Figueres - Barcelona

El més destacat:

- Figueres
- Parc Natural del Cap de Creus, Cadaqués i Portlligat
- Pobles medievals de l'interior
- Girona
- Vic
- Parc Natural del Montseny
- Costa Barcelona: modernisme i pobles indians
- Barcelona

Tram 5: Figueres-Barcelona 525 km 7 Etapes

- De Figueres a Pals. 128 km
- De Pals a Tossa de Mar. 72 km
- De Tossa de Mar a Hostalets d'en Bas. 90 km
- D'Hostalets d'en Bas a Viladrau. 81 km
- De Viladrau a Barcelona. 154 km
- Barcelona

POBLACIONS DE RECÀRREGA

- Figueres, Llançà, Port de la Selva, Cadaqués, Roses, Sant Pere Pescador, L'Escala
- Torroella de Montgrí, Begur, Palafrugell, Palamós, Sant Feliu de Guíxols, Tossa de Mar
- Lloret de Mar, Blanes, Cassà de la Selva, Girona, Amer, Vall d'en Bas
- Rupit, Tavertet, L'Esquirol, Manlleu, Vic, Viladrau, Sant Hilari Sacalm
- Sant Celoni, Sant Pol de Mar, Canet de Mar, Arenys de Mar, Mataró, Alella, La Roca Village - La Roca del Vallès, Circuit de Barcelona-Catalunya - Montmeló, Sant Cugat del Vallès, Barcelona

Del surrealisme al modernisme

Els paisatges i l'obra del genial **Salvador Dalí** inicien un viatge en el qual no només gaudirem de la diversa **gastronomia catalana** sinó que aprendrem a preparar alguns dels seus plats més emblemàtics. Coneixerem els ancestrals mètodes de salaó, ens explicaran llegendes i caminarem per boscos romàntics i pels mateixos **camins de ronda de la Costa Brava** que van recórrer pirates i bandolers. L'arquitectura modernista marcarà la nostra visita a les localitats del **litoral del Maresme** i de **Barcelona**, ciutat que recorrerem amb la inspiració de grans pàgines de la literatura.

Xifres del tram

7
NÚMERO D'ETAPES

525
QUILÒMETRES TOTALS

38 Km
MÀX. ENTRE CARREGADORS

25,73 Kg
EMISSIONS LOCALS (COTXE ELÈCTRIC)

87,68 Kg
EMISSIONS LOCALS (COTXE DIÈSEL)

37
POBLACIONS DE RECÀRREGA

ETAPA 1 I L'EMPORDÀ DE DALÍ

L'univers de Dalí marca l'inici d'un viatge que ens porta pels paisatges suggeridors de l'Empordà i per paratges naturals tan impressionants com el cap de Creus i la badia de Roses.

Art a Figueres

Toquen les campanes de **l'església de Sant Pere de Figueres**, un dels espais vitals de Dalí, el geni de bigotis sublims. Dedicarem el matí a unir els punts clau de la ruta del pintor surrealista, el **Triangle Dalinià** format per la seva ciutat natal, la **casa de Portlligat** i el **castell de Púbol**, i farem algunes parades pel camí. Al **Teatre-Museu Dalí** quedem fascinades pels mil detalls que trobem en els trompe-l'oeil de l'artista. Al **Museu del Joguet** veiem una exposició sobre els seus anys de joventut, i a l'**espai Dalí-Joies**, una preciosa col·lecció dels seus dissenys per a joieria. Una altra visita interessant, també vinculada a l'art, especialment al comarcal i al contemporani, és el **Museu de l'Empordà**.

Propera parada
37 Km (Monestir de Sant Pere de Rodes)) > 22 Km (Portlligat)) > 3 Km (Cadaqués)

Sant Pere de Rodes

Conduïm entre les vinyes de la denominació d'origen **(DO) Empordà**, que s'estenen des de les muntanyes dels Pirineus fins a les platges del Mediterrani, per arribar al **monestir de Sant Pere de Rodes**. La guia ens explica anècdotes curioses sobre el cultiu del vi per part dels monjos mentre visitem l'església, els dos claustres i el celler. Acabem la visita en el mirador del bar, amb vista d'ocell sobre el Port de la Selva i amb una degustació d'aquest vi tocat per la tramuntana. Per les boniques carreteres que creuen el **Parc Natural del Cap de Creus** arribem fins a la casa de Dalí a Portlligat, enclavada entre un conjunt de cases blanques al peu d'una cala on descansen petites barques de pescadors. Aquesta casa, que Dalí va convertir en taller, va ser punt de trobada de molts artistes i intel·lectuals de la seva època, com ara els seus amics Luís Buñuel, cineasta, i el poeta García Lorca. Decidim menjar a **Cadaqués**, un dels pobles més bonics del litoral. El barri antic de carrerons estrets i ascendents és una invitació al passeig calmat amb la remor de la mar com a companyia.

Poblacions on recarregar

Llançà (22 Km)
I mentrestant: passeja pel nucli antic i descobreix l'església de Sant Vicenç i la Torre Romànica, testimonis d'un passat ple d'història. Si prefereixes el mar, acosta't a la platja de Grifeu, una de les més emblemàtiques i visitades de la zona. Si tens més temps, deixa't endur per la seva essència marinera amb un tast de vins a bord d'un llaüt tradicional mentre navegues pel Cap de Creus, un recorregut per gaudir del territori amb tots els sentits.

Port de la Selva (9 Km)
I mentrestant: passeja pel nucli antic i respira l'ambient tranquil d'un port marítim, mentre admires la combinació entre el Mediterrani i els penya-segats del Cap de Creus, un escenari de natura espectacular i intacta. Si disposes de més temps, aprofita per submergir-te en altres activitats: endinsa't en les rutes de senderisme pel Parc Natural del Cap de Creus, gaudeix del fons marí amb snorkel o caiac, i assaboreix la gastronomia local: el pop de roca a la brasa, la gamba de proximitat i els arrossos de marisc et regalaran una experiència de sabor i autenticitat.

Cadaqués (13 Km des de Port de la Selva)

ETAPA 1 I L'EMPORDÀ DE DALÍ

Propera parada
46 Km (Empúries) > 5 Km (l'Escala)

Un bany històric

La ruta segueix en direcció sud vorejant la **badia de Roses**, integrada en el grup **de les badies més belles del món**, i creuant el **Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà**, un espai natural amb gran varietat d'ocells. La tarda la reservem per a la història perquè volem conèixer les **ruïnes d'Empúries**, el lloc on grecs i romans van entrar a la Península. Triem una visita guiada especialitzada en el comerç i el consum de vi en el món antic. La situació privilegiada de les ruïnes, a peu de platja, ens permet una cosa insòlita: banyar-nos al costat del moll on fa vint-i-cinc segles van atracar els vaixells grecs. A uns sis quilòmetres al sud del recinte arqueològic hi ha **l'Escala**, localitat declarada Vila Marinera per la seva connexió històrica amb la mar, on visitem el **Museu de l'Anxova i de la Sal** per conèixer el treball de les factories de salaó que tanta prosperitat van portar a la localitat. Com no pot ser altrament, degustem les famoses **anxoves de l'Escala** en una de les tradicionals tavernes del centre històric.

Poblacions on recarregar

Roses (17 Km)

I mentrestant: mentre el cotxe es carrega, passeja i descobreix una de les badies més belles del món. Seu en una terrassa i gaudeix de l'essència mediterrània i la tradició marinera d'aquesta vila acollidora. Per als més atrevits, la ruta a peu fins al Puig de l'Àliga (463 metres) et portarà a admirar la badia de Roses des d'una perspectiva espectacular.

Sant Pere Pescador (17 Km)

I mentrestant: les estacions de càrrega a Sant Pere Pescador s'ubiquen al Càmping Aquarius, una mica allunyades del centre del poble, així que aprofita per quedar-te a prop del mar. Sant Pere Pescador t'ofereix una platja verge de sorra fina amb dunes poc profundes i 6,3 km de costa per passejar. Si vols més emoció, prova el windsurf, kitesurf, vela, catamarà, caiac, voleibol platja, o paddle surf. I per una experiència única, descobreix l'Ornitokayak, una proposta ornitològica que combina l'observació d'ocells i la navegació en caiac.

L'Escala (19 Km)

ETAPA 2 I UN VIATGE A L'EDAT MITJANA

El matí comença amb un recorregut pels encantadors pobles medievals de l'Empordanet, segueix per les terres dels primers passos de Josep Pla i per Palamós per posar-nos el davantal i conèixer els secrets de la cuina marinera.

Propera parada
27 Km (Peratallada)

Pobles medievals

Ens traslladem des de la costa a l'**interior de l'Empordà**. Enrere van quedant la silueta del **Montgrí** amb el seu castell, muntanya que divideix l'Alt i el Baix Empordà, i l'accés a l'Estartit, port de sortida per visitar el petit **arxipèlag de les Medes**, una de les reserves de flora i fauna marines més importants del Mediterrani i visita imprescindible per a amants del submarinisme. Després d'arribar a **Peratallada**, i esmorzar a base d'embotits i formatges de l'Empordà, iniciem un recorregut en burricleta (bicicletes rurals amb assistència elèctrica) pels pobles medievals de l'Empordanet: Peratallada mateix, **Ullastret**, **Canapost**, la **Bisbal d'Empordà**, capital catalana de la ceràmica, i **Pals**, amb l'inconfusible recinte emmurallat.

Poblacions on recarregar

Torroella de Montgrí (14 Km)

I mentrestant: com a la majoria de pobles de l'Empordà, el nucli antic de Torroella de Montgrí et captivarà amb la seva plaça de la Vila, els porxos i l'ambient medieval. Endinsa't a l'església de Sant Genís i fes la visita cultural al Museu de la Mediterrània o al Palau Solterra, seu de fotografia contemporània. Si tens energia, calça't bé i enfila cap al cim del massís del Montgrí; des del castell les vistes et deixaran sense alè, combinant mar, muntanya i plana. I si t'atrau la natura, explora el Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter, amb cales amagades, aiguamolls i camins que travessen un paisatge totalment extraordinari.

Propera parada
3 Km (Palau-sator) > 15 Km (Begur)
> 9 Km (Palafrugell)

Pomes de Girona

Com que som en terres de la indicació geogràfica protegida **(IGP) Poma de Girona**, seguim fins a **Palau-sator** per visitar una sidreria, on comprem diferents productes derivats d'aquestes pomes. I no només el que és més obvi, la sidra, sinó també sucs, confitures i vinagre. La ruta s'apropa de nou a la costa, a les **cales de Begur**, una altra de les localitats inclosa en la marca Barris i Viles Marineres. Ningú va plasmar millor les comarques de l'Empordà que l'escriptor **Josep Pla**. Si ens interessa la seva literatura i els seus paisatges és recomanable acostar-nos fins a Palafrugell, on hi ha la Fundació **Josep Pla**, i a **Calella de Palafrugell**, Poble amb Encant, per recórrer els paisatges d'infància de l'escriptor, que va passar els estius a la casa familiar de la **platja del Canadell.**

Poblacions on recarregar

Begur (31 Km des de Torroella de Montgrí)

Palafrugell

ETAPA 2 I UN VIATGE A L'EDAT MITJANA

Propera parada
10 Km (Palamós)

Taller de cuina

Nosaltres seguim fins a **Palamós** perquè ens hem apuntat a un dels tallers de cuina de l'**Espai del Peix**. En aquesta aula gastronòmica fem un recorregut històric i cultural pel consum de peix i aprenem a cuinar diversos plats de la que es coneix amb el nom de "cuina de barca", la que fan els pescadors a bord. En un dels plats que preparem no hi poden faltar l'**arròs de Pals** i la **gamba de Palamós**. Amb els vaixells entrant a port per portar les seves captures a la llotja, que també es pot visitar per seguir en viu la subhasta, posem el rumb cap al celler Brugarol, a prop de Palamós, que a més de destacar pels vins ho fa per l'arquitectura, ja que va ser dissenyat per l'**estudi RCR**, de la localitat d'Olot, guanyadors del prestigiós premi Pritzker.

Poblacions on recarregar

Palamós

ETAPA 3 I LITORAL DE LA COSTA BRAVA

Tossa de Mar i un tram dels camins de ronda de la Costa Brava ocupen el nostre matí. El dia segueix amb els jardins monumentals de Lloret de Mar, els sabors de Girona i l'arribada a la bonica localitat d'Hostalets d'en Bas, a la Garrotxa.

Propera parada
36 Km (Tossa de Mar)

Tossa de Mar

Circulem en paral·lel a la costa fins a la parada següent, **Tossa de Mar**, deixant al nord el **massís de les Gavarres** —dels seus boscos d'alzines i sureres en surt una producció important de taps de suro—. Prenem el primer cafè del dia amb vista a la muralla de Tossa de Mar. Pel barri de pescadors de Sa Roqueta arribem fins al Portal, l'accés a la **Vila Vella**, on hem quedat per començar una visita guiada que inclou l'entrada al **Museu Municipal** per veure una obra de **Marc Chagall**. Després del passeig per la part més antiga d'aquesta localitat fortificada, decidim seguir el tram del **camí de ronda** que va fins a cala de Giverola per treure el cap al mirador de Sant Jaume, un balcó amb espectaculars vistes dels penya-segats i de la població amb el castell.

Poblacions on recarregar

Sant Feliu de Guíxols (15 Km)

I mentrestant: mentre el cotxe es carrega , gaudeix de la platja i el Passeig del Mar, un lloc ideal per respirar l'aire mediterrani i contemplar les cales que envolten el poble. Passeja pel nucli antic i descobreix la plaça del Mercat, l'antiga abadia amb la Porta Ferrada, les torres del Fum i del Corn, i visita el Museu d'Història, que et connectarà amb el passat de la vila. Si t'animes, enfila't cap a l'ermita de Sant Elm per gaudir de vistes inoblidables sobre la badia, contempla la Pedralta- la pedra basculant que marca la frontera amb la Vall d'Aro - o entrega't a activitats a l'aire lliure com la via ferrada costanera de la Cala del Molí, caiac, busseig i camins de ronda, tot descobrint la bellesa i autenticitat d'aquest racó mediterrani.

Tossa de Mar (23 Km des de Sant Feliu de Guíxols)

Propera parada
12 Km (Lloret de Mar) > 6 Km (Blanes) > 54 Km (Girona)

Sabors de Girona

Sense deixar la costa, fem un petit desviament en la ruta per arribar fins a **Lloret de Mar** i visitar els **jardins de Santa Clotilde**, plantats sobre un impressionant cingle des d'on contemplem la mar. El paisatgista i arquitecte Nicolau Rubió es va inspirar en el Renaixement italià per dissenyar aquest bonic espai. A l'escalinata que es dirigeix a la mar, flanquejada per estàtues de sirenes, no veiem el moment de deixar de fer fotos per publicar-les a les nostres xarxes socials. A **Blanes** trobem un altre jardí important, el de **Marimurtra**. Aquest jardí botànic, on es duen a terme importants estudis científics, va ser fundat per l'alemany Carl Faust. El templet que mira a la cala de sa Forcanera és un dels llocs més fotografiats de la Costa Brava. Posem direcció al nord, cap a terres de l'interior, per arribar a **Girona**, declarada Ciutat amb Caràcter. Triem una visita a la ciutat seguint els seus sabors. A més de passejar pel patrimoni, com ara la catedral, el call i les cases de colors sobre el riu Onyar, assaborim el xuixo de crema, els brunyols, formatges amb **pa amb tomàquet** i oli d'oliva, la **fideuà** i el gelat que elabora un dels **germans Roca**, entre d'altres coses.

ETAPA 3 I LITORAL DE LA COSTA BRAVA

Poblacions on recarregar

- **Lloret de Mar**
- **Blanes**
- **Cassà de la Selva** (28 Km des de Tossa de Mar)

I mentrestant: Cassà de la Selva és una vila amb una llarga tradició surera que marca la seva identitat i història. No et perdis la Ruta del Suro, un itinerari urbà que et permetrà conèixer la importància d'aquesta indústria i descobrir els racons més emblemàtics del municipi. Tot seguit, passeja pel nucli antic i visita l'església de Sant Martí, la plaça de la Vila i el carrer Major, amb les seves cases modernistes, testimoni del passat industrial. Si prefereixes la natura, pots endinsar-te pels camps d'Esclet, un espai protegit ideal per observar ocells i gaudir de la tranquil·litat del paisatge.

- **Girona** (13 Km des de Cassà de la Selva)

Propera parada
48 Km (Hostalets d'en Bas)

Camí de la Garrotxa

Per als amants del golf, hi ha l'opció de visitar el **PGA Catalunya Resort**, amb un camp de golf en un paisatge de gran bellesa, però nosaltres optem per conduir per les carreteres que entren a la **Garrotxa** pel sud, una comarca marcada pels paisatges de volcans i colades de lava. Ens quedem a passar la tarda als **Hostalets d'en Bas**, un dels bonics pobles de la **Vall d'en Bas**. Aquest municipi, que agrupa diverses localitats petites, és el bressol del riu Fluvià, la desembocadura del qual havíem creuat un parell de dies abans en passar per la badia de Roses.

Poblacions on recarregar

- **Amer** (25 Km)

I mentrestant: Amer és una vila rica en història medieval, envoltada d'un entorn natural tranquil i acollidor. Passeja pel nucli antic i descobreix l'església de Santa Maria, la plaça de la Vila amb les seves arcades i la Torre de Rocasalva, testimonis del passat de la vila. Endinsa't en la natura pels voltants de la vall d'Amer, amb boscos de castanyers, avellaners i pins, ideals per a activitats a l'aire lliure com el senderisme i l'observació d'ocells. No oblidis visitar la Font Picant, una font natural d'aigües carbòniques d'origen volcànic, situada a prop de la vila.

- **La Vall d'en Bas** (23 Km des d'Amer)

ETAPA 4 I SENDERISME AL MONTSENY

El perfil del Collsacabra marca els primers quilòmetres d'un dia en què seguirem el riu Ter per veure el patrimoni industrial de Manlleu, provarem els embotits de Vic i passejarem pels boscos exuberants del Montseny.

Propera parada
21 Km (Rupit)

Pobles del Collsacabra

Són tantes les opcions per conèixer la Garrotxa, des de l'aire amb globus, a peu o amb bicicleta al costat dels volcans, sempre amb bons productes autòctons a taula, que prometem de tornar-hi mentre anem en direcció a les comarques de Barcelona. La primera parada del dia és en un dels Pobles amb Encant, **Rupit**, amb el seu encisador conjunt de cases de pedra al mig del **Collsacabra**, un paisatge natural de muntanyes amb cingles vertiginosos, rierols i cascades. A l'oficina de turisme de Rupit contractem una visita perquè ens expliquin la història d'aquesta localitat crescuda a recer d'una enorme roca on un dia va haver-hi un castell.

Poblacions on recarregar

Rupit

Propera parada
12 Km (Tavertet) > 30 Km (Manlleu)

La capital del riu Ter

La carretera entre Rupit i Manlleu creua el Collsacabra; ens desviem uns deu quilòmetres per arribar fins a **Tavertet** i fer una excursió senzilla que ens permet tenir vistes espectaculars dels cingles que agafen el nom del poble i del **pantà de Sau**, un embassament del **riu Ter**, al peu de la s**erra de les Guilleries**, envoltat de boscos de pins exòtics i avets. Ja a **Manlleu**, ciutat marcada pel riu Ter tant en l'àmbit de l'orografia com en el del passat industrial, fem una interessant visita teatralitzada. Assumpta, un dels **"esperits del Ter"**, ens explica la importància que van tenir les colònies industrials que es van establir al llarg del riu per al desenvolupament de Catalunya, relacionades principalment amb els treballs de transformació del cotó en fil per servir-lo a les indústries tèxtils.

Poblacions on recarregar

Tavertet

L'Esquirol (12 Km)

I mentrestant: L'Esquirol, porta d'entrada a la màgica serra del Collsacabra, és un lloc on es respira natura i història. Passeja pel nucli antic i descobreix l'origen de la vila al segle XV, visitant l'església local. Un cop conegut el nucli, prepara't per caminar! Pots optar per participar en visites guiades, com la "Immersió als boscos del Collsacabra", on descobriràs majestuoses fagedes, rouredes centenàries i un bedollar entre falgueres, o la "Ruta contemplativa pels Cingles del Collsacabra", que ofereix paisatges per gaudir amb tots els sentits. Si prefereixes anar pel teu compte, camina fins a la Foradada o la Barra de Ferro, espectaculars engorjats formats per la riera de les Gorgues, amb salts d'aigua i escenaris de plena llibertat natural.

Manlleu (11 Km des de L'Esquirol)

ETAPA 4 I SENDERISME AL MONTSENY

Propera parada
10 Km (Vic) > 29 Km (Viladrau)

Embotits de Vic

La nostra parada següent és **Vic**. La seva plaça Major és una de les més emblemàtiques de les comarques catalanes, una monumental plaça porticada que sempre està més animada durant la celebració del mercat setmanal. Després de la visita guiada a la ciutat, en la qual veiem un destacat **temple romà**, la catedral i els carrers que van formar part del call, entrem en un assecador centenari per tastar els **embotits que han donat fama a Vic**, **la llonganissa** i **el fuet**. Dediquem la tarda a conèixer les llegendes de bruixes i bandolers a l'**Espai Montseny de Viladrau**, un centre d'interpretació sobre el **Parc Natural del Montsen**y, i a fer senderisme per una ruta circular que recorre el cor del massís. En aquesta Reserva de la Biosfera se succeeixen els paisatges amb boscos de faigs, avets i roures; podem trobar-hi **sequoies** com les de **Can Casades**, o veure la vegetació de ribera al costat dels rius que creuen el parc. Les vistes que es tenen des de qualsevol dels cims emblemàtics del Montseny valen prou la pena per plantejar-se l'ascens si es disposa del temps necessari. Sens dubte, cal tornar a la tardor, quan les fulles formen un tapís preciós en el sotabosc i Viladrau celebra la **Fira de la Castanya**.

Poblacions on recarregar

- Vic
- Viladrau
- **Sant Hilari Sacalm** (19 Km des de Viladrau)

I mentrestant: Comença amb un passeig pel Museu Guilleries, que t'introdueix a la riquesa natural i als antics oficis de la zona. Acosta't, al centre per descobrir l'església de Sant Hilari de Poitiers, amb el seu traçat romànic i gòtic, i deixa't sorprendre pel Centre AQUA, on l'aigua mineral revela la seva importància en la vida del poble. Endinsa't en la bellesa natural de les Guilleries amb una caminada fins als miradors de la Miranda o del Pla de Campaner, visita l'antic balneari de la Font Picant amb les seves aigües mineromedicinals i el Centre Artesà de la Torneria per comprendre una tradició artesanal viva.

ETAPA 5 I EL MARESME MODERNISTA

El patrimoni modernista de les localitats costaneres del Maresme és l'avantsala de la nostra arribada a Barcelona, no sense que abans ens aturem a Alella per tastar uns vins dels quals ja se'n parlava en època romana.

Propera parada
62 Km (Sant Pol de Mar)

Cap al litoral

Avui baixem des de les muntanyes, passant per la comarca del Vallès Oriental, fins arribar a les **platges de sorra fina del litoral del Maresme**. Ja a tocar de la mar, des del **far de Calella** veiem una part d'aquesta costa que avui recorrerem. Comencem per una de les dues poblacions de la comarca que tenen el segell de Barris i Viles Marineres, **Sant Pol de Mar**, caminant pels seus carrerons fins arribar a la **platja urbana de les Escaletes**, on, assegudes a la sorra, deixem que el temps passi mentre contemplem una mar totalment en calma.

Poblacions on recarregar

Sant Celoni (38 km)

I mentrestant: Endinsa't pel nucli antic, i deixa't captivar per la plaça de la Vila i Can Ramis, abans d'acostar-te a l'església de Sant Martí. Continua fins la Rectoria Vella i recorre el passeig del Pertegàs, sentint com el passat de la vila encara batega entre els seus carrers. Per als amants de la natura, la Vall d'Olzinelles, el Pou de Glaç, les zones de Maribaus i les Llobateres ofereixen camins envoltats de verdor, i la Ruta de la Tordera (Tourdera) et convida a caminar entre paisatges que respiren vida tot l'any.

Sant Pol de Mar (25 Km des de Sant Celoni)

Propera parada
6 Km (Canet de Mar) > 4 Km (Arenys de Mar)

Modernisme al Maresme

Continuem fins a la **Casa Museu de Domènech i Montaner**, un dels grans arquitectes modernistes, a **Canet de Mar**. És una meravella veure les maquetes d'algunes de les seves obres més emblemàtiques, com ara el Palau de la Música o l'Hospital de Sant Pau. En un dels cafès del poble provem els **vitralls dolços modernistes**, unes curioses pastes de te que van néixer com a iniciativa dels pastissers locals. Seguim fins a **Arenys de Mar**, l'altra Vila Marinera del Maresme. Al seu port pesquer se celebra totes les tardes una subhasta pintoresca en la qual podem veure les conegudes gambes que després formaran part de la carta d'importants restaurants. A Arenys de Mar ens acostem a una curiosa forma de modernisme, la del **cementiri de Sinera**, un lloc que **Salvador Espriu** va elevar a la categoria de poesia. Si es busca una altra perspectiva de la localitat, des del port surten embarcacions que fan rutes guiades per l'entorn natural i permeten gaudir del paisatge, del fons marí i dels ocells pelàgics. També hi ha la possibilitat de fer la navegació nocturna, per observar les estrelles i escoltar històries mitològiques.

La història dels empresaris que van fer fortuna amb la indústria tèxtil, com vam veure en la visita a les **colònies del Ter**, es veu reflectida en cases com la **Coll i Regàs de Mataró**, la parada següent. A la capital comarcal també visitem la **Nau Gaudí**, la primera obra de l'arquitecte, convertida avui en museu d'art

ETAPA 5 I EL MARESME MODERNISTA

contemporani. Dediquem una part de la tarda a anar de compres, sense oblidar-nos d'algunes capses de **neules**, tant de les clàssiques com de les farcides de crema catalana i de catànies.

Poblacions on recarregar

- Canet de Mar
- Arenys de Mar

Propera parada
30 Km (Alella) > 27 Km (La Roca Village) > 14 Km (Circuit Barcelona-Catalunya) > 40 km (Barcelona)

Vins d'Alella

Abans de seguir cap a Barcelona, on tenim previst passar la nit, ens aturem a **Alella** per fer una visita a un celler, on obrim un **cava rosat ecològic** que combina a la perfecció amb les **maduixes de Vallalta**. Els **vins d'Alella**, citats per Plini com a vins laietans en època romana, surten de petites vinyes que miren a la mar. Dues altres visites interessants a la zona són el **circuit Barcelona-Catalunya**, que ofereix diverses experiències relacionades amb la conducció a alta velocitat i és la seu d'una de les proves més importants del mundial de motociclisme, i **La Roca Village**, amb més de 140 botigues a l'aire lliure de marques de luxe nacionals i internacionals amb estalvis de fins al 60% sobre el preu original, durant tot l'any, i a només 40 minuts de Barcelona. Entrem a Barcelona, punt final d'aquest tram del **Grand Tour de Catalunya**.

Poblacions on recarregar

- **Mataró** (17 Km)

I mentrestant: perdre's pels carrers del centre de Mataró és tota una experiència: descobriràs joies arquitectòniques com la Nau Gaudí, primer edifici projectat per Antoni Gaudí; la Casa Coll i Regàs i el mercat del Rengle, obra de Josep Puig i Cadafalch; o la Capella dels Dolors de la Basílica de Santa Maria, amb pintures d'Antoni Viladomat. I si vols aprofundir en el modernisme, no deixis de fer una visita guiada a la Casa Coll i Regàs. Per als més actius, el Bosc Vertical ofereix circuits d'aventura entre arbres amb més de 90 activitats per triar per a totes les edats. I si prefereixes el mar, embarca't al port i navega pel front marítim on podràs gaudir d'un bany i d'una explicació sobre la morfologia de la costa i la vida submarina de la zona.

- **Alella** (16 Km des de Mataró)
- **La Roca Village – La Roca del Vallè**s (22 Km des de Mataró)
- **Circuit de Barcelona-Catalunya** – Montmeló
- **Sant Cugat del Vallès** (21 Km)

I mentrestant: visitar el Monestir és gairebé obligatori: descobreix , el conjunt monumental i el claustre romànic a través de les visites "Sent la veu del Monestir" i "Llibre de pedra medieval". Complementa-ho amb una passejada pels espais verds més emblemàtics de la ciutat, com la rambla urbana i els jardins que segueixen criteris sostenibles, ideats amb espècies autòctones per potenciar la biodiversitat i reduir el consum d'aigua. Submergeix-te en el passat vinícola de la ciutat visitant el Celler Modernista, obra de Cèsar Martinell i avui museïtzat amb visites comentades, i el nou VILAB, un centre d'interpretació del vi que combina realitat i experiència sensorial. Després, deixa't emportar per l'esperit creatiu de la ciutat a Mercantic, un poble vintage replet d'antiquaris, llibreria de vell, música en viu i artesania, i tanca la visita amb el fascinant recorregut pel Museu del Còmic, que repassa 135 anys d'univers del còmic, sempre en evolució.

- **Barcelona** (18 Km des de Sant Cugat del Vallès)

ETAPA 6 I UNA CITA AMB GAUDÍ

Els millors edificis modernistes de Gaudí i Domènech i Montaner, l'artesania del trencadís, la cuina catalana més tradicional i un passeig literari pel barri del Born completen el nostre primer dia a Barcelona.

La Barcelona modernista

No tots els dies es té el privilegi de despertar-se en un hotel modernista, l'encanteri de les formes suggeridores del Modernisme ens porta a decidir continuar dedicant el matí a aquesta arquitectura. La **Ruta del Modernisme de Barcelona** recorre fins a 120 edificis d'aquest bell corrent artístic, amb obres d'arquitectes tan importants com Gaudí i Domènech i Montaner. Nosaltres optem per fer una visita guiada per algunes de les construccions més impressionants del **Patrimoni de la Humanitat de la Unesco a Barcelona**, com ara la **Casa Batlló**, **La Pedrera**, la **Casa Vicens**, el **Recinte Modernista de Sant Pau** i el **Palau de la Música Catalana**, on ens expliquen els orígens d'aquest moviment artístic, la importància que va tenir per a la ciutat i ens mostren detalls importants de les façanes.

Cuina catalana

Continuem amb un taller per aprendre la tècnica del **trencadís**, recurs ornamental característic del Modernisme. Amb unes eines bàsiques i trossos petits de ceràmica i vidre sortim d'aquí amb la nostra pròpia peça i grans idees per reciclar materials vells de construcció. En un altre edifici modernista, al passeig de Gràcia, assistim a un **taller de cuina** on aprenem a preparar plats com ara **l'esqueixada** i la **crema catalan**a.

Un passeig literari

Després de tastar els plats que hem preparat s'imposa un bon passeig. Optem per una **ruta literària** i ens deixen triar entre la que recorre els escenaris de ***L'ombra del vent*** o els de ***L'església del mar***. Ens decantem per la segona proposta per visitar la basílica de Santa Maria del Mar, situada al barri del Born, i poder continuar així el passeig sense pressa per aquest animat barri on disposem de moltes opcions per menjar unes tapes i prendre una copa de vi.

ETAPA 7 I LA MAR DE BARCELONA

Visitem els mercats i la confraria de pescadors de Barcelona, proveïdors dels excel·lents productes frescos que serveixen els restaurants de la ciutat i que farem servir en un taller de cuina. El viatge acaba amb un passeig amb vaixell i un bany al Mediterrani.

Començant el dia a la façana marítima

El nostre segon dia a Barcelona estarà dedicat a la mar i al producte de proximitat, sense que hi falti la visita a algun dels mercats de la ciutat. Amb 43 integrants, la xarxa de **mercats de Barcelona** és una de les més grans del món. Sortim d'hora per veure la sortida del sol i fer una mica d'exercici per la façana marítima de la ciutat. En tot just uns minuts de passeig anem passant de la **Barceloneta**, el barri dels cellers i els bars de tapes, la roba estesa i el sabor a rumba catalana, a la nova arquitectura que treu el cap arran de mar, amb alguns quioscos de disseny interessant dels quals ens guardem la ubicació per visitar-los en un altre moment.

Productes frescos al mercat

Tenim una cita al mercat, per tant agafem els cabassos d'artesania de palma que havíem comprat el dia anterior en una de les botigues del barri del Born i ens disposem a deixar-nos assessorar pel nostre guia per comprar els productes més frescos, amb els quals prepararem els plats en el taller de cuina. Després de menjar-nos la **paella de marisc** que cuinem, i apuntar tots els passos de la recepta per triomfar quan tornem a casa, ens dirigim a la confraria de pescadors per veure l'arribada de les barques de pesca i assistir a la subhasta a la llotja. Resulta molt interessant veure com ha sobreviscut l'activitat pesquera en una metròpoli tan gran, amb una confraria capaç de servir peix fresc a la gran demanda dels restaurants de la Barceloneta.

Un bany al Mediterrani

Acabem el dia com l'hem començat, a la mar, però aquesta vegada a bord d'un catamarà per veure la posta de sol. Després de sortir del port despleguen les veles i silencien els motors. Després d'una estona de navegació, sense perdre de vista Barcelona, aturen l'embarcació i ens conviden a banyar-nos al **Mediterrani**, invitació que acceptem de seguida. De tornada a bord ens han preparat un aperitiu amb fruita de temporada i una copa de cava, amb la qual brindem per un gran viatge mentre el sol es pon per darrere les **muntanyes de Collserola**.

+ SABER-NE MÉS I SI TENS MÉS TEMPS, TAMBÉ POTS VISITAR...

PARCS NATURALS DE L'EMPORDÀ

A les comarques de l'Empordà trobem diverses zones naturals de gran valor ecològic, on és possible fer moltes activitats respectuoses amb el medi ambient. Les tres zones principals són els parcs naturals del **Cap de Creus**, dels **Aiguamolls de l'Empordà** i del **massís del Montgrí**, les **Illes Medes i el Baix Ter**. Entre la variada oferta trobem una sortida en caiac per veure les vinyes de la DO Empordà, amb parada a una petita cala amb vista al cap de Creus i degustació de vins; les vies braves, itineraris marítims que ens permeten nedar en aigües obertes, practicar busseig de superfície (snorkel) o fer un **baptisme de submarinisme**; el **salt en paracaigudes des d'Empuriabrava**, amb vista del cap de Creus durant el descens; el senderisme pel tram del camí de ronda que passa pel cap de Creus, amb bonics trams de camí de ferradura; l'observació d'ocells en els Aiguamolls de l'Empordà, la pràctica de la vela des de l'Escala o la possibilitat de fer la **via ferrada de cala del Molí**, que transcorre per un paratge pròxim a la mar, inclosa en el Pla d'espais naturals. Hi ha, a més, altres figures de protecció del paisatge com ara el **Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera** i els espais naturals del **massís de Ses Salines**, el **massís de les Gavarres i l'Ardenya**, on també és possible fer activitats envoltats per la natura.

CAMINS DE RONDA

Durant el pas dels segles, els pobladors de la costa han fet tota mena de camins per a l'aprofitament dels recursos, el trasllat entre localitats i la vigilància de les amenaces que poguessin venir de la mar en temps de la pirateria i del comerç d'estraperlo.

A la **Costa Brava** podem fer senderisme per molts trams dels camins de ronda del litoral, seguint, en bona part, l'itinerari del **GR-92**. Al llarg dels diferents senders ens trobem amb cales petites i solitàries d'aigua turquesa, penya-segats vertiginosos i diverses platges. Molts dels trams surten de localitats on és fàcil deixar el vehicle per començar excursions d'anada i tornada. Un dels trams més bonics d'aquesta xarxa és el camí de ferradura que va des de **Cadaqués al cap de Creus**, passant per un paisatge de roques de component magmàtic. Encara que la majoria d'itineraris són aptes per recórrer en família, són especialment recomanats els que van des de **Calella de Palafrugell** a **Llafranc**, des de **Platja d'Aro a Palamós**, el que surt de Lloret de Mar en direcció a Blanes i el que s'inicia a la platja de Riells, a l'Escala, i arriba fins a **Sant Martí d'Empúries**. Al llarg dels diferents camins de ronda trobarem privilegiats **miradors sobre les cales de la Costa Brava**.

L'ESCALA I LA TRADICIÓ DE LES SALAONS

Durant molts anys, **l'Escala** va viure gairebé exclusivament de la pesca de peix blau. Hi havia establertes dues jornades de treball, anomenades l'alba de matinada i l'alba de prima. Les famílies, sempre amb incertesa, esperaven a la platja per ajudar a descarregar i desmallar les captures del dia i començar el procés de **salaó del peix**. És un mètode de conservació amb indicis molt antics, a les **ruïnes d'Empúries** hi ha constància d'aquests procediments en època romana. Per conèixer les particularitats d'aquest ofici, que va marcar durant dècades

+ SABER-NE MÉS I SI TENS MÉS TEMPS, TAMBÉ POTS VISITAR...

la cultura de l'Escala, podem visitar l'**Alfolí de la Sal** o la Casa de la Sal, l'edifici on emmagatzemaven la preuada matèria primera per a les salaons, i el **Museu de l'Anxova i de la Sal**, on podem fer un recorregut per les diferents tasques que es duien a terme. També podem visitar les botigues i les tavernes d'alguna de les quatre factories que encara mantenen viva la tradició.

A més, durant la **Festa de la Sal de l'Escala**, que se celebra cada any al setembre, la localitat es transforma per complet. Una part de la població es caracteritza amb vestits antics i la platja torna a ser un lloc de feina i no un espai per a l'oci. En aquesta jornada de recreació històrica podem veure una mostra dels oficis derivats de les salaons de peix, l'arribada de les barques a la platja, la construcció d'embarcacions dirigida pel mestre d'aixa, la vida a les tavernes, les cançons populars, el teixit de xarxes, el treball dels boters i dels cistellers, entre d'altres activitats. Tot acompanyat amb actuacions de folklore, ja que cada any conviden un país o una regió del món amb vinculació amb la sal, i amb el cant de les tradicionals havaneres. També ens explicaran el motiu pel qual els habitants de l'Escala són coneguts com els esquenapelats.

PESCADORS DE PALAMÓS

Cada matí, quan encara no ha sortit el sol, els pescadors de Palamós que practiquen la pesca d'arrossegament surten a la mar a la recerca de les varietats de peix que se serviran en els millors restaurants i peixateries, entre elles la preuada gamba de Palamós. Des del **Museu de la Pesca** ens donen l'oportunitat d'acompanyar-los en una jornada de feina per conèixer com és la vida a bord, viure el viatge de la barca fins als caladors i l'art de xorrar les xarxes, i compartir el ranxo que cuinen a l'embarcació. També coneixerem com estan tractant que la seva activitat sigui cada vegada més sostenible. Tornats a port podem assistir a la **subhasta de peix a la llotja** per veure el cicle complet.

EL TER EN CAIAC

Després de recórrer poc més de dos-cents quilòmetres, des del naixement al **Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser**, al Pirineu, el **riu Ter** arriba a la costa del municipi de **Torroella de Montgrí**. Des de la gola del Ter podem remuntar una part del **riu en caiac**. És una activitat senzilla, pensada per a tots els públics, que només requereix unes instruccions bàsiques per aprendre a remar i posar-se en marxa. En les parts on el riu es tanca més, la vegetació de ribera contribueix a la sensació de ser en un paratge molt més aïllat, malgrat que la carretera passa molt a prop. Durant el recorregut és possible observar nombroses espècies d'ocells, com ara la xivitona, el martinet de nit i el vistós blauet. Una altra opció és recórrer el riu per la **Ruta del Ter**, un itinerari que enllaça els Pirineus amb la Costa Brava i que es pot fer a peu i amb bicicleta.

FESTIVALS DE LA COSTA BRAVA

Al llarg de l'any se celebren gairebé dos-cents **festivals a la Costa Brava**, repartits en nou disciplines: música, teatre, cinema, dansa, circ, humor, digital, art i màgia. Molts d'aquests festivals tenen en comú, a més de la gran

+ SABER-NE MÉS I SI TENS MÉS TEMPS, TAMBÉ POTS VISITAR...

qualitat del cartell, que l'escenari és el patrimoni i el paisatge de les comarques de Girona.

Alguns dels més consolidats i reconeguts internacionalment són els que se celebren als **jardins de Cap Roig**, al **castell de Peralada** i l'anomenat **Sons del Món**, en el qual tracten d'emparellar els artistes que actuen amb vins de la **DO Empordà**, oferint tastos comentats del vi seleccionat abans de les actuacions. Unes altres bones opcions són el festival **Portaferrada** i el **Temporada Alta**, a la tardor.

EL MODERNISME A BARCELONA

El **Modernisme català** va sorgir entre final del segle xix i principi del xx a Catalunya, i Barcelona n'és el màxim exponent. Va destacar sobretot en l'arquitectura i les arts decoratives. El Pla Cerdà, el projecte urbanístic d'Ildefons Cerdà pel creixement de la ciutat més enllà de les muralles medievals al districte de l'Eixample, va donar l'espai pel desenvolupament de l'arquitectura modernista.

Aquest estil arquitectònic, tant civil com industrial, es caracteritza per formes curvilínies inspirades en la natura, estructures orgàniques, asimetries i l'ús de nous materials i noves tècniques com el "**trencadís**".

Barcelona és la ciutat europea amb la màxima presència de Modernisme. No en va 9 dels edificis modernistes han estat declarats Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO. Les façanes modernistes de l'Eixample estan associades famílies de la burgesia barcelonina així com als arquitectes més destacats. N'és un exemple l'anomenada "mansana de la discòrdia", on els arquitectes **Lluís Domènech i Montaner**, **Josep Puig** i **Cadafalch** i **Antoni Gaudí,** van construir-hi una casa per a les famílies Lleó Morera, Ametller i Batlló respectivament. Si bé és al districte de l'Eixample, i més concretament a la zona coneguda com el "Quadrat d'Or", on es troba la més gran concentració d'edificis modernistes, també se'n troben en molts altres indrets de Barcelona. En son exemples la Torre Bellesguard als peus de Collserola; el Palau Güell, al Raval; la Casa Vicens a Gràcia; la Casa Bruno Quafros, a La Rambla; el Col·legi de les Teresianes, a Sant Gervasi; l'antiga fàbrica tèxtil Casaramona, a Montjuic; i un llarg etcètera de construccions que no us deixaran indiferents.