

---

# La Costa Brava, 365 días de experiencias

---

Dosier de prensa 2019



Costa Brava  
Pirineu de Girona



Portada: Calella de Palafrugell, IPEP

Interior: Girona, Àlex Tremps. Cadaqués, Maria Geli - Pilar Planagumà.  
Teatro Museo Dalí, Fundación Gala Salvador Dalí, Imma Parada. Arroz Mar  
y Montaña, Joan Divi. Viña D.O Espelt Viticultors, Archivo Imágenes PTCBG.  
Gambas, Maria Geli - Pilar Planagumà. Islas Medes, A. Gosteli. Skydive, Mike  
Burdon. Hotel & Spa Terraza, Javi Cabrera. Begur, Jaume Campderros.

# La Costa Brava, 365 días de experiencias

**Recorrer los caminos de ronda de la Costa Brava, pedalear por las vías verdes de las comarcas de Girona, degustar los vinos de la D. O. Empordà, saltar en paracaídas sobre la bahía de Roses, gozar de la gastronomía del territorio en restaurantes con estrellas Michelin, vivir los festivales de música, realizar bautizos de submarinismo y también astronómicos... son algunas de las experiencias más auténticas que ofrece la Costa Brava al visitante que busca disfrutar de unas vacaciones memorables.**

La provincia de Girona, situada entre Barcelona y la frontera con Francia, acoge las marcas turísticas Costa Brava y Pirineu de Girona. Este territorio presenta los atractivos necesarios para ser descubierto y vivido intensamente por todos aquellos visitantes que deseen experimentar, en un espacio amigable y abierto al turismo, la tierra de Dalí, con sus escenarios vitales e inspiradores, una cocina vanguardista y tradicional, un mosaico policromo de paisajes y la realidad actual de la idiosincrasia de su capital, Girona.

La capital de la provincia es una ciudad mediana bien comunicada, con aeropuerto y estación de AVE, a medio camino entre la costa y los Pirineos. **Girona hace gala de ser una de las ciudades españolas con mejor calidad de vida.** Se trata de un conocido destino de *city break* gracias a su oferta cultural, monumental y comercial, además de contar con buenas comunicaciones terrestres y ferroviarias. Es destacable la conservación de su patrimonio, con un casco antiguo que concentra numerosos puntos de interés. Merece la pena visitarla en mayo, durante la exposición *Girona, tiempo de flores*, y en otoño, coincidiendo con las fiestas patronales y el festival de artes escénicas Temporada Alta. Así mismo, la ciudad se posiciona como destino de turismo deportivo y, además, cuenta con dos equipos en las máximas

competiciones españolas de fútbol y de baloncesto femenino: el Girona FC y el UNI Girona.

La Costa Brava es un destino de 365 días conocido por localidades como Lloret de Mar, Roses, L'Escala, Platja d'Aro o Cadaqués. Ofrece infraestructuras, equipamientos, productos y servicios turísticos aptos e inclusivos para los visitantes que deseen gozar de unas vacaciones memorables en compañía de la familia, la pareja o los amigos. Los deportistas y los amantes de las actividades al aire libre, los apasionados por la cultura, los profesionales de los negocios, los adeptos al bienestar, los *gourmands*, los cruceristas... encuentran en la Costa Brava una amplia variedad de productos y actividades de alta calidad.

En cuanto a la oferta específica de productos turísticos de alta gama y exclusivos de la Costa Brava destacan, en el apartado de alojamiento, los pequeños hoteles de tipo familiar y con encanto, así como también las empresas de transporte y de actividades, y las agencias especializadas en viajes de lujo y a medida, que ofrecen programas exclusivos, servicios personalizados y experiencias selectas para el visitante que busca descubrir el territorio de una manera distinta.



## Paisaje y luz mediterránea

En el imaginario de muchos, la Costa Brava se identifica por sus **245 playas** de arena dorada y por sus pequeñas calas rodeadas de vegetación y de acantilados rocosos, que se extienden desde Portbou hasta Blanes a lo largo de 220 km de costa. Actualmente, en 37 playas y puertos náuticos ondea la bandera azul otorgada por la FEE (Foundation for Environmental Education).

Pequeños núcleos de litoral con encanto como Cadaqués, Calella de Palafrugell y Begur, y poblaciones turísticas de ocio como Roses, L'Escala, Platja d'Aro, Tossa de Mar, Lloret de Mar y Blanes se presentan con multitud de propuestas para acoger y satisfacer las expectativas de cualquier visitante atraído por la luz y el clima mediterráneo.

El destino, además, cuenta con ocho municipios de costa certificados con el sello **Destino de Turismo Familiar** (DTF), al disponer específicamente de productos y servicios turísticos para atender a las necesidades de las familias.

Las principales ciudades de vacaciones de la costa Brava son Roses, Sant Pere Pescador, Torroella de Montgrí-l'Estartit, Calonge i Sant Antoni, Castell-Platja d'Aro, Sant Feliu de Guixols, Lloret de Mar y Blanes.



## Viaje a una tierra tejida de cultura

Con más de **550 elementos patrimoniales** catalogados de alto interés en la provincia de Girona, la oferta de turismo cultural de la Costa Brava atrae a millones de visitantes seducidos por la rica e intensa herencia histórica y artística del territorio.

Es una zona donde el románico se desplegó ampliamente y donde perviven auténticas joyas patrimoniales como los monasterios de Sant Pere de Rodes y Sant Pere de Galligants, o los castillos de Begur y Montsoriu, testimonios de una época dorada en la historia de Cataluña.

Los pueblos medievales de Peralada, Pals, Peratallada, Madremanya y Monells son conjuntos arquitectónicos excelentemente conservados y valiosos por contener interesantes elementos escultóricos civiles y religiosos. En ellos destaca también la presencia de un rico patrimonio artesanal tal como demuestran los numerosos eventos temáticos —ferias, fiestas y mercados— relacionados con su historia que ocupan el calendario anual.

El viajero no se puede perder **el Triángulo Daliniano**, integrado por el Teatro-Museo Dalí de Figueres, la Casa-Museo Salvador Dalí de Portlligat y el Castillo Gala Dalí de Púbol, y que incluye además exposiciones temporales especiales en sus espacios. **Con cerca de 1,5 millones de visitantes, se erige como el conjunto museístico más visitado de la provincia y el tercero más visitado de Cataluña.**

Pero la cultura en la Costa Brava es mucho más que los vestigios iberos, griegos y romanos, el legado de Salvador Dalí y las colecciones que albergan los 26 museos de temática variada que integran la Red Territorial de Museos de las comarcas de Girona; la cultura es también el centenar de festivales de distinto género que se ofrecen en el territorio —música, teatro, arte, cine, circo, magia—, las fiestas declaradas de interés nacional, la red de espacios de la memoria (MUME y Walter Benjamin) o las rutas temáticas especiales —indianos, literarias, científicas, modernista— que se han creado para introducir, acercar y compartir con el visitante las raíces y la historia de un territorio y de su gente.

Desde hace tres años, cada mes de noviembre la provincia de Girona acoge el **festival Som Cultura, el mes de las experiencias culturales**, que pretende estimular el interés y el consumo cultural de los habitantes y los visitantes durante el otoño.

Cabe destacar que el 2018 y el 2019 han sido declarados Año del Turismo Cultural en Cataluña y que la Agencia Catalana de Turismo y el Patronato de Turismo Costa Brava Girona desarrollan un programa internacional de acciones promocionales y de comunicación para divulgar la oferta cultural del territorio.



## Territorio de estrellas Michelin

La riqueza gastronómica de la provincia de Girona hace que sea un placer sentarse a la mesa y degustar sus platos de mar y montaña, como el pollo con cigalas, el arroz con conejo y almejas, los calamares rellenos, maridados, siempre, con los excelentes vinos de la Denominación de Origen Empordà.

La base de la buena gastronomía de este destino son sus productos, un recetario milenario adaptado a nuestros días y el buen hacer de sus cocineros y de los más de 2000 establecimientos de restauración que practican distintas cocinas: catalana, de mercado o de autor. Es remarkable la gran diversidad, la riqueza y la calidad de los productos agroalimentarios que da este territorio, así como los numerosos distintivos y sellos de garantía con que cuenta, como el Girona Excel·lent. El orgullo por el producto se populariza en forma de ferias y muestras gastronómicas, y a menudo se acompaña de jornadas gastronómicas temáticas que hacen las delicias de los amantes de la buena cocina y de la buena mesa.

El destino es bien conocido por poseer **dieciséis restaurantes que suman veinte estrellas Michelin**, entre los que cabe destacar **El Celler de Can Roca en Girona, de los hermanos Roca, segundo mejor restaurante del mundo en el 2018** según la prestigiosa revista *Restaurant Magazine*. Además, Joan Roca ha sido declarado Best Chef 2018 por la organización profesional The Best Chef Awards. Otros dos cocineros notorios son **Paco Pérez, actualmente el único chef español con seis estrellas Michelin, y Fina Puigdevall, del restaurante Les Cols de Olot, galardonada con el Premio Nacional de Gastronomía 2019.**

Por otra parte, cabe mencionar que a mediados del 2019 entrará en funcionamiento la fábrica de chocolate Casa Cacao de Jordi Roca en Girona, y que a finales del 2020 verá la luz el proyecto de El Bulli Foundation de Ferran Adrià, futuro centro de creatividad e investigación culinaria, en Roses.

En la demarcación de Girona siempre ha habido buena cocina y, desde hace algunas décadas, también buenos vinos. De este modo, realizar una ruta enoturística por la Costa Brava siguiendo las propuestas de la **Ruta del Vino D. O. Empordà** es la mejor manera de descubrir el mundo del vino ampurdanés y su territorio. Con una extensión de 2000 hectáreas de viña que agrupan a más de 300 viticultores y 43 bodegas, 27 de las cuales ofrecen experiencias enoturísticas, el destino permite al visitante sumergirse en el universo del vino, el *terroir*, la tramontana y el campo.

Pocos mosaicos como los que forma el Ampurdán pueden ser la base de variedades con sabores tan auténticos y diferenciados, que merecen ser conocidos y degustados mediante la práctica del enoturismo. Cada mes de abril, desde hace seis años, tiene lugar el festival Vivid, el mes de las experiencias enoturísticas de la Costa Brava.

Así mismo, en los últimos años ha aumentado la aparición de empresas que ofrecen actividades enogastronómicas dirigidas esencialmente al visitante sibarita que busca degustar y aprender sobre cocina catalana y mediterránea mediante *showcookings*, talleres y rutas gastronómicas.

---

### Lista restaurantes con estrellas Michelin:

El Celler de Can Roca \*\*\*  
 Miramar \*\*  
 Les Cols \*\*  
 Els Brancs \*  
 Les Magnòlies \*  
 Bo.TiC \*  
 Ca l'Arpa \*  
 Ca l'Enric \*  
 Casamar \*  
 Els Tinars \*  
 La Cuina de Can Simon \*  
 Fonda Xesc \*  
 Massana \*  
 Empòrium \*  
 Peralada\*  
 Terra \* (nuevo)



## Oasis de naturaleza

Los espacios naturales protegidos son la parte más visible y abierta a los visitantes de esta red de naturaleza viva situada en las comarcas de Girona; una red que va de la montaña al mar, de los bosques al litoral mediterráneo, y que representan **el 31 % de la superficie total del destino**.

La provincia de Girona cuenta con siete parques naturales, cuatro de los cuales se hallan incluidos dentro de la marca turística Costa Brava. Son, de norte a sur, el parque natural del Cap de Creus, primer parque marítimo-terrestre de Cataluña, el parque natural de los Aiguamolls de l'Empordà, humedal de importancia internacional, el parque natural del Montgrí, las Islas Medes y el Baix Ter, el de más reciente creación y que posee el sello EUROPARC de sostenibilidad turística, **y el parque natural del Montseny, primer espacio declarado reserva de la biosfera por la Unesco en la provincia y que posee el sello CETS**. Así mismo, destacan otros espacios como el paraje natural de interés nacional de la Albera, macizo que constituye la frontera franco-española, o el macizo de las Gavarres, el espacio más septentrional de la cordillera catalana, que también forman parte de la Red Natura 2000.

En los espacios protegidos se desarrollan actividades turísticas sostenibles que permiten al visitante descubrir las zonas de manera activa y respetuosa con el medio. Entre las más habituales se encuentran las excursiones de senderismo y cicloturismo, así como los deportes acuáticos, las actividades de observación de fauna y flora, y los eventos y actividades socioculturales.

En la actualidad, **la Costa Brava trabaja para ser declarada, en el año 2021, reserva de la biosfera**, un reconocimiento internacional concedido por la Unesco que aboga por la conservación del paisaje y el ecosistema y por la sostenibilidad. De completarse el proceso con éxito, sería el tercer destino de Cataluña con este sello, tras el Montseny y las Terres de l'Ebre. A nivel mundial existen unas 700 reservas de la biosfera, de las cuales 48 están en España, el país con más distintivos de todo el mundo.

Como complemento a los espacios naturales, existen tres jardines botánicos y uno renacentista que se presentan como balcones sobre el Mediterráneo y que resultan ideales para aquellos visitantes interesados en la botánica, el arte y la arquitectura.

## 365 días de actividad, aventura y diversión

Para el visitante más aventurero y activo, una buena manera de descubrir la Costa Brava es practicando **actividades en tierra** firme como el senderismo, recorriendo senderos locales —más de 2000 km—, senderos de gran recorrido o de la red Itinerànnia, y también los cada vez más populares **caminos de ronda**. Otras opciones son el ciclismo de carretera, el de montaña o el cicloturismo, transitando por la ruta Pirinexus, paseando por vías verdes o pedaleando relajadamente en bicicleta eléctrica, la *burricleta*, por ciudades y pueblos del interior de la provincia de Girona. En este ámbito, destaca la celebración en la ciudad de Girona, en el mes de junio, **del festival Sea Otter Europe Costa Brava Girona**. Otras actividades en contacto con el entorno habituales en la zona son la hípica, la escalada y el golf. Este último deporte se puede practicar en cualquiera de los ocho campos de la provincia, entre ellos el **PGA Catalunya Resort, considerado el mejor campo de golf de España** por la prestigiosa publicación Top100golfcourses.com.

En cuanto al **medio acuático**, el litoral de la Costa Brava cuenta con dieciocho marinas y puertos deportivos que posibilitan a las embarcaciones de recreo amarrar en la costa gerundense. Poblaciones de litoral como Roses, Sant Pere Pescador, L'Escala, L'Estartit, Palamós, Platja d'Aro, Lloret de Mar y Blanes abanderan la oferta de actividades náuticas y acuáticas —vela, catamarán, windsurf en todas sus variantes, kayak de mar, submarinismo y snorkel— y permiten al visitante conocer la singularidad de este destino



## Un territorio genuino donde las ideas fluyen

desde el mar. Las inmersiones en los más de 60 puntos de buceo para todos los niveles que ofrecen los 34 centros de submarinismo existentes entre Blanes y Portbou hacen las delicias de aquellos que desean descubrir la Costa Brava desde otra dimensión. Cabe destacar que, en el mes de junio, las aguas de **la bahía de Roses acogen una prueba del Campeonato del Mundo de Windsurf.**

En el **medio aéreo** se pueden practicar actividades como el salto en paracaídas en **uno de los tres mejores centros de paracaidismo del mundo, el Skydive Empuriabrava**, o las excursiones en globo aerostático, que ofrecen unas magníficas vistas de las llanuras del Ampurdán desde el cielo a primera hora de la mañana. Finalmente, quienes deseen experimentar la sensación de la caída libre en un espacio seguro disponen de un túnel del viento, también en Empuriabrava.

En el terreno de la práctica del deporte, tanto amateur como profesional, la Costa Brava cuenta con **cinco Destinos de Turismo Deportivo** (según la Agencia Catalana de Turismo) — Banyoles-Pla de l'Estany, Castelló d'Empúries-Empuriabrava, Girona, Lloret de Mar y Blanes— que promueven disciplinas deportivas tan diversas como el ciclismo de carretera, la bicicleta de montaña, el triatlón, el atletismo, el fútbol, la natación, el tenis, el remo y el piragüismo, entre otras. Además, **la demarcación cuenta con un amplio elenco de deportistas de élite que residen y entrenan regularmente en la zona, y dispone de excelentes instalaciones deportivas**, empresas de servicios y alojamientos especializados, así como agencias receptoras organizadoras de eventos deportivos de ámbito internacional.

Lejos de la masificación de las grandes ciudades y a una hora de la metrópoli de Barcelona, **la Costa Brava se posiciona como uno de los destinos de turismo de negocios, convenciones y viajes de incentivos alternativos a las grandes ciudades europeas.**

La proliferación de centros congresuales polivalentes y modernos, adaptables a todo tipo de eventos, generalmente situados en áreas céntricas y próximas a alojamientos y zonas de ocio, permite celebrar desde reuniones científicas y empresariales hasta todo tipo de congresos médicos, convenciones sectoriales y presentaciones de producto en distintas poblaciones, como Girona, Lloret de Mar, Roses, Olot, Torroella de Montgrí, Sant Feliu de Guíxols, Palamós y Platja d'Aro.

La Costa Brava, así pues, también ofrece espacios singulares y exclusivos para celebrar eventos y reuniones profesionales en entornos naturales e históricos como castillos, monasterios, museos, jardines, playas, masías, bodegas... Más allá del trabajo, y para fomentar el espíritu de equipo, las empresas encuentran en el destino una extensa oferta de experiencias genuinas como complemento a convenciones, sesiones de trabajo, cursos formativos y presentaciones de producto. El abanico de propuestas incluye desde actividades de ocio y adrenalina al aire libre en entornos de gran belleza hasta cursos y talleres de cocina, sesiones de astronomía y visitas culturales temáticas.







## Bálsamos de bienestar

Un viaje a la Costa Brava representa para muchos visitantes unas vacaciones para pasarlo bien y satisfacer el espíritu deportivo y aventurero... pero también hacer una parada en el día a día para disfrutar de una agradable estancia antes de volver a empezar, recuperando toda la energía y la sensación de serenidad y armonía.

En un ritmo diario sin tregua, la provincia de Girona ofrece una carta de posibilidades para encontrar tiempo y disfrutar del entorno mientras se descubren **nuevas actividades que combinan placer y terapia**, como *mindfulness*, baños de bosque, yoga, chi kung, danzaterapia, tratamientos y circuitos termales, sin olvidar experiencias gastronómicas con cocina saludable, visitas culturales contemplativas y actividades deportivas.

Estas actividades se desarrollan **en hoteles con spa, balnearios del siglo xix completamente actualizados, innovadores centros de salud y relax**, o establecimientos especializados en retiros y actividades de bienestar. Romper rutinas con una escapada *wellness* permite liberarse del estrés y recuperar la buena forma.





## Accesibilidad universal

En la Costa Brava existe una oferta diversificada de **actividades inclusivas** culturales, deportivas y de contacto con la naturaleza. El destino ofrece desde visitas guiadas en lenguaje de signos, tableros y mesas de manipulación y material en Braille en monumentos y museos, hasta actividades al aire libre adaptadas para personas con diversidad funcional para practicar submarinismo, cicloturismo, kayak, parapente o vuelo en globo aerostático, entre otras. También cuenta con establecimientos turísticos que disponen de plazas de alojamiento accesible.

Finalmente, la provincia de Girona ofrece **multitud de opciones de alojamiento** para disfrutar al máximo de la Costa Brava y también del Pirineo de Girona. Existen establecimientos hoteleros de todas las categorías, apartamentos turísticos, campings y ciudades de vacaciones, pero también alojamientos rurales y albergues. En torno a 600 000 plazas satisfacen las necesidades de los visitantes.

Sin duda, la Costa Brava ofrece un amplio abanico de posibilidades al visitante que llega a esta región atraído por el clima, la naturaleza, la cultura, la gastronomía, el ocio, las actividades y la hospitalidad de sus habitantes.

[www.costabrava.org](http://www.costabrava.org)

Sala de prensa:  
[premsa.costabrava.org](mailto:premsa.costabrava.org)

Banco de imágenes:  
[fotos.costabrava.org](http://fotos.costabrava.org)

---

# La Costa Brava, 365 días de experiencias

---

Dosier de prensa 2019

[www.costabrava.org](http://www.costabrava.org)  
[www.pirineugirona.org](http://www.pirineugirona.org)



Costa Brava  
Pirineu de Girona



Diputació de Girona

**G!rona** Patronat de Turisme  
Costa Brava Girona

Av. Sant Francesc, 29 - 3a planta - 17001 Girona  
Tel. +34 972 208 401 - Fax +34 972 221 570  
[costabrava@costabrava.org](mailto:costabrava@costabrava.org)