



Cales i camins de Ronda

Cales i Camins de Ronda

- OFICINES DE TURISME / OFFICES DU TOURISME**
- PALAMOS**
 Av. Orde de s'Armenar, 5
 17200 Palamos
 Tèl. 972 60 05 09 / 972 60 05 00
 info@palamos.cat
 www.palamos.cat
- PALS**
 Edifici Torre Maria
 17200 Pals
 Tèl. 972 63 83 78 / 972 66 78 57
 info@pals.es
 www.pals.es
- SAINT FELIU DE GUIXOLS**
 Plaça del Mercat, 28 (Casa Garbí)
 17200 Sant Feliu de Guixols
 Tèl. 972 66 11 14
 turism@sainguil.com
- CASTELL-PLATJA D'ARO**
 C. Sants, 4
 17200 Platja d'Aro
 Tèl. 972 83 92 93
- LA BISBAL D'EMPORDÀ**
 C. Aguilera, 11
 17100 La Bisbal d'Empordà
 Tèl. 972 82 28 28
- LA BISBAL D'EMPORDÀ**
 C. Tàngols, 12
 17100 LA BISBAL D'EMPORDÀ
 Tèl. 972 84 23 10
 www.visitlaemporda.com
- CONSELL COMARCAL DAIX EMPORDÀ**
 C. Tàngols, 12
 17100 LA BISBAL D'EMPORDÀ
 Tèl. 972 84 23 10
 www.visitlaemporda.com
- CATALUNYA**
- Costa Brava**
- UNO EUROPEA**
- Grup de Serveis de Catalunya**

INFO PICTOS

	LLARGADA LONGUEUR		AMPLADA LANGUEUR
	FINA FINE		GRANULADA GRANULÉ
	CÒDOLS CAILLOUX		ROQUES ROCHES
	NATURAL NATUREL		URBÀ URBAIN
	A PEU À PIED		EN COTXE EN VOITURE
	EN BARCA EN BATEAU		SOCORRISME SOCORRISME
	NUCLI + PROPER VILLAGE + PROCHAINE		DUTXES DOUCHES
	RAMPA X DISCAPACITATS RAMPA X HANDICAPÉS		WC
	NUDISTA NUDISTE		ACTIVITATS AQUÀTIQUES ACTIVITATS AQUÀTIQUES

Platges, cales i camins de ronda

Si hi ha una singularitat especial a l'Empordà són els seus camins de ronda. Es tracta de camins que voregen la costa i que han tingut diferents usos al llarg de la història: accedir a les cales en cas de naufragi, vigilar l'horitzó per evitar atacs pirates i fins i tot per al contraban en temps de la postguerra. Actualment s'hi pot passejar i gaudir, amb tranquil·litat, del paisatge costaner, i accedir a les cales amagades on temps enrere s'hi esdevenien altres fets quotidians.

Altres platges de la nostra costa, però, han estat equipades per millorar la comoditat dels banyistes: dutxes, bars, loguer de gandules i també per diversificar-ne les activitats s'hi han instal·lat xarxes de voleibol, de futbol... i pistes de petanca. A l'estiu les oficines de turisme organitzen un ventall d'activitats per a tota la família i especialment per als nens, tant a la platja com al poble.

Els camins de ronda segueixen majoritàriament els senders senyalitzats segons la normativa internacional que inclou els senders de gran recorregut –GR–, els petits recorreguts –PR– i els senders locals –SL–. No obstant això, les oficines de turisme del Baix Empordà disposen d'informació addicional i atendran amablement els seus dubtes i suggeriments.

Plages, criques et chemins de ronde

S'il y a une curiosité locale dans l'Empordà, ce sont ses chemins de ronde. Il s'agit de chemins qui longent la côte et dont l'usage a varié au cours des temps. Ils permettaient d'accéder aux nombreuses criques, pour se porter au secours de naufragés, ou de surveiller l'horizon pour parer à toute attaque de pirates, mais ils ont aussi servi à la contrebande, pendant l'après-guerre. Aujourd'hui, on peut s'y promener et goûter, dans le calme, au paysage de la côte, et accéder à de nombreuses criques isolées qui furent autrefois le théâtre d'une vie quotidienne aujourd'hui révolue.

D'autres plages de cette côte ont été équipées de douches, de buvettes et de postes de location de transats, pour contribuer au confort des baigneurs. L'offre d'activités s'étant diversifiée, on y trouvera notamment des filets de volley, des cages de foot ou même... des terrains de pétanque. L'été, sur les plages ou dans les villages de la côte, les offices de tourisme de la région organisent de nombreuses activités s'adressant à toute la famille, et en particulier aux enfants.

Les chemins de ronde suivent principalement les sentiers signalisés selon la réglementation internationale, qui inclut les sentiers de grande randonnée (GR), ceux de petite randonnée (PR) et les sentiers locaux (SL). Néanmoins, Les offices du tourisme du Baix Empordà disposent d'information supplémentaire et répondront aimablement à toutes questions et suggestions.

Platges i Cales | Plages et Criques

1 Cala Montgó
 430 m | 200 m | 1 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

2 Cala Ferriol
 150 m | 30-70 m | 6 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Pedrosa
 100 m | 10-50 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Calella
 80 m | 10-30 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

3 Platja del Racó
 300 m | 65m | 6 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Illa Roja
 80 m | 20 m | 4,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Sa Riera
 300 m | 65 m | 2 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

4 Aiguafreda
 25 m | 15m | 3,7 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Sa Tuna
 100 m | 35 m | 3,3 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja Fonda
 160 m | 35 m | 3,05 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala de ses Orats
 19,5 m | 12,5 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala d'En Maleret
 17 m | 13 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Port d'Esclanyà
 86,5 m | 17,5 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Aiguablava
 90 m | 45 m | 4,4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

5 Aigua Xelida
 46 m | 12 m | 1 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Aigua Dolça
 25 m | 12 m | 200 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja de Tamariu
 165 m | 35 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Els Liris
 45 m | 28 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Pedrosa
 20 m | 10 m | 1,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

El Cau
 55 m | 18 m | 2 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

6 Platja de Llafranc
 335 m | 30 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

El port de Malaespina
 47 m | 12 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Port Bo
 62 m | 17 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Port d'en Calau
 75 m | 17 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

La Platgeta
 30 m | 22 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

El Port Pelegrí
 82 m | 30 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Sant Roc o els Canyers
 30 m | 18 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

El Golfet
 74 m | 20 m | 400 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

7 El Crit
 150 m | 25 m | 5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Font Morisca
 50 m | 15 m | 4,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cap de Planes
 170 m | 30 m | 5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Roca Bona
 150 m | 30 m | 5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala d'En Remendón
 70 m | 30 m | 5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Estreta
 60 m | 15 m | 5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala dels Corbs
 50 m | 8 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Canyers
 60 m | 25 m | 3 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Sània
 60 m | 5 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala dels Capellans
 25 m | 5 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala de Sa Corbatera
 20 m | 5 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

8 Platja Castell
 300 m | 50 m | 4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala s'Alguer
 60 m | 8 m | 2 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

La Fosca
 490 m | 33 m | 1,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja de Sa Tamardia
 70 m | 10 m | 1,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

8 Cala Margarida
 90 m | 15 m | 1 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

9 Platja de Torre Valentina
 600 m | 70 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Racó de les Dones
 50 m | 10 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Racó dels Homes
 25 m | 10 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala dels Capellans
 15 m | 10 m | 132 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Roca dels Musclos
 25 m | 5 m | 265 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Gran
 35 m | 10 m | 400 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala de l'Embarcador
 38 m | 12 m | 530 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Rocosa
 15 m | 5 m | 650 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Roques Planes
 45 m | 15 m | 800 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala del Paller
 45 m | 15 m | 930 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala dels Esculls
 55 m | 10 m | 1,06 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala del Forn
 30 m | 15 m | 1,2 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja de Can Cristus
 180 m | 40 m | 1,3 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja Ses Torretes
 90 m | 40 m | 1,4 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

10 Cala Belladona
 100 m | 30 m | 1 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Comptat dels Canyers
 40 m | 8 m | 900 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala del Pi
 50 m | 12 m | 800 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Sa Cova
 50 m | 20 m | 300 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Rovira
 600 m | 40 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

11 Sa Conca
 500 m | 50 m | 2 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Pedrosa
 30 m | 6 m | 1,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Platja del Racó de S'Agaró
 80 m | 12 m | 500 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

12 Platja de Sant Pol
 700 m | 52 m | 0 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

La Caleta
 15 m | 5 m | 100 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Maset
 25 m | 15 m | 50 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala del Peix
 20 m | 10 m | 1,5 km
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cova dels Mussols
 30 m | 20 m | 300 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Ametller
 300 m | 100 m | 100 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

Cala Jonca
 35 m | 250 m | 50 m
 SORRA / SABLE ACCÉS / ACCES

*Els serveis a les platges i cales estan en funcionament només durant la temporada d'estiu.
 *Les services dans les plages et criques sont en fonctionnement seulement pendant la saison d'été



1 Cala Montgó a Punta Mià

En aquest itinerari des de Montgó fins a Punta Mià comencen els espadats del massís del Montgrí amb les seves cales, coves i sortints. Els penya-segats arriben a tenir una alçada de 100 metres.

Dans cet itinéraire de Montgó à Punta Mià, commençent les espadats del massís del Montgrí amb les seves cales, coves i sortints. Els penya-segats arriben a tenir una alçada de 100 metres.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Mirador de Punta Mià

1.748 m 31 m 35 min. aprox. ALT ELEVÉ

Senyalització / Signalisation: GR-92

Cala Montgó

2 Cala Ferriol a Cap de la Barra

El recorregut passa per una de les zones costaneres més abruptes i diferents de la Costa Brava, una costa verge, sense edificacions, amb els penya-segats al costat del mar, cales verges i una flora i fauna esplèndides.

Le parcours passe par une des zones côtières les plus abruptes et différentes de la Costa Brava, une côte sauvage, sans constructions, avec des hautes falaises au bord de la mer, des criques désertes, et une flore et faune splendides.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
La Foradada / Panoràmica de les Illes Medes / Zona EIN (Espai d'Interès Natural)

5.570 m 330 m 1 h 50 min. aprox. ALT MOLT ALT ELEVÉ TRES ELEVÉ

Senyalització / Signalisation: SL

Cala Ferriol / Cala Pedrosa / Cala Calella

3 Platja del Racó a Punta de la Creu

Es tracta d'una excursió amb un gran encant natural perquè passarem per paratges com la Reserva Marina de Ses Negres.

Il s'agit d'une excursion avec un grand intérêt naturel parce que vous passerez par des paysages tels que la Réserve Marine de Ses Negres.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Mirador de la Creu / Reserva Marina de Ses Negres

2.086 m 18 m 45 min. aprox. MIG MOYEN

Senyalització / Signalisation: SL (parcialment / Partiellement)

Platja del Racó / Illa Roja / Platja de Sa Riera

4 Cala d'Aiguafreda a Aiguablava

Aquest recorregut transcorre per una part del cap de Begur, penya-segat característic que singularitza la costa beguerina.

Ce parcours passe par une partie du cap de Begur, penya-segat caractéristique qui singularitza la costa beguerina.

Ce parcours passe par une partie du cap de Begur, des falaises caractéristiques qui sont le signe distinctif de la côte de Begur.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Sa Tuna / Panoràmica de la costa de Begur / Cales de Fornells

6.955 m 496 m 12 h 15 min. aprox. MOLT ALT TRES ELEVÉ

Senyalització / Signalisation: GR-92 (parcialment / Partiellement)

Cala d'Aiguafreda / Sa Tuna / Platja Fonda / Cala de ses Orats / Cala d'en Maler / Cala Port d'esclanyà / Aiguablava

5 Tamarü a Cala Pedrosa

L'itinerari té per inici o fi el nucli de Tamarü, nucli turístic important de la costa de Palafrugell, que fins als anys vint i trenta fou un paradís remot, on hi havia unes poques barraques de pescadors i dues o tres tavernes. L'itinerari permet també descobrir cales singulars.

L'itinéraire commence ou termine dans le centre de Tamarü, un important centre touristique de la côte de Palafrugell qui a été, jusqu'aux années vingt et trente, un paradis lointain, où il ne trouvait que quelques cabanes de pêcheurs et deux ou trois tavernes. L'itinéraire permet découvrir des criques singulières.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Sa Perica / La Musclera / Barraca dels Liris

1.816 m 84 m 40 min. aprox. MIG MOYEN

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de Tamarü / Els Liris / Cala Pedrosa

6 Llafranc a El Golfet

Aquest camí de ronda ens acostarà a alguns dels llocs més emblemàtics de la Costa Brava, a més ens permetrà gaudir de panoràmiques salvatges sobre el mar i d'altres més tranquil·les i magnífiques com Calella de Palafrugell i el far de Sant Sebastià.

Ce chemin de ronde nous rapproche à quelques-uns des lieux les plus emblématiques de la Costa Brava, en plus nous permettra de voir de panoramiques sauvages sur la mer et d'autres plus tranquilles et magnifiques comme Calella de Palafrugell et le phare de Sant Sebastià.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Torre de Calella / Port Bo

3.121 m 62 m 1 h 5 min. aprox. BAIX FAIBLE

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de Llafranc / Canadell / Port de Malaesquina / Port Bo / Port d'en Calau / La Platgeta / El Port Pelegrí / Sant Roc o Els Canyers / El Golfet

7 Cap Roig a Platja de Castell

Aquest itinerari ens donarà una àmplia visió del que havia estat la Costa Brava anys enrere. En un extrem del recorregut trobarem la platja de Castell, l'única platja verge de la Costa Brava.

Cet itinéraire nous donnera une vision large de ce qu'a été la Costa Brava il y a des années de cela. À une extrémité du parcours, nous trouverons la plage de Castell, la seule plage vierge de toute la Costa Brava.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Jardí Botànic de Cap Roig / El Crit / Panoràmica de les Illes Formigues / Platja ibèric i roca foradada de Castell

4.264 m 107 m 1 h 25 min. aprox. MIG MOYEN

Senyalització / Signalisation: Medi Ambient

El Crit / Font Morisca / Cap de Planes / Cala Roca Bona / Cala d'en Remondón / Cala Estreta / Cala dels Corbs / Cala Canyers / Cala Sania / Cala dels Capellans / Cala de Sa Corbatera / Platja de Castell

8 Platja de Castell a Cala Margarida

Passem per encantadores cales d'aigua neta i transparent, per cales verges i per antics petits nuclis de pescadors que encara conserven un encant tradicional.

Vous passerez par des magnifiques criques aux eaux pures et transparentes, par des plages sauvages et par des anciens petits villages de pêcheurs qui conservent encore un charme traditionnel.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
S'Alguer / Pineda d'en Gori / Castell de Sant Esteve de Mar o de la Fosca / Cala Margarida

3.403 m 80 m 1 h 10 min. aprox. MIG MOYEN

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de Castell / Cala S'Alguer / Cala de la Fosca / Platja de Sa Tamarida / Cala Margarida

9 Torre Valentina a Platja de Belladona

Aquest traçat va ser dibuixat per la gent fa més de cinc segles, quan el perill venia del mar, de la mà dels pirates i els corsaris. En aquella època es varen edificar les torres de vigilància o de defensa.

Ces traçage ont été dessinés par les gens il y a plus de cinq siècles, lorsque le danger venait de la mer, guidé par les pirates et les corsaires. À cette époque, les tours de guet ou de défense se construisent.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Torre Valentina / Torre dels Perpiñà / Castell Madeleine

1.325 m 42 m 30 min. aprox. MIG-BAIX MOYEN-FAIBLE

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de Torre Valentina / Cala Racó de les Dones / Cala Racó dels Homes / Cala dels Capellans / Cala Roca dels Muscols / Cala Gran / Cala de l'Embarcador / Cala Rocosa / Cala Roques Planes / Cala del Pallier / Cala dels Escutlls / Cala del Forn / Platja de Can Cristus / Platja ses Torretes / Cala Cap Roig / Cala Belladona

10 Cala Belladona a Cavall Bernat

Resseguiem tot el litoral per un antic camí de ronda que ens portarà a platges i cales paradisiàques. Aquest camí de ronda era utilitzat per vigilar el litoral. El punt final o d'inici del camí el marca el Cavall Bernat, un monòlit de roca granítica modelat per l'erosió dels elements naturals.

Vous suivez tout le littoral par un ancien chemin de ronde qui vous conduira à des plages et des criques paradisiaques. C'est chemin de ronde était utilisé pour surveiller le littoral. Le départ ou le point d'arrivée du chemin de ronde est le Cavall Bernat, un monolithe de rocher granitique modelé par l'érosion des éléments naturels.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Vil·la romana del pla de Palol / Cavall Bernat

1.012 m 0 m 20 min. aprox. MIG-BAIX MOYEN-FAIBLE

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de Belladona / Cala dels Canyers / Cala del Pi / Platja de sa Cova / Cala Rovira

11 Sa Conca a Platja del Racó de S'Agaró

Es tracta d'un itinerari amb un gran encant, un equilibri perfecte entre natura i arquitectura. No sols sorprèn la bellesa natural de l'indret, sinó també les característiques arquitectòniques de l'urbanització de S'Agaró.

Il s'agit d'un itinéraire avec beaucoup de charme, un équilibre parfait entre nature et architecture. Non seulement la beauté naturelle de l'endroit, mais également les caractéristiques architecturales de l'urbanisation de S'Agaró.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Loggia Senya Blanca / La Glorieta de la Plaça del Mirador

2.013 m 31 m 40 min. aprox. BAIX FAIBLE

Senyalització / Signalisation: GR-92

Sa Conca / Cala Pedrosa / Platja de S'Agaró / Platja del Racó

12 Platja de Sant Pol a Cala Jonca

El camí de ronda permet resseguir un paisatge de penya-segats, de cales i caletes i de platges on l'herència dels primers establiments es manté mercès a la presència d'una arquitectura modernista.

Le chemin de ronde permet de longer un paysage de falaises, criques et calanques; les plages ont conservé l'héritage des premiers estivants avec une forte présence d'architecture moderniste.

Punts d'interès / des points d'intérêt:
Casa de les Punxes

1.925 m 103 m 40 min. aprox. MIG-BAIX MOYEN-FAIBLE

Senyalització / Signalisation: GR-92

Platja de St. Pol / La Caleta / Cala Maset / Cala del Peix / Cova dels Muscols / Cala Atmetller / Cala Jonca

RECOMANACIONS I CONSELLS PRÀCTICS

- > Els itineraris segueixen majoritàriament els senders senyalitzats, encara que en ocasions poden passar per camins no abalisats. Aconsellem tenir un bon mapa topogràfic de la zona.
- > Les excursions poden fer-se durant tot l'any, especialment els mesos de primavera i tardor. No obstant això, cal ajustar l'equip a les condicions pròpies de cada estació.
- > Si es realitza aquest itinerari durant els mesos de primavera i estiu és important portar protecció solar.
- > Per realitzar aquests itineraris cal utilitzar calçat adequat per caminar.
- > El front marítim està sotmès a una forta erosió sobre els penya-segats. Per tant, hauríem d'anar en compte amb les possibles àrees afectades per petits desprendiments, no acostar-nos mai als marges i procurar de trepitjar terreny segur en els accessos a les cales.
- > Recordeu que ens trobem en un clima mediterrani i que patim un alt risc d'incendis forestals. Està doncs, completament prohibit encendre foc dins de qualsevol massa boscosa.
- > El temps indicat és estimat en una velocitat constant de 3km/h sobre pla.
- > La distància i el temps són en una sola direcció.

RECOMANACIONS ET CONSEILS PRATIQUES

- > Les itinéraires suivent principalement les sentiers signalisés, bien qu'ils puissent parfois passer par des chemins non balisés. Nous recommandons cependant au randonneur de se munir d'une bonne carte topographique de la zone.
- > Les excursions peuvent être faites toute l'année, mais plus spécialement au cours des mois de printemps et d'automne. Néanmoins, il faut adapter l'équipement aux conditions propres à chaque saison.
- > Le front maritime est soumis à une forte érosion au niveau des falaises. Par conséquent, il faudra marcher tranquillement en rencontrant éventuelles parties affectées par de petits glissements de terrains, sans jamais nous rapprocher des berges et en veillant à marcher sur des parties sûres dans les accès aux criques.
- > Si cet itinéraire est effectué au cours des mois de printemps et d'été, il est important de se munir d'une protection solaire.
- > Pour effectuer ces itinéraires, il est indispensable de disposer de chaussures adaptées pour la marche.
- > N'oubliez pas que nos sommes sous un climat méditerranéen et que les risques d'incendies forestiers sont très élevés. Il est donc formellement interdit d'allumer des feux dans les masses boisées.
- > Le temps indiqué est estimatif en une vitesse constante de 3km/h sans dénivellement.
- > La distance et le temps sont en une seule direction.

INFO PICTOS

DISTANCIA LONGUEUR DU PARCOURS
 DENIVELLEMENT DÉNIVELÉ

TEMPS TOTAL TEMPS TOTAL
 EFFORT I DIFFICULTÉ EFFORT ET DIFFICULTÉ

SL (Sender Local)
 GR (Gran Recorregut)
 PR (Petit Recorregut)
 Medi Ambient

Edició: Consell Comarcal del Baix Empordà
 Coordinació: Àrea de Turisme del Consell Comarcal del Baix Empordà
 Disseny i maquetació: Babooh! Disseny i publicitat
 Fotografia: Arxius d'imatges del Consell Comarcal del Baix Empordà.
 Autors: Sofia Pascual
 Dipòsit Legal: GI.