

empordaturisme.com
CONSELL COMARCAL ALT EMPORDÀ

EIX CICLORURÍSTIC FIGUERES - ROSES

Eje cicloturístico Figueres - Roses / Axe cicloturístique

Figueres - Roses / Figueres - Roses cycle axis

L'itinerari senyalitzat transcorre per la zona nord de la plana de l'Alt Empordà. Aquesta ruta comença a l'aparcament dels Fossos a Figueres, capital de la comarca, continua pel camí asfaltat de Vilatenim, Palol i Vilanova de la Muga, on s' endinsa per camins rurals, passant per Estanyol i Vilaüt, al tram de Palau-saverdera, on creua amb la ruta dels estanyes del Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà. A continuació segueix el GR-92 fins a arribar o sortir, segons el cas, a la Ciutadella de Roses.

El itinerario señalado transcurre por la zona norte del Alt Empordà. Esta ruta empieza en el aparcamiento de los Fossos en Figueres, capital de la comarca, continúa por el camino asfaltado de Vilatenim, Palol y Vilanova de la Muga, desde donde continúa por pistas de tierra pasando por Estanyol, Vilaüt y cruza con la ruta de los estanques del Parque Natural dels Aiguamolls de l'Empordà. A continuació coincide con el GR-92 hasta llegar o salir, según el caso, a la Ciutadella de Roses.

L'itinéraire signalisé parcourt le nord de la plaine de l'Alt Empordà. Il commence au parking des Fossos de Figueres, chef-lieu de la région, suivant la route de Vilatenim, Palol et Vilanova de la Muga, puis nous poursuivons l'itinéraire à travers des chemins ruraux passant par Estanyol et Vilaüt, à Palau-saverdera, qui croise cel ci qui mène aux étangs du Parc Naturel dels Aiguamolls de l'Empordà. Ensuite nous suivons la GR-92 jusqu'au point de départ ou d'arrivée, selon le cas, à la Ciutadella de Roses.

The route wich is fully signposted runs trough the northern Alt Empordà district. It starts in els Fossos car park in Figueres, which is the capital city of the district, it travels through a minor road and passes through some villages such as Vilatenim, Palol and Vilanova de la Muga. It then winds its way through paths and trails through Estanyol and Vilaüt. Further east it crosses the route to the wetlands, Natural Park of Aiguamolls de l'Empordà. It finally heads for Roses Citadel following the GR-92.

Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**

RUTA DE L'ESCALA - EMPÚRIES AL FLUVIÀ

Ruta de L'Escala - Empúries al Fluvià / Itinéraire de la Escala - Empúries à Fluvià / L'Escala - Empúries to Fluvià cycle route

Aquesta ruta, circular i senyalitzada, s'inicia a l'antic safareig de l'Escala, segueix pel passeig d'Empúries, coincidint amb el GR-92 i el GR-1 fins a Sant Martí d'Empúries. D'aquí agafarem el camí que ens conduirà a Cinc Claus, nucli on es bifurquen el GR-1 i el GR-92. Continuarem per la pista fins a l'Armentera, població que creuarem i on deixarem el GR-92 per dirigir-nos a un camí que voreja el riu Fluvià fins a arribar a l'Arbre Sec. A partir d'aquí, creuarem la carretera GIV-6302, de l'Armentera a Ventalló, i per camins arribarem als carrers de la urbanització del Mas Gros. Un cop travessades la carretera de l'Armentera i la de l'Escala, arribarem al poble de Viladamat, que creuarem, i seguirem fins al nucli de les Corts, el Camp dels Pilans i la Closa del Llop, fins a acabar per carrers de la població al punt de partida, l'antic safareig de l'Escala.

Esta ruta, circular y señalizada, empieza en el antiguo lavadero de l'Escala, sigue por el paseo d'Empúries, coincidiendo con el GR-92 y el GR-1, hasta Sant Martí d'Empúries. Desde aquí cogaremos el camino que nos llevará a Cinc Claus, núcleo donde se separan el GR-1 y el GR-92. Continuaremos por la pista hasta l'Armentera, pueblo que cruzaremos y donde dejaremos el GR-92, para dirigirnos a un camino que bordea el río Fluvià hasta llegar a l'Arbre Sec. A partir de aquí, cruzaremos la carretera GIV-6302, de l'Armentera a Ventalló, y por caminos llegaremos a las calles de la urbanización Mas Gros. Una vez cruzadas la carertera de l'Armentera y la de l'Escala, llegaremos al pueblo de Viladamat, que cruzaremos, y seguiremos hasta el núcleo de les Corts, el Camp dels Pilans y la Closa del Llop, atravesando las calles del pueblo al punto de partida, el antiguo lavadero de l'Escala.

Cet itinéraire circulaire et signalisé départ de l'ancien lavoir de l'Escala, puis il poursuit par la promenade d´ Empúries, qui coincide avec la GR-92 et la GR-1, à Sant Martí d´ Empúries. Là, vous prendrez le chemin qui mène à Cinc Claus, c´ est là que bifurque la GR-1 et la GR-92. Suivez le parcours jusqu'à l´ Armentera, que vous traverserez et où vous laisserez la GR-92 pour vous diriger vers un chemin qui longe la rivière Fluvià jusqu´ à ce que vous arriviez à l´ Arbre sec. A partir de ce point, vous traverserez la route GIV-6302, qui va de l´ Armentera à Ventalló, et par des chemins vous arriverez dans les rues du lotissement connu sous le nom de Mas Gros. Une fois, traversé la route de l´ Armentera puis celle de l'Escala, vous arriverez au village de Viladamat, que vous traverserez, puis vous poursuivrez jusqu´ à les Corts, el Camp dels Pilans et la Closa del Llop, jusqu´ à ce que vous arriviez par les rues de la ville au point de départ, c´ est-à-dire l´ ancien lavoir de la Escala.

This circular, signposted route starts at the old washing place in L'Escala, it travels along Empúries promenade, where it coincides with GR-92 and GR-1, to Sant Martí D'Empúries. We'll then take the road to Cinc Claus, where GR-1 and GR-92 divert. It then passes through L'Armentera and leaving GR-92 it takes a path that borders the river Fluvià until l'Arbre Sec. It then crosses the GIV-6302 from L'Armentera to Ventalló. Later it winds its way to Mas Gros housing estate. Crossing the road from l'Armentera to l'Escala, it passes through Viladamat and heads starting point, at the old washing place of l'Escala.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

RUTA CICLORURÍSTICA DEL FLUVIÀ

Ruta cicloturística del Fluvià / Itinéraire cyclotouristique

de la rivière Fluvià / The Fluvià bicycle touring route

S'inicia a la desembocadura del Fluvià, dins el Parc Natural dels Aiguamo-lls de l'Empordà a Sant Pere Pescador i, tot i que durant els primers quilòmetres transcorre al costat del riu, arriba un moment que s'endinsa també per zones més boscoses i de conreus i entre en els nuclis dels pobles i disseminats. Aquesta ruta s'enllaça en el seu inici amb l'itinerari natural del Fluvià del Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà i coinci-deix uns dos quilòmetres amb la ruta de l'Escala- Empúries al Fluvià.

Se inicia en la desembocadura del río Fluvià, dentro del Parque Natural del Aiguamolls de l'Empordà en Sant Pere Pescador e, aunque en los primeros kilómetros transcurre paralela al río, acaba por atravesar zonas más boscosas, zonas sembradas y pequeños pueblos. El inicio de esta ruta enlaza con el linerario natural del Fluvià dentro del Parque Natural dels Aiguamolls de l'Empordà coincidiendo durante dos kilómetros con la ruta de l'Ecala-Empúries al Fluvià.

Il commence à l'embouchure de la rivière Fluvià, dans le Parc Naturel des Aiguamolls de l'Empordà en Sant Pere Pescador et, bien que sur les premiers kilomètres il longe la rivière, il finit par s'enfoncer dans des zones boisées et de cultures en passant par des villages et des hameaux. Cet itinéraire est relié au début à l'itinéraire naturel de la rivière Fluvià du Parc Naturel des Aiguamolls de l'Empordà et coincide sur environ deux kilomètres avec l'itinéraire de l'Escala-Empúries sur la rivière Fluvià.

This signposted route runs through the influential area of the River Fluvià.It begins at the mouth of the River Fluvià, within the Aiguamolls (marshes) of Empordà Nature Reserve in Sant Pere Pescador. At one point along the first few kilometres alongside the river, it enters more wooded areas, passes farms and goes through the centres of the scattered villages. The beginnin-gof this route links up with the nature trail of the Aiguamolls de l'Empordà Nature Reserve, the River Fluvià, and about two kilometres coincide with the "l'Escala- Empúries al Fluvià" route.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

RUTA DE PERALADA - SERRA D'ALTRERA

Ruta de Peralada a la Serra d'Altrera / Itinéraire de Peralada à la Serra d'Altrera / Peralada – Serra d'Altrera cycle route

Aquesta ruta, circular i senyalitzada, s'inicia a l'aparcament públic de Peralada, voreja el poble i continua per una pista envoltada de vinyes que ens portarà a Mollet de Peralada. De Mollet, seguirem el camí asfaltat que ens durà a Masarac, on s'inicia el tram més difícil per pujar a la Serra d'Altrera. En arribar a Vilarnadal, creuarem el poble i agatarem un camí paral·lel a la carretera de Vilarnadal a Cabanes (en cas d'estar en mal estat utilitzem la ruta alternativa, la carertera) fins a enllaçar amb la GIV-6024 que ens portarà a Cabanes. Creuarem el poble i continuarem per la pista que surt per l'est de Cabanes i ens portarà al punt de partida, Peralada.

Esta ruta, circular y señalizada empieza en el aparcamiento de Peralada, bordearemos el pueblo y continuaremos por una pista asfaltada y rodeada de viñedos que nos llevará a Mollet de Peralada. De Mollet, seguiremos el camino asfaltado que nos llevará a Masarac, donde comienza el tramo más difícil, subir la Serra d'Altrera. Llegaremos a Vilarnadal, cruzaremos el pueblo y seguiremos por un camino paralelo a la carretera, si esta en mal estado utilizaremos la ruta alternativa, la carretera, hasta enlazar con la GIV-6024 que nos llevará a Cabanes. Cruzaremos el pueblo y continuare-mos por la pista que sale del este de Cabanes y nos llevará al punto de partida, Peralada.

Son point de départ est le parking de Peralada, vous longerez le village puis vous continuerez par un chemin goudronné qui conduit à Masarac, c´est là que commence le tronçon le plus difficile puisque vous devez grimper jusqu´ à la Serra d'Altrera. A votre arrivée à Vilarnadal, vous traverserez le village puis vous poursuivrez par un chemin parallèle à la route qui va de Vilarnadal à Cabanes, si ce chemin était impraticable prenez la route alternative en suivant la route jusqu´a ce que vous trouviez la GIV-6024 qui vous conduira à Cabanes. Vous traverserez le village et vous poursuivrezle chemin, à l´est de Cabanes qui vous mènera au point de départ c'est-à-dire à Peralada.

It starts at the public car park in Peralada, it borders the village and it continues along a road surrounded by vineyards which leads to Mollet de Peralada. It then travels along a paved road till Masarac where the most difficult part of the route starts as it winds its way up to Serra d'Altrera. It passes through Vilarnadal and it then runs parallel to the road from Vilarnadal and Cabanes. Just in case this path is impassable, we can use the alternative route following the road until it reaches the GIV-6024 leading to Cabanes. It passes through Cabanes and it follows the path which leaves the village by the east leading to the starting point in Peralada.

Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**

RUTA DELS ASPRES D'EMPORDÀ

Aquesta ruta us permetrà conèixer els Aspres d'Empordà i els seus pobles: Capmany, Cantallops, Espolla i Sant Climent Sescobebs. L'Albera és el teló de fons, sempre present, del paisatge dels Aspres d'Empordà: vinyes i oliveres. Però el massís és molt més que això i acull una diversitat natural per descobrir i una riquesa històrica sorprenent.

Esta ruta os permitirá conocer Els Aspres d'Empordà y sus pueblos: Capmany, Cantallops, Espolla y Sant Climent Sescobebs. L'Albera es el escenario, siempre presente, del paisaje de Els Aspres d'Empordà: viñas y olivares. Pero el macizo es mucho más, y alberga una diversidad natural aún por descubrir y una riqueza histórica sorprendente.

Cette route vous fera connaître la région des Aspres d'Empordà et ses villages : Capmany, Cantallops, Espolla et Sant Climent Sescobebs. Les Albères sont le théâtre omniprésent du paysage des Aspres d'Empordà, qui alterne vignes et oliveraies. Mais le massif est beaucoup plus que cela, il abrite une diversité naturelle qui reste à découvrir, doublée d'une étonnante richesse historique.

This route will help you discover the "Aspres d'Empordà" and its villages Capmany, Cantallops, Espolla and Sant Climent Sescobebs. The Albera Massif is the omnipresent background to the scenery of the Aspres d'Empordà: vineyards and olive groves. But there is much more to the massif, which is home to a diversity of nature yet to be discovered and an amazing wealth of history.

Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**

Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**



Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**

EL ALT EMPORDÀ EN BICICLETA
L'ALT EMPORDÀ A VÉLO
L'ALT EMPORDÀ BY BIKE

empordaturisme.com

f **t** **i** **Empordà Turisme**

Oficines de Turisme / Oficinas de Turismo / Offices de Tourisme / Tourist Office	+ info: 972 51 44 31
Cadaqués 972 25 83 15 visitcadaques.org	La Jonquera 972 55 57 13 lajonquera.cat
Castelló d'Empúries - Empuriabrava 972 15 62 33 (centre històric) 972 45 08 02 (Empuriabrava) castelloempuriabrava.com	L'Escala 972 77 06 03 visitlescala.com
El Port de la Selva 972 38 71 22 elportdelaselva.cat	Llançà 972 38 08 55 visitllanca.cat
Figueres 972 50 31 55 visitfigueres.cat	Sant Pere Pescador 972 52 05 35 visitsantpere.com
Maçanet de Cabrenys 972 54 42 97 maçanetdecabrenys.cat	Vilabertran 972 50 59 02 vilabertran.cat
Peralada 972 53 88 40 visitperalada.cat	Parc Natural Aiguamolls de l'Empordà El Cortalet - Castelló d'Empúries 972 45 42 22
	Parc Natural de Cap de Creus Palau de l'Abad, El Port de la Selva 972 19 31 91
	Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera Rectoria Vella - Espolla 972 54 50 79; Can Laporta - La Jonquera 972 55 52 58

ITINERARI MEGALÍTIC DE CAPMANY

El paisatge saument ondulat del municipi de Capmany alterna vinyes i olivars amb boscos d'alzines, suros i pins. Aquest itinerari us permetrà descobrir interessants monuments com dòlmens, menhirs i altres manifestacions megalíttiques al territori dels Aspres d'Empordà.

El paisaje suavemente ondulado del municipio de Capmany, alterna viñas y olivares con bosques de encina, alcornoques y pinos. Este itinerario os permitirá descubrir interesantes monumentos megalíticos, principalmente dólmenes y menhires, pero también otras formas de sepulturas o piedras en el territorio de Els Aspres d'Empordà.

Le paysage légèrement vallonné de la commune de Capmany alterne vignes et oliveraies ainsi que chênaies et pinèdes. Cet itinéraire vous permettra de découvrir des monuments mégalithiques, essentiellement des dolmens et des menhirs, mais aussi d'autres formes de sépultures mégalithiques et autres pierres disséminées dans la région des Aspres d'Empordà.

The rolling landscape in the municipality of Capmany alternates between vineyards and olive groves and forests of oak, cork and pine trees. On this route, you can see interesting megalithic monuments —principally dolmens and menhirs— along with other kinds of tombs and stones in the area known as the Aspres d'Empordà.

Senyalització / señalización / signalisation / signs: **Itinerànnia**

empordaturisme.com
CAMÍ NATURAL DE LA MUGA

Camino Natural de la Muga / Sentier naturel de la Muga / La Muga Nature Trail

El curs del riu Muga guia el Camí Natural a través de diferents espais naturals, entre els Pirineus i el Mar Mediterrani, seguint una ruta que ens apropa a la vida de la comarca de l'Alt Empordà i la seva estreta vinculació amb el riu, en un territori fronterer on s'uneixen cultura i biodiversitat. És accessible a peu, en bicicleta i a cavall.

El curso del río Muga guía el Camino Natural a través de distintos espacios naturales, entre la comarca de l'Alt Empordà y el Mar Mediterráneo, siguiendo do una ruta que nos acerca a la vida de dicha comarca y su estrecha vinculación con el río, en un territorio fronterizo donde se unen cultura y biodiversidad. Es accesible a pie, en bicicleta y a caballo.

La rivière Muga guide la façade naturelle à travers des zones naturelles différentes, entre les Pyrénées et la mer Méditerranée, le long d'un itinéraire qui nous amène à la vie de l'Alt Empordà et son relation étroite avec la rivière dans une zone où les frontières unissent la culture et de la biodiversité. Il est accessible à pied, à vélo et à cheval

The course of the River Muga guides the Nature Trail through various natural areas between the Pyrenees and the Alt Empordà district and the Mediterrànean Sea, following a route that brings you close to the life of this region and its close link to the river, in a frontier territory where culture and biodiversity come together. The route can be done on foot, by bike or on horseback.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

visitllanca.cat
BTT A LLANÇÀ

BTT en Llançà / VTT à Llançà / Cycling in Llançà

Pels amants de les dues rodes Llançà ofereix l'indars encrespats, rierols tranquils, cales abruptes, camins de tot tipus perquè cadascú trobi un terreny per explorar en funció del seu nivell.

Si te gustan las dos ruedas, Llançà ofrece laderas encrespadas, riachuelos tranquilos, calas abruptas, caminos de todo tipo para explorar en función de tu nivel.

Si vous aimez les deux roues, vous adorerez cette possibilité. Pédalez, franchissez des seuils difficiles et traversez des ruisseaux. À votre rythme. Suivez les routes signalisées et elles vous emmèneront dans des paysages que vous ne pouvez pas imaginer...Êtes-vous prêt pour l'aventure?

f you like life on two wheels, this option was designed for you. Pedal, climb steep paths and cross streams. At your own pace. Follow the marked routes and they will lead you through locations you could not imagine...Are you ready for adventure?

Senyalització / señalización / signalisation / signs

visitsantpere.com
SANT PERE PESCADOR

A Sant Pere Pescador respirareu riu, mar, platja i natura. Els camins us mostraran el riu Fluvià i l'Illa Caramany, reserva integral del Parc Natural Aiguamolls de l'Empordà, envoltats de natura, calma i tranquil·litat.

En Sant Pere Pescador se respira río, mar, playa y naturaleza. Los caminos os mostraran el río Fluvià y la Illa Caramany, reserva integral del Parque Natural Aiguamolls de l'Empordà, rodeados de naturaleza, calma y tranquilidad.

À Sant Pere Pescador on respire la rivière, la mer, la plage et la nature. Les routes montrerant la rivière Fluvià et l'Illa Caramany, réserve intégrale de Parc Naturel Aiguamolls de l'Empordà, remplis de nature, calme et tranquillité.

In Sant Pere Pescador breathes the river, the sea, the beach and nature. The roads will show you the Fluvià River and the Illa Caramany, part of the Natural Park Aiguamolls de l'Empordà, surrounded by nature, calm and tranquility.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

elportdelaselva.cat
EL PORT DE LA SELVA

Els dels que no poden deixar de pedalar? Doncs enlla't a la bici i descobreix els racons més amagats i intrínsecs del Cap de Creus, els paisatges més verges i les cales perdudes enmig d'un mar de naturalesa. Explora, viu, desperta!

¿Eres de los que no pueden bajar de la bicicleta? Pues súbete a ella y descubre los rincones más escondidos e intrínsecos del Cap de Creus, los paisajes más vírgenes y las calas perdidas en medio un mar de naturaleza. Explora!

Vous êtes de ceux qui ne peuvent pas s'arrêter de pédaler? Puis enfourchez votre vélo et découvrez les coins les plus cachés et intrinsèques du Cap de Creus, des paysages les plus vierges et des criques perdues au milieu d'une mer de nature.

Do you fancy a ride out in the Natural Park of Cap de Creus? Get on the bike and discover the wildest trails, the natural landscapes with breathtaking views and spottles beaches hidden in the middle of the natural park. Go!

Senyalització / señalización / signalisation / signs

castelloempuriabrava.com
RUTA DELS ESTANYS

Aiguamolls de l'Empordà - Castelló d'Empúries

La ruta us portarà a conèixer una variada i extensa zona del Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà. Visitareu llocs de gran interès paisatgístic i ecològic, com les dues reserves integrals de les Llaunes i la dels Estanyes. Es pot fer a peu o en bicicleta.

La ruta os llevará a conocer una variada y extensa zona del Parque Natural dels Aiguamolls de l'Empordà. Podran visitar lugares de gran interés paisajístico y ecológico, como las dos reservas integrales, la de Les Llaunes y la dels Estanyes. Se puede realizar a pie o en bicicleta.

La route vous permettra de découvrir l'immensité et la diversité d'une zone du Parc Naturel des Aiguamolls de l'Empordà. Vous visiterez de nombreux sites d'un intérêt écologique et paysager, et en particulier deux réserves complètes, celle des Llaunes et celle des Estanyes. Il est accessible à pied et à vélo.

On this route you will discover a vast and varied area of the Empordà Marshes Nature Park. You will visit numerous places of scenic and ecological interest, and in particular two complete reserves, Les Llaunes and Els Estanyes. The route can be done on foot or by bike.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

visit.roses.cat
ROSES

Volta completa per la vall de Montjoi que discorre enmig d'un paisatge feréstec, on descobrirem el fenomen del megalitisme i gaudirem d'espectacles panoràmics al Cap Norfeu. Pot ser circular, amb tornada a Roses, o lineal, fins a Cadaqués.

Vuelta completa por el valle de Montjoi que transcurre enmedio de un paisaje agreste, donde descubriremos el fenómeno del megalitismo y disfrutaremos de espectaculares panorámicas al cabo Norfeu. Puede ser circular, con vuelta a Roses, o lineal, hasta Cadaqués.

Tour complet de la vallée de Montjoi à travers d'un paysage sauvage où découvrir le phénomène du mégalithisme et profiter d'spectaculaires vues panoramiques du cap Norfeu. Circulaire, avec retour à Roses, ou linéal, jusqu'à Cadaqués.

Bike track through the Montjoi valley that takes place in the midst of a wild landscape, where we will discover megalithic monuments and enjoy awesome panoramic views of Norfeu cape. It can be circular, with return to Roses, or linear, to Cadaqués.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

salines-bassegoda.org
SALINES BASSEGODA

Els municipis de Salines Bassegoda són una tercera part de la comarca de l'Alt Empordà. Situatls al triangle nord-est de la comarca, aquesta àrea gaudeix d'una immensa diversitat de paisatges i valors naturals i culturals. És aquesta gran riquesa el que fa atractives les trenta-tres rutes BTT que hi ha al Centre BTT Salines Bassegoda.

Los municipios de Salines Bassegoda son una tercera parte de la comarca del Alt Empordà. Situtados en el triángulo noreste de la comarca, esta área tiene una gran diversidad de paisajes y valores naturales y culturales. Es esta gran riqueza lo que hace atractivas las treinta y tres rutas BTT que hay en el Centro BTT Salines Bassegoda.

Les villages de Salines Bassegoda sont un tiers de la région de l'Alt Empordà. Situés sur le triangle nord-est de la région, cette zone jouit d'une immense diversité de paysages et de valeurs naturels et culturels. Ce sont ces richesses qui font beaucoup plus attractives les trente-trois routes de VTT, qu'il y a au centre VTT Salines Bassegoda.

The villages of Salines Bassegoda are a third part of the total of the region Alt Empordà. They are located in the north east part of the region, this area has a huge diversity of landscapes, natural and cultural values. This richness is what makes attractive the thirty-three mountain bike trails that are in the Mountain Bike Centre Salines Bassegoda.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

pirinexus.cat
PIRINEXUS

Pirinexus és una ruta de 353 quilòmetres de recorregut, que uneix la Catalunya Nord amb les comarques Gironines. Està pensada per a poder-se fer per etapes.

Pirinexus es una ruta de 353 kilómetros de recorrido que une las comarcas de Girona con el sur de Francia. Está pensada para poderse hacer por etapas.

Pirinexus, c'est un circuit de 353 km, pensé pour être réalisé à des rythmes différents ou pour être compléé à différents endroits. Vous pouvez faire du vélo et planifier des étapes à votre mesure.

Pirinexus is a route of 353 km designed for different rhythms, which can be started from various points. You can cycle and plan your route by stages.

Senyalització / señalización / signalisation / signs

L'Alt Empordà en bicicleta

empordaturisme.com

El Alt Empordà en bicicleta
L'Alt Empordà à vélo
L'Alt Empordà by bike

- 1** Ruta 4: Volta al Pantà
38,58km. ⚡ 752m.
 - 2** Ruta 6: Els Senglanassos
15,98km. ⚡ 998m. ⚡ 1.000m.
 - 3** Ruta 8: L'Alta Garrotxa
47,86km. ⚡ 1.423m.
 - 4** Ruta 9: El Fluvià
30km. ⚡ 156m.
 - 5** Ruta 13: Vilafant - La Garriga
28,29km. ⚡ 305m. ⚡ 326m.
 - 6** Ruta 17: Pont de Molins - Boadella - Biure
26km. ⚡ 450m.
 - 7** Ruta 22: Cistella - Vilariig - Terrades
16,94km. ⚡ 444m. ⚡ 442m.
 - 8** Ruta 25: Llers - Palau Surroca - St. Quirze d'Olimels
15,2km. ⚡ 185m. ⚡ 203m.
 - 9** Ruta 33: Agullana - Santa Eugènia - La Vajol
19,3km. ⚡ 740m. ⚡ 734m.
- salines-bassegoda.org
- 10** Eix cicloturístic Figueres - Roses
23km. ⚡ 39m. ⚡ 59m.
 - 11** Ruta cicloturística del Fluvià
29,5km. ⚡ 125m. ⚡ 125m.
 - 12** Ruta de l'Escala - Empúries al Fluvià
23km. ⚡ 57m. ⚡ 57m.
 - 13** Peralada - Serra d'Altrera
20km. ⚡ 108m. ⚡ 108m.
 - 14** Ruta dels Aspres i l'Albera
45km. ⚡ 664m. ⚡ 664m.
 - 15** Itinerari megalític de Capmany
13,5km. ⚡ 187m. ⚡ 187m.
- empordaturisme.com
- 16** Ruta 1: Valleta - Sant Silvestre - Valleta
6km. ⚡ 39m. ⚡ 59m.
 - 17** Ruta 3: Ruta dels dòlmins i les ermites
23,67km. ⚡ 883m. ⚡ 684m.
- visitlanca.cat
- 18** Ruta 8: Camí de la Lliúdriga - Mig de dos rius
6,65km. ⚡ 0m. ⚡ 0m.
 - 19** Ruta 10: Itinerari Natural
7,40km. ⚡ 0m. ⚡ 0m.
- visitsantpere.com
- 20** Ruta: El Port de la Selva - Costa de l'Oratori - Perafita - La Selva de Mar
23km. ⚡ 457m. ⚡ 457m.
- eiportdelaselva.cat
- 21** Ruta: Roses - Cadaqués
37,55km. ⚡ 1.076m. ⚡ 1.072m.
- visit.roses.cat
- 22** Camí natural de la Muga
Camino Natural de la Muga / Sentier Naturel de la Muga / La Muga Nature Trail
40km. ⚡ 400m. ⚡ 239m.
- empordaturisme.com
- 23** Ruta dels Estanys
Ruta de los Estanques / Route des Étangs / The Pool Route
38km. ⚡ 32m. ⚡ 32m.
- castelloempuriabrava.com

- GR 11**
- GR 2**
- GR 1**
- GR 92**

- GR**
- Camí de Sant Jaume**
Camino de Sant Jaume / Chemin de Sant Jaume / The way of Sant Jaume
- PIRINEXUS**
- AVE**
TGV / High-Speed Train
- TREN**
Tren / Train / Railway
- CIM**
Pico / Sommet / Peak
- AUTOPISTA - AUTOVIA**
Autopista - Autovia / Autoroute - Quatre voies / Motorway - Highway
- CARRETERA PRINCIPAL**
Carretera principal / Route nationale / Main road
- CARRETERA LOCAL**
Carretera local / Route départementale / Local road
- RIUS**
Rios / Rivieres / Rivers

- PUNT D'ACOLLIMENT**
Punto de acogida / Point accueil / Welcome point
- INFORMACIÓ**
Información / Information
- ESTACIÓ AVE**
Estación Ave / Gare TGV / High-Speed Train Station
- ESTACIÓ DE TREN**
Estación de tren / Gare Ferroviaria / Train Station

