetorredembarra.cat und ametllamar.cat ♡

24. SERRA DEL MONTSANT.



VOGELWARTE
IM DELTA DEL
LLOBREGAT.

BROSCHÜRE FÜR DEN GUTEN ÖKO- TOURISTEN

Um die Naturräume auf die von uns angebotene Art und Weise genießen zu können und zu ihrem Erhalt und der nachhaltigen Pflege des Gebiets beizutragen, ist das Befolgen einiger grundsätzlicher Ratschläge unerlässlich.

GUTE KENNNTNISSE DER NATUR

Bevor Sie an Ihrem Ziel ankommen, informieren Sie sich über die hübsche Natur, die Routen, Angebote für geführte Touren... Wenn Sie Tiere beobachten möchten, identifizieren Sie die dafür besten Orte und Zeiten.

AUSWÄHLEN ZERTIFIZIERTER UNTERNEHMEN

Wählen Sie Unterkünfte mit Ökosiegeln wie dem Garantiezeichen für Umweltqualität aus und buchen Sie bei Service-Unternehmen mit Umweltkontrollsystemen oder bei denjenigen, die mit der Europäischen Charta für nachhaltigen Tourismus zertifiziert sind.

MITNAHME VON GEEIGNETEM MATERIAL

Beobachten Sie Tiere mit Ferngläsern und Geduld. Die Naturführer unterstützen Sie bei der Identifizierung der Arten und mit Hilfe von Karten und GPS verlieren Sie sie nicht. Tragen Sie geeignetes Schuhwerk und bequeme Kleidung in diskreten Farben und bringen Sie eine Kamera mit.

UMWELTBEWUSSTER TRANSPORT

Wenn die Möglichkeit besteht, nutzen Sie öffentliche Verkehrsmittel und versuchen Sie, sich zu Fuß, mit dem Rad oder zu Pferd fortzubewegen. Wenn es nicht anders geht,

nutzen Sie das Auto und gleichen Sie Ihre CO²-Emission aus.

RESPEKTVOLLES VERHALTEN

Wenn Sie Tiere sehen, bewahren Sie Ruhe. Wenn es Jungtiere sind, berühren und stören Sie sie nicht. Nehmen Sie ebenfalls keine Blumen und Steine mit. Informieren Sie sich über die Regeln jedes Schutzgebiets und halten Sie sie ein.

BESUCHEN DER BESUCHERZENTREN

Viele Naturschutzgebiete verfügen über Besucherzentren. Es gibt interessante Ausstellungen und Sie können sich über Aktivitäten, Führungen, Routen und Aussichtspunkte für ein noch besseres Erlebnis informieren.

LOKAL EINKAUFEN

Nutzen Sie Produkte, die in den Orten hergestellt wurden, die Sie besuchen und buchen Sie Dienstleistungen, die von örtlichen Unternehmen angeboten werden. So fördern Sie die Wirtschaft vor Ort und verringern den Einfluss der Warentransporte.

HELFE, UM ZU BEWAHREN

Informieren Sie sich über die Projekte oder nicht gewinnbringende Einrichtungen, die helfen, den Naturraum zu bewahren, den Sie besucht haben. Wenn Sie es können, tragen Sie auf egal welche Weise dazu bei. ♻️



BEOBACHTEN VON
TIEREN MIT FERNGLÄSERN
IM PARK DES
EBRODELTA.



GEEIGNETE AUSRÜSTUNG
UND BEGLEITUNG DURCH
FÜHRER SIND WICHTIG.

© LLUÍS CARRO



ZU PFERD DURCH DEN
NATURPARK DER
SERRA DEL MONTSANT.

© DANIEL JULIÁN

ANGESCHLOSSENE UNTERNEHMEN

Eine Liste von Unternehmen mit Produkten & Serviceleistungen speziell für in der Natur aktive Menschen.

 **Erlebnisse**

 **Unterkünfte**

 **Fahrradtourismus**

 **Aktivtourismus**

 **Wandern**

Barcelona Barcelona



Iberia Sports

Topazi, 31
618 590 875
www.iberiasports.com

Lapica Cycling

Marquès de Sentmenat, 73
932 053 667
www.lapicacycling.com

Obrint Via

Girona, 53
932 506 352
www.obrintvia.cat

Costa Brava

Aiguaviva



Vies Braves

www.viesbraves.com

Castell-Platja d'Aro



H Top Platja Park

HG-002169
Avinguda Estrasburg, 10
937 664 420
www.htophotels.com

Htop Caleta Palace

HG-002437
Avda. Cavall Bernat, 122
937 664 420
www.htophotels.com

El Port de la Selva



Club Nàutic Port de la Selva

Lloia, s/n
972 387 000
www.cnps.cat

Girona

www.girona.cat/turisme



Hotel Carlemany Girona

HG-002191-71
Plaça Miquel Santalo, 1
972 211 212
www.hotelcarlemany.com

Hotel Ciutat de Girona

HG-002387
Nord, 2
972 483 038
www.hotelciutatdegirona.com

Hotel Gran Ultonia

HG002402
Avinguda Jaume I, 22
972 203 850
www.hotelsultoniagirona.com

Hotel Ibis Girona Costa Brava

HG-002401
Francesc Ferrer, 18
34972391538
www.ibis.com

Melià Girona

HG-002144
Barcelona, 112
972 400 500
www.meliagirona.com

Novara Hotels 3

Carrer Nou 3
972203800
www.novarahotels.com



Vies Verdes

Emili Grahit, 13
972 486 950
www.viesverdes.cat

Cicloturisme

GMCD-000547
Santa eugenia, 11
972 221 047
www.cicloturisme.com

La Bisbal d'Empordà



Camí de Ronda®

GC003999
C/ Prat de la Riba, 43
972 109 358
www.camideronda.com

La Jonquera



Camí Ignasià a Catalunya

www.catalunya.com/
cami-ignasia-24-1-489213

Lloret de Mar



Aparthotel Costa Encantada

HG002291
Camí de Sta Cristina, s/n
972364858
www.marsolhotels.com

Evenia Olympic Suites

HG002296
Senyora de Rossell, 25
972361500
es.eveniahotels.com/olympic-suites

Gran Hotel Monterrey

HG-00091
Avinguda de Tossa, 27
972 346 054
www.granhotelmonterrey.com

Guitart Gold Central Park

HG002330
Carrer Constantí Ribalaigua, 7
972 347 000
www.guitarthotels.com

Hotel Anabel

HG00179113
Carrer Felicià Serra, 10
972 366 200
www.hotelanabel.com

Hotel Delamar

Just Marfés, 21-23
972 365 188
www.hoteldelamarlloret.com

Hotel Fenals Garden

HG-001880
Avda. Vila de Blanes, 121
972 361 000
www.fenalsgarden.com

Hotel i Apartaments Xaine

HG001143-20
Llorer, 16
972 364 250
www.xaine.com

Hotel Maria del Mar

HG-001464
Carrer Ponent, 11
972 36 44 37
www.hotelmariadelmar.net

Hotel Rosamar Spa - Rosamar

HG-000086
Avinguda Pau Casals
972 364 422
www.rosamarhotels.com

Hotel Samba

HG00607
Francesc Cambó, 10
972 365 650
www.sambahotels.com

Htop Royal Star

HG-001795
Ctra. de Blanes a Lloret
972 365 512
www.htophotels.com/royalstar

TRAVELTEC

GC000001204
Avinguda les alegries, 14
972 363 111
www.traveltec.info



Evenia travel services

GCMD-403
Senyora de Rossell, 33
972364781
www.evenia.travel

Madremanya



Can Bassa i HappybikesGirona

HUTG- 008438/39/40/41/42
Avinguda Gavres, 10
648 100 001
www.canbassa.com

Tossa de Mar



Premier Gran Hotel Reymar & Spa

HG-000174
Platja Mar Menuda
972 340 312
www.hotelreymartossa.com

Costa Daurada

Cambrils

www.cambrils-turisme.com



Aparthotel Olimar II

HT-000734-86
Carrer San pere, 19
977 795 566
www.gruparbo.com

Estival Centurion

HT 000470
Av. Diputació, 70
977 361 450
www.centurinplaya.com

H10 Cambrils Playa

HT-000651
Avda. Diputació, 77
977 364 412
www.h10hotels.com

Hotel Best Maritim

HT000608
Av. Diputació, 172
977 385 596
www.besthotels.es

Estival El Dorado Resort

HT000723
Doppler, 2
977361190
www.doradoplaya.com

Hotel Tryp Port Cambrils

HT00076254
Rambla Regueral, 11
34977358600
www.melia.com

Monica Hotel

HT-000441
Galcerán Marquet, 1
977 791 000
www.hotelmonica.com



Mariné bicicletas

Passeig La Salle, 15
977 361 739
marinebicicletas.cat

Rodabike Cambrils

Pau Casals, 59
665 035 808
rodabikecambrils.com

L'Ametlla de Mar



Ametlla Diving

President Lluís Companys, 44
677669132
www.ametlladiving.com

Calafat

Port Calafat, urb. Calafat, 1
977 486 184
www.portcalafat.com

Club Nautic l'Ametlla de Mar

Moll de Ponent, s/n
977 457 240
www.cnametllamar.com

Plàncton Diving

Número Vint-i-Tres, 284
977 457 741
www.planctondiving.cat

L'Argentera



Mediterranea Cycling Tours

GC-3671
Deumera, 12
673 519 559
mediterraniacyclingtours.com

Montblanc



La Ruta del Cister

www.larutadelcister.info

Montbrió del Camp



Hotel Termes Montbrió

HT-00719
Nou, 38
977 814 000
www.termesmontbrio.com

Riudoms



Cycling Costa Daurada AVT
GC003857
Enric Castro Casanova 41
685 922 010
www.cyclingcostadaurada.com

Salou



Cambrils Park Resort
HT000875
Prolongació Carrer E
977 351 031
www.cambrilspark.es

H10 Vintage Salou

HT-000460
Birmingham, 3
977 381 400
www.h10hotels.com

Hotel Calypso

HT-000626
Carrer Pompeu Fabra, 54-62
977 384 613
www.medplaya.com

Regente Aragon

HT000682
Llevant, 5
977 352 002
www.hotelregente-aragon.com



Viajes Velero

GC 712
Barcelona, 61
977 383 000
www.veleroincoming.com

Tarragona



Cycling no Limit Travel
GC4971
Moll de Lleida -Bloc 2
977 110 420
www.cyclingnolimittravel.com

Costa Barcelona

Calella
www.calella.cat



H Top Amaika

HB-002757
Diputació, 2
937 664 420
www.htophotels.com

Hotel Bernat II

HB-003887
Avinguda del Turisme 42-44,
937665960
www.hotelbernati.com

Hotel GHT Balmes

HB-000208-65
Balmes, 123
937 691 694
www.ghthotels.com

Hotel Kaktus Playa

HB-002952

Carrer Gaudi, 9
937 660 728
www.hotelkaktusplaya.es

Hotel Neptuno

HB-00310
Sant Josep, 84
937 690 311
www.hotelneptuno.com

Hotel Santa Monica

HB1703
Turismo, 72 - 78
937 691 519
www.medplaya.com

Hotel Volga

HB-003276
Jovara, 350
937 691 800
www.hotelvolga.es

HTop Calella Palace

HB-003303
Maria Cardona, s/n
937 664 420
www.htophotels.com

Miami Park

HB-003886-17
Monturiol, 34
937 660 778
www.aparthotelmiamipark.com



Olebike

GCMD-000296
Sant Josep 74
937691231
www.olebike.com

Castelldefels



Canal Olímpic de Catalunya

Av. Canal olímpic, 2
936 362 896
www.canalolimpic.cat

Malgrat de Mar



Aqua Hotel Silhouette

HB004015
Roger de Flor, s/n
937 654 118
www.aquahotel.com

Molins de Rei



Rutes Pirineus

Onze de setembre, 22
686 064 736
www.rutespirineus.cat

Pineda de Mar



Aqua Hotel Promenade

HB003977
Passeig Marítim, 7
937 670 003
www.aquahotel.com

Sant Just Desvern



Spinatura Masia Can Coscoll

Carretera Plana Padrosa, s/n
661 768 091
www.spinatura.com

Santa Susanna

statusanna-barcelona.com



Aqua Hotel Aquamarina

HB003862
Avinguda del Mar, 16
937 678 060
www.aquahotel.com

Aqua Hotel Montagut

HB004023
Torrent de Can Gelat, s/n
937 679 128
www.aquahotel.com

Aqua Hotel Onabrava

HB-004093
Avinguda del Mar, 6
937 678 370
www.aquahotel.com

Hotel Florida Park

HB-003845
Avda. del mar, 17
937 678 090
www.hotelfloridapark.es

HTOP Royal Sun

HB-003953
Avda. Els pins, s/n
937 678 132
www.htophotels.com

Htop Royal Sun suites

HB-004034
Marina, 1
937 664 420
www.htophotels.com

Paisatges Barcelona

Manresa



Camí de Sant Jaume a Catalunya

www.camidesantjaume.cat

Òdena



Globus Kon-Tiki

Aeròdrom Igualada-
Odena Vives, s/n
935 156 060
www.globuskontiki.com

Pirineus

Berga



Pedratour

GC-4184
Ciutat, 31
938 215 111
www.pedratour.com



Aràneu

Major Esterri d'Àneu
973 626 572
www.araneu.com

La Seu d'Urgell



Parc olímpic del Segre

Ctra. Circumvallació, s/n
973 360 092
www.parcolimpic.cat

Llavorsí



Rafting Llavorsí

Camí de riberies, s/n
973 62 21 58
http://raftingllavorsi.cat

Pardines



A Pas d'Isard

Ctra. de Ribes, 5
628 088 112
www.apasdisard.com

Prullans



Cerdanya Ecoresort

HL-00032
Puig, 4
973 510 260
www.prullans.net

Discover Pyrenees

GC2695
Puig, 13
973 510 965
www.discoverpyrenees.com

Sant Llorenç de Morunys



Associació de Turisme de la Vall de Lord

www.lavalldelord.com

Sort



Alberg Escola de Piragüisme de Sort

Ctra. N-260, Km 281
973 620 775
www.epsort.com

Outdoor Adventour

GC3982
Plaça Caterina Albert, local 2
973 045 887
www.outdooradventour.com

Paddleinspain.com

GC003927
Cami Cabanera, s/n
682 173 225
www.paddleinspain.com

Sort turisme

www.sortturisme.com

Vall de Boí



Patronat de la Vall de Boí

www.vallboi.cat

Terres de l'Ebre

Amposta



Hotel Restaurant l'Algadir del Delta

HTE-000835
Ronda dels Pins, 27-29
977 744 559
www.hotelalgadirdelta.com

Arnes



Camping Els Ports

KT00121
Ctra. T-330 Km12 d'arnes
a horta de sant joan, s/n
977 435 560
www.camping-elsports.com

Vall d'Aran

Vielha e Mijaran



Kabi by Edurne Pasaban

CIE2304-1133
Avda. Pass d'Arro, 40
973 640 471
www.kabi-travels.com

NAUT VIAJES - ARANexperience

GCMD000177
Avda. Pas d'Arro, 11
973 640 087
www.aranexperience.com

Touristeninformation

Patronat de Turisme

Costa Brava Girona
www.costabrava.org

Diputació de Barcelona

diba.cat/turisme

Patronat de Turisme

Costa Daurada
www.costadaurada.info

Patronat de Turisme

Diputació de Lleida
www.aralleida.cat

Mont-roig del Camp -

Miami Platja
www.mont-roigmiami.cat

Xarxa Nacional d'Albergs Socials de Catalunya - Xanascat

Calabria, 147. Barcelona
934 838 363
www.xanascat.cat

* Katalanisches Tourismusregister (RTC)

Alle Einrichtungen sind
vom Katalanischen Tourismusbüro zertifiziert.

WEITERE INFORMATIONEN

Stellen für Tourismusförderung

Patronat de Turisme de la Diputació de Tarragona

www.costadaurada.info, www.terresdelebre.travel

Patronat de Turisme Costa Brava - Girona

www.costabrava.org

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida

www.aralleida.cat

Oficina de Promoció Turística de la Diputació de Barcelona

www.barcelonaesmoltmes.cat

Turisme de Barcelona

www.barcelonaturisme.com

Weitere Informationen über Katalonien

www.catalunya.com



www.facebook.com/catalunyaexperience
[@catexperience](https://www.facebook.com/catexperience)



www.twitter.com/catexperience
[@catalunyaexperience](https://twitter.com/catalunyaexperience)



www.instagram.com/catalunyaexperience



www.youtube.com/user/CatalunyaExperience



<https://plus.google.com/+Catalunyaexperience1>

Ask the office:

www.facebook.com/catalunyaexperience/

app_431056236953440

Palau Robert - Centre d'Informació de Turisme de Catalunya

Passeig de Gràcia, 107. 08008 Barcelona

+ 34 93 238 80 91 / 92 / 93

Fax + 34 93 292 12 70 / +34 93 238 40 10

www.gencat.cat/palaurobert

Öffnungszeiten: von Montag bis Samstag von 12:00 bis 20:00 Uhr;

Sonntag und Feiertage von 10:00 bis 14:30 Uhr

Touristeninformation

012 innerhalb Kataloniens

902 400 012 von außerhalb Kataloniens

+34 902 400 012 von außerhalb Spaniens

Bild auf der Titelseite:
© Infotur

Herausgeber © Catalan Tourist Board. Passeig de Gràcia, 105, 3. Stock. 08008 Barcelona ©

D.L. B 24928-2017. Herausgeber: Ediciones Reunidas S.A. www.grupozeta.es.

Ohne schriftliche Genehmigung durch den Inhaber des Urheberrechts ist es, unter Androhung der durch das Gesetz festgelegten Strafen, verboten, dieses Werk ganz oder in Teilen zu reproduzieren, einschließlich der Vervielfältigung und elektronischen Verarbeitung, sowie die Exemplare mittels Verleih oder öffentlicher Leihgaben zu verteilen.



JETZT BUCHEN
UND KATALONIEN
ERLEBEN

Partners



FCBARCELONA
més que un club



vueling



www.catalunya.com



Generalitat de Catalunya
Regierung von Katalonien
Katalonien Tourismus

