



Ruta per les zones humides de l'Alt Empordà, sense desnivells, amb ple contacte amb la natura, tant en el seu vessant animal com vegetal. Trobarem nombrosos observatoris, sitges d'arròs, masos, poblets i barris, i molts càmpings arran de mar. Ruta per als amants de la natura amb una mínima condició física. Es demana respectar al màxim la zona protegida dels aiguamolls de l'Empordà. Limitació de velocitat a 10 km/h. Prioritat per als vianants. Respectar les prohibicions de pas. En cas de prohibició de pas de bicicletes pel GR, tornada pel mateix camí d'anada, pel Càmping Almata i les sitges. Evitar dies de llevant, quan part del recorregut pot quedar negat d'aigua.

**Localització i accés:** Sortida i arribada a l'Oficina de Turisme. Entrada nord de L'Escala per la GI-623 a la rotonda de Sant Martí d'Empúries.

**Distància i recorregut:** 40 quilòmetres. Oficina de Turisme, cruïlla Cinc Claus, Càmping Les Dunes, camí itinerari natural riu Fluvià, Sant Pere Pescador, camí de les Llúdrigues, la Gola, el Càmping Almata, Observatori Senillosa; tornada igual, pel Càmping Almata, el camí de les Llúdrigues, Sant Pere Pescador, L'Armentera, Cinc Claus i Oficina de Turisme.

**Tipus camí:** terra compactada, trams d'asfalt, corriols, platja i grava. Per a bicicletes de passeig i tot terreny.

**Senyalització:** GR-92

**Desnivell total:** 45 metres

**Altura màxima:** 15 metres

**Dificultat:** mitja, a causa del quilometratge, no de la duresa del circuit.

**Durada:** a partir de tres hores



Ruta por las zonas húmedas del Alt Empordà, sin desniveles, en pleno contacto con la naturaleza. Encontraremos numerosos observatorios, campos de arroz, masías, y pueblos y barrios al lado del mar. Ruta para los amantes de la naturaleza con una mínima condición física. Se pide el máximo respeto a la zona protegida de los Aiguamolls de l'Empordà. La velocidad está limitada a 10 km/h. La prioridad es para los visitantes a pie y se deben respetar las prohibiciones de paso. En caso de prohibición de paso para las bicicletas por el GR, se debe volver por el mismo camino de ida. Se deben evitar los días de temporal de levante, ya que parte del recorrido podría estar inundado.

**Localización y acceso:** Salida y llegada - Oficina de Turismo. Entrada norte de L'Escala por la GI-623 en la rotonda de Sant Martí d'Empúries.

**Distancia y recorrido:** 40 kilómetros. Oficina de Turismo, cruce de Cinc Claus, Camping Les Dunes, camino itinerario natural río Fluvià, Sant Pere Pescador, camino de las Llúdrigues, la Gola, Camping Almata, Observatorio Senillosa; vuelta igual por el Camping Almata, camino de las Llúdrigues, Sant Pere Pescador, L'Armentera, Cinc Claus y oficina de turismo.

**Tipo de camino:** tierra compactada, tramos de asfalto, playa, grava. Para bicicletas de paseo y todo terreno.

**Señalización:** GR-92

**Desnivel total:** 45 metros

**Altura máxima:** 15 metros

**Dificultad:** media, debido al kilometraje, no a la dureza.

**Tiempo estimado:** a partir de tres horas.

# aiguamolls

L'ESCALA - EMPÚRIES



Ajuntament de l'Escala

## RUTA CICLOTURÍSTICA dels aiguamolls

l'alt empordà en bicicleta  
el alt empordà en bicicleta  
l'alt empordà by cycle  
l'alt empordà à velo  
l'alt empordà mit dem fahrrad

L'ALT EMPORDÀ EN BICICLETA · EL ALT EMPORDÀ EN BICICLETA · L'ALT EMPORDÀ BY CYCLE · L'ALT EMPORDÀ À VELO · L'ALT EMPORDÀ MIT DEM FAHRRAD



A route through the wetlands of the Alt Empordà, all on the flat, in full contact with nature, both flora and fauna. There are many vantage points, rice silos, farmhouses, villages and districts, and many campsites at sea level. A trail for nature lovers with minimum physical exertion. Maximum respect for the protected Empordà marshlands area, limiting speed to 10 km/h, giving priority to pedestrians and respecting no-entry restrictions. Where bicycles are not allowed on the GR, return along the same path to the Almata campsite and silos. Avoid days with an east wind where part of the route could be flooded.

**Location and Access:** Departure and arrival at the Tourist Information Office, north exit to L'Escala on the GI-623 on the St. Martí d'Empúries roundabout.

**Distance and Route:** 40 km. Tourist Information Office, CincClaus crossroads, Les Dunes Campsite, nature trail route (yellow strips) River Fluvià, St Pere Pescador, Camí Llúdrigues, La Gola, Almata Campsite, Senillosa Vantage Point, return through Almata Campsite, Camí Llúdrigues, St Pere Pescador, L'Armentera, Cinc Claus and the Tourist Information Office.

**Track/Road Type:** solid ground, tarmac sections, tracks, beach and gravel. For leisure and mountain bikes.

**Signposting:** GR-92

**Total Gradient:** 45 metres - Maximum Height: 15 metres

**Difficulty:** medium

**Estimated Duration:** from three hours.



Route durch die Feuchtgebiete des Alt Empordà, ohne Anstiege, in vollem Kontakt mit der Natur (Fauna und Flora). Wir treffen auf zahlreiche Aussichtspunkte, Reissilos, Landhäuser, Dörfer und Bauernhöfe, und viele Campingplätze entlang der Küste. Eine Route für Naturliebhaber mit minimalem Kraftaufwand. Die geschützte Zone der Sümpfe des Empordà ist in höchstem Maße zu respektieren; darum gibt es eine Geschwindigkeitsbegrenzung auf 10 km/h. Fußgänger haben Vorrang. Durchfahrtsverbote sind zu beachten. Falls das Befahren des Wanderweges mit Fahrrädern untersagt ist, erfolgt die Rückfahrt auf demselben Weg wie beim Hinweg am Campingplatz Almata und den Silos vorbei. Tage mit Ostwind sind zu vermeiden, da ein Teil der Strecke überflutet sein kann.

**Wie komme ich hin?** Start und Ziel beim Tourismusbüro, von der GI-623 am Kreisell von Sant Martí d'Empúries die nördliche Einfahrt nach L'Escala nehmen.

**Distanz und Verlauf:** 40 Kilometer. Tourismusbüro, Kreuzung Cinc Claus, Camping Les Dunes, Naturroute entlang des Riu Fluvià, Sant Pere Pescador, Camí de les Llúdrigues, La Gola, Camping Almata, Aussichtsturm Senillosa; gleicher Rückweg über Camping Almata, Camí de les Llúdrigues, Sant Pere Pescador, L'Armentera, Cinc Claus und Tourismusbüro.

**Beschaffenheit:** befestigte Wege, asphaltierte Abschnitte, Pfade, Strand und Schotter.

Für Tourenräder und geländegängige Fahrräder.

**Ausschilderung:** GR-92

**Höhenunterschied insgesamt:** 45 Meter

**Höchster Punkt:** 15 Meter

**Schwierigkeit:** mittlere, aufgrund der langen Strecke, nicht der Härte des Verlaufs.

**Dauer:** ab 3 Stunden



Un itinéraire à travers les zones humides du Haut Ampurdan, sans dénivellé et avec un réel contact avec la nature, tant avec son aspect animal que végétal. Nous trouverons de nombreux observatoires, des silos de riz, des fermes, des villages et des quartiers, ainsi que de nombreux campings en bord de mer. Un itinéraire pour les amoureux de la nature, avec un minimum de condition physique. Il est demandé de respecter la zone protégée des marais de l'Ampurdan, la limitation de vitesse à 10 km/h, la priorité aux promeneurs et les interdictions de circuler. En cas d'interdiction du passage de bicyclettes sur le GR, revenir par le même chemin que celui de l'aller par le camping Almata et les silos. Éviter les jours de levant, où une partie du parcours peut être inondée.

**Localisation et accès:** départ et arrivée à l'office du tourisme, à l'entrée Nord de l'Escala par la GI-623, au niveau du rond-point de St. Martí d'Empúries.

**Distance et parcours:** 40 km. Office du tourisme, croisement CincClaus, Camping Les Dunes, chemin itinéraire naturel (bandes jaunes) fleuve Fluvià, St Pere Pescador, camí Llúdrigues, la Gola, Camping Almata, Observatoire Senillosa, retour identique par le Camping Almata, le camí Llúdrigues, St Pere Pescador, L'Armentera, Cinc Claus et l'office du tourisme.

**Type de chemin:** terre compacte, tronçons d'asphalte, sentiers, plage et graviers. Pour des bicyclettes de promenade et tout-terrain.

**Signalisation:** GR-92 (méditerranéen).

**Dénivellé total:** 45 mètres.

**Altitude maximale:** 15 mètres.

**Difficulté:** moyenne.

**Temps approximatif:** à partir de trois heures.

## Oficina de Turisme de L'Escala-Empúries

Plaça de les Escoles 1 - 17130 L'Escala  
Tel. 972 77 06 03 - Fax 972 77 33 85  
turisme@lescala.cat - www.lescala.cat



L'ALT EMPORDÀ EN BICICLETA · EL ALT EMPORDÀ EN BICICLETA · L'ALT EMPORDÀ BY CYCLE · L'ALT EMPORDÀ À VELO · L'ALT EMPORDÀ MIT DEM FAHRRAD