

Cala del Vigatà (Sant Feliu de Guixols).

INTRODUCCIÓN



INTRODUCCIÓN

*"Conoces el país del naranjo florido? Entre el follaje oscuro
bulle el fruto de oro . Allí se da el altivo laurel y el mirto suave,
brizados por la dulce brisa bajo el cielo azul. ¿No sabes dónde
está ese país?... Allá. Vente conmigo ¿quieres? a ese país, amor."*

GOETHE. Traducción de S. SANCHEZ

Presentación

La Costa Brava es uno de los destinos turísticos más importantes del mundo, pero paradójicamente, también es uno de los territorios que concentra un patrimonio humano y paisajístico de primera línea mundial. Esta realidad, la que tiene que ver con la naturaleza, los asentamientos históricos, y en definitiva, con el paisaje en toda su dimensión, se convierte en un valor añadido que ahora mismo sigue manteniéndose en un segundo plano respecto a los grandes centros turísticos de acogida. La concentración de hoteles, apartamentos y chalés, ha conseguido en poco más de un cuarto de siglo aniquilar el paisaje físico y humano tal como se había conocido hasta más o menos los años 50 del siglo XX. Las imágenes en blanco y negro de los antiguos pueblos de pescadores, reconvertidos en paradigma de paraíso mediterráneo moderno, ya son un legado que únicamente podemos recuperar en las hemerotecas. La transformación paisajística ha sido notable, pero no negaremos que ha supuesto un hecho inevitable para asegurar el desarrollo económico. Este hecho, la creación de grandes complejos residenciales en tiempos de vacíos legales y nula consciencia ecológica, toca ahora gestionarlo de la mejor manera con un pensamiento claro y contundente: la preservación del paisaje no sólo es un deber que debe cumplir y hacer cumplir toda administración pública, sino un derecho que cualquier ciudadano del planeta debe reclamar y denunciar.

El futuro de la Costa Brava estará sin resolver mientras los desastres urbanísticos estén aún por encima de la preservación del paisaje y de los ecosistemas naturales, tanto litorales como de las tierras interiores. Últimamente, la defensa de este patrimonio de valor incalculable ha levantado voces que proponen la preservación global del territorio, principalmente de las comarcas ampurdanesas. En este sentido, los amantes del Empordà romántico pretenden de buena fe impulsar una nueva proyección internacional con afirmaciones del tipo que es "la Toscana catalana". Desde mi humilde punto de vista, el Empordà no sólo es mucho mejor que la famosa región italiana de la Toscana en cuanto a diversidad paisajística, sino que su gran futuro vendrá cuando el término Empordà-Costa Brava sea identificado como marca propia de alta calidad. Una calidad

que no solamente debe venir de la mano de la gastronomía o de los grandes centros "resort", como muy bien lo están trabajando los principales agentes económicos. El auténtico futuro está en el patrimonio, en redescubrir rincones en algunos casos aún en estado salvaje y en redescubrir asentamientos donde el ser humano se estableció muchos siglos atrás, justamente gracias a la riqueza ecológica y paisajística. En definitiva, es preciso transitar a pie por los itinerarios propuestos en esta guía para darnos cuenta del peso geoestratégico de un territorio incomparable, el cual dispone de la mejor puerta de entrada a la monumental ciudad de Girona.

Distribución geográfica

La singularidad geográfica del Empordà y de la Costa Brava, radica en un aspecto fundamental: el encaje de la península Ibérica y el plegamiento de la sierra de los Pirineos. De esta manera, Iberia, Pirineos, Europa y Mediterráneo son los cuatro pilares para entender el origen y la razón de estos valores. Para tratar de concretar un poco más el marco geográfico, establecemos una división en dos sectores. El sector norte se extendería desde la frontera con Francia hasta el macizo del Montgrí, es decir, des de los contrafuertes más orientales de los Pirineos hasta el valle del río Ter, alcanzando toda la ancha llanura que se correspondería con los límites de la comarca del Alt Empordà. El sector sur por el contrario, quedaría fijado desde el llamado curso del río Ter hasta la desembocadura del río Tordera, integrando los macizos más septentrionales de la sierra Litoral Catalana, coincidiendo con los límites de la comarca del Baix Empordà y la franja costera de la comarca de la Selva.



Cala Taballera (Cap de Creus).

Sector norte

La llamada Serra de l'Albera, Parque Natural desde el año 1986, concentra con toda probabilidad uno de los ecosistemas de media montaña mejor preservados de la sierra pirenaica, con altitudes de mil metros sobre el nivel del mar y dos marcadas vertientes a cada lado de la frontera franco-española, con alternancia de los bosques de componente eurosiberiano (robleadas y hayales) y los bosques más típicamente mediterráneos (pinas y alcornoques). En nuestra recopilación de itinerarios, sólo concretamos la visita a este espacio en su franja litoral (itinerarios 1 y 2), reservando las demás zonas para otro título específico del Alt Empordà. El seguimiento de la línea de la costa hacia el sureste nos lleva al enlace con la península del Cap de Creus, espacio también con categoría de Parque Natural desde el año 1998. En este caso, es preciso contemplar tres áreas orográficas; la montaña de Verdera (itinerarios 3 y 4), la costa entre el Port de la Selva y Cadaqués (itinerarios 5 i 6) y la costa entre Cadaqués y Roses (itinerario 7). El hecho más destacado en el extremo donde los Pirineos se hunden majestuosamente en la Mediterránea, es encontrar un conjunto excepcional de rocas que afloran, las rocas más antiguas que emergieron desde las profundidades de la corteza terrestre a efectos del plegamiento pirenaico. El modelaje posterior a cargo de los agentes atmosféricos dominantes, el agua y el viento, ha dado como resultado un paisaje dramático, recortado y roto, repleto de puntas, calas y acantilados, un paisaje de gran fuerza y pureza con tres hitos de visita ineludible: el milenar monasterio de Sant Pere de Rodes, la villa de Cadaqués y la punta que representa el extremo más oriental de Iberia donde descubrimos la ambientación que inspiró al mítico pintor Salvador Dalí. La referencia del artista ampurdanés más universal, obliga a recomendar también la visita al Teatro-Museo Dalí de Figueres, la capital del Alt Empordà y una base perfecta para planificar actividades y excursiones por todo el sector norte de la Costa Brava.

Un poco más al sur, la Costa Brava presenta una dimensión radicalmente opuesta. La razón, la apertura del golfo de Roses y la gran llanura de sedimentación ampurdanesa donde desembocan los ríos Muga y Fluvià, unos cursos fluviales de longitud pequeña pero de una remarcable aportación en cuanto a caudales de agua dulce. Ocupando el centro de este contexto, la presencia del Parque Natural de los Aiguamolls de l' Empordà (itinerario 8), no sólo se convierte en un conjunto de zonas húmedas de un alto valor ecológico para ser destino de buena parte de las aves migratorias como escala entre los continentes africano y europeo, sino por representar como ningún otro espacio la lucha contra la especulación urbanística. Durante los años sesenta y primera mitad de los años setenta del siglo XX, la construcción de complejos residenciales culminó con la creación de



Ciudad grecorromana de Empúries.

la gigantesca urbanización de canales de Empuriabrava, justamente aprovechando las condiciones de este terreno de inundación tan frágil. Con el fin del régimen franquista, a finales del año 1975, se iniciaban las mayores movilizaciones ciudadanas que no cesaron hasta la declaración de Parque Natural el año 1983.

En cualquier caso, la cuestión histórica de más entidad que es necesario apuntar a los dos lados de este vasto espacio de ciénagas y dunas, es la localización de los dos principales puntos de entrada de las civilizaciones de la Antigüedad a la península Ibérica; al norte la villa de Roses y al sur el asentamiento de Empúries, ambos fundados por los griegos como colonias donde se estableció durante siglos un intenso intercambio comercial que permitió el desarrollo cultural de los pueblos iberos nativos. Con todo, la cultura más primitiva ya se había manifestado con una gran fuerza por todo el territorio durante el período conocido como la Edad del Bronce, con centenares de monumentos megalíticos escondidos en los lugares más estratégicos, los cuales son objeto de visita dentro de algunos de los itinerarios planteados gracias a la rehabilitación de los mismos monumentos y a la señalización de los caminos hecha durante los últimos años. En nuestro trabajo, todo este legado comporta la promoción del territorio como una gran reserva global, aspecto que quedaría simbolizado con la característica silueta del macizo del Montgrí y las islas Medes (itinerarios 9 y 10), la transición física entre el Alt Empordà y el Baix Empordà y un futuro Parque Natural que cuando quede vinculado al resto de parques descritos, los Aiguamolls de l'Empordà, el Cap de Creus y la Serra de l'Albera, seguro que conseguirá la declaración de Reserva de la Biosfera a la que aspira desde hace tanto tiempo. La paradoja en este sentido es que el reconocimiento internacional ya es una realidad que viene dada por

la consolidación del aeródromo de la mencionada urbanización de Empuriabrava como uno de los principales centros de paracaidismo del mundo, ya que el marco del golfo de Roses establece la fusión más poética de los climas, los paisajes y las culturas establecidas entre los Pirineos y la Mediterránea.

Sector sur

La mejora de la red de senderos marcados, adquiere en este sector un mayor protagonismo gracias a la constitución de equipos de trabajo específicos que aseguran el mantenimiento de los itinerarios, una tarea fundamental sin la cual no tendría sentido la elaboración de cualquier tipo de guía excursionista. El paisaje aquí aparece más amable, recogido y bucólico, lleno de sorprendentes rincones cargados de historia que invitan a practicar el senderismo bien entendido. De entrada, a partir de las riberas del río Ter pobladas por los cañaverales, nos adentramos en la llanura bajoampurdanesa concretando un itinerario de paseo que enlaza los más importantes núcleos de población con orígenes feudales (itinerario 11). Núcleos donde contemplamos iglesias, castillos, torres, y plazas en comunión con un entorno rural de gran armonía que el escritor local Josep Pla se encargó de alabar a los cuatro vientos. Acto seguido descubrimos el entramado de macizos que dan forma a esta parte de la Costa Brava, y que al fin y al cabo representa su imagen más identificativa. La imagen de los bosques mediterráneos acercándose hasta la línea de la costa donde el excursionista encuentra una infinidad de calas de apariencia virginal. En algunos casos, la accidentalidad del relieve ha permitido mantener con un gran vigor las características como parajes en estado salvaje, si bien siempre con la presencia próxima de algún hotel o chalé reservado para privilegiados, con una larga lista de visitantes ilustres.

Siguiendo la franja litoral encontramos en primer término el dominante macizo de Begur (itinerario 12), en lo alto del cual se erige la población que le da nombre, ejemplo didáctico de la amenaza que representó la piratería extendida por toda la Mediterránea desde la Edad Media hasta finales del siglo XVIII, hecho que obligaba a un poblamiento de unos kilómetros tierra adentro o sobre posiciones elevadas, así como a la constitución de una vasta red de torres de vigía. Sólo algunas poblaciones con categoría de puerto real como fue el caso de Roses o Palamós, o bien gracias al levantamiento de un potente recinto amurallado como es el caso de Tossa de Mar, se enfrentaron directamente a los ataques llegados desde el mar, los más destructivos de los cuales fueron desencadenados por la armada francesa en lucha con la armada española por el control del territorio norte-catalán. Los asentamientos como Begur, Pals, Palafrugell o Calonge, dentro de una larga lista, posibilitaron

el mantenimiento a lo largo de los siglos de un litoral virgen que a principio del siglo XX quedaría bautizado como la Costa Brava. Los barrios marineros de estas poblaciones, consolidados durante todo el siglo XIX, aún hoy mantienen parte de la esencia romántica, desde Sa Riera a Calella de Palafrugell, pasando por Aiguablava y Tamariu. Una esencia debida a la riqueza de la costa que simboliza la existencia del coral rojo en los fondos submarinos.

Desde Palafrugell hasta Sant Feliu de Guíxols (itinerarios 13, 14 y 16), el uso de los llamados caminos de ronda que siguen la línea de la costa nos llevan a imaginar en la justa medida, el hábitat primitivo que fue ocupado por primera vez por los pueblos íberos y que sirvió de refugio a los pescadores de todas las épocas. Al mismo tiempo, no podíamos prescindir del vínculo con las tierras interiores, pues los macizos de las Gavarres y la Ardenya representan todo un mundo de matices bajo la cubierta del bosque autóctono y auténtica "selva mediterránea", el bosque de gran densidad de encinares y alcornoques (itinerarios 15, 17, 18 y 20). Y es justamente en estos macizos con categoría de Espacios de Interés Natural (PEIN), donde las sorpresas son mayores al descubrir una geología particular y unos enclaves ancestrales. Pero pese a esta importancia del patrimonio físico y humano, tenemos que admitir que nos encontramos en el tramo de litoral que más ha sufrido la especulación urbanística, con el núcleo de Platja d'Aro erigido en centro de ocio y servicios de una región que últimamente se promociona en el mercado turístico como la Costa Brava Centro. La recopilación de excursiones queda cerrada al extremo sur que componen las poblaciones de la llamada Selva marítima (itinerario 19), con Blanes, Lloret de Mar y Tossa de Mar



Calella de Palafrugell en día de temporal.

para ahorrarse sufrimientos. El paisaje y la montaña siempre estarán allí, y no se puede comparar disfrutar de las maravillas que nos ofrece la naturaleza un día espléndido, ya sea en verano o en invierno. También es cierto que en la montaña los cambios meteorológicos bruscos no son una excepción, y por ello es preciso estar preparados disponiendo tanto de una buena condición física como de un buen equipamiento para poder reaccionar de la mejor manera.

Antes de la salida: Federarse y disponer de seguro en alguna modalidad contemplada en los reglamentos de las federaciones de montaña (en Cataluña, la FEEC junto con los clubs o entidades relacionadas). Documentarse y tener previstas posibles alternativas. Dejar dicho el lugar a donde vamos, y si es posible concretar la salida con compañeros de un nivel o condición semejante.

Equipo: Imprescindible siempre llevar encima una mochila como mínimo de 30-40 litros. Aunque sea verano, la ropa de abrigo y la ropa contra el viento o la lluvia no pueden faltar dentro. Recambios de camiseta, pantalones y calcetines, son igualmente necesarios. Los guantes, gorra, gafas de sol y protección solar, son imprescindibles también para proteger las partes más sensibles. Tampoco se puede olvidar una bolsa con comida, así como una botella con agua u otros líquidos (1,5 litros como mínimo). El calzado, siempre muy personal según las condiciones y características del individuo, debe ser flexible pero con suela resistente (botas altas, de media caña o zapatillas de montaña). Por último, la brújula, el altímetro, un buen mapa cartográfico de la zona y un pequeño botiquín son elementos que todo buen montañés no puede olvidar o ahorrar.

Teléfono de auxilio: Emergencias y Bomberos (112).

Mensaje de alerta telefónico en caso de accidente: Quién se ha accidentado – Edad y nombre de los heridos – Lugar del accidente – Estado de consciencia – ¿Sangra? – ¿Respira? – ¿Presenta herida abierta o rotura ósea? – Condiciones meteorológicas del lugar del accidente.

Actuación frente a un herido: No precipitarse – No recriminar una posible negligencia – Controlar el pulso, nivel de consciencia y respiración – Observar los ojos (pupilas), posibles fracturas cervicales (sin mover el cuello), posibles fracturas costales (esguinces y luxaciones) y hemorragias – Posicionamiento lateral del herido sin darle agua – Hiperextensión de la cabeza a la desobstrucción de las vías respiratorias.

Posición frente a un helicóptero de emergencias: Necesito ayuda (los dos brazos hacia arriba en forma de Y-yes). Todo va bien (un brazo hacia arriba y el otro hacia abajo creando la forma de N-no).

Comparativa de los itinerarios				
Itinerario	Distancia	Horario	Desnivel	Nivel
Sector norte				
1. El valle de Portbou	15 km	4:30 h	750 m	***
2. La costa de la Balmeta	13 km	4 h	400 m	**
3. La montaña de Verdera I	26 km	7:30 h	850 m	****
4. La montaña de Verdera II	13 km	4 h	450 m	**
5. El Cap de Creus I	16 km	4:45 h	400 m	**
6. El Cap de Creus II	17 km	5:15 h	650 m	***
7. La costa de Roses y el cabo de Norfeu	28 km	7:45 h	1.050 m	****
8. Aiguamolls de l'Empordà	14 km	4:15 h	50 m	**
9. El macizo del Montgrí	27 km	7:15 h	650 m	***
10. La costa del Estartit	13 km	4:15 h	650 m	***
Sector sur				
11. La llanura del Baix Empordà	14 km	4:30 h	100 m	**
12. El macizo de Begur	16 km	5 h	500 m	***
13. El cabo de Sant Sebastià	11 km	3:45 h	400 m	**
14. El área Castell-Cap Roig	17 km	5:45 h	500 m	***
15. La Gavarra marítima I	18 km	5:30 h	450 m	***
16. La Gavarra marítima II	18 km	5 h	150 m	**
17. El macizo de la Ardenya I	9 km	3 h	200 m	**
18. El macizo de la Ardenya II	12 km	4 h	600 m	***
19. La Selva marítima I	20 km	6 h	650 m	***
20. La Selva marítima II	14 km	4:15 h	550 m	***

Sant Pere de Rodes con el valle de Santa Creu a los pies.

LOS ITINERARIOS



1

EL VALLE DE PORTBOU

Ficha técnica

Itinerario: Portbou · monte de Cervera · collado de los Belitres · coll de la Farella · monte de Querroig · llano del Ras · masía de Budellers · Portbou.

Distancia: 15 km.

Tiempo: 4 h 30'.

Desnivel: 750 m.

Dificultad: 

Puntos de agua: Portbou.

Acceso: La carretera N-260 des de Figueres lleva directamente hacia la villa de Portbou, con un tramo de túneles de reciente creación después de pasar la población vecina de Colera. En todo caso también se puede aprovechar el servicio de la línea internacional de ferrocarril que desde Barcelona culmina justamente en Portbou.

De entrada planteamos un tramo de sendero técnico bajo los imponentes acantilados que caen al mar desde la altura del monte de Cervera (207 m). Una vez alcanzada la divisoria montañosa de la frontera franco-española, sólo es necesario fijar el rumbo completamente hacia el oeste para ascender a la atalaya del monte de Querroig (637 m) y finalmente dar la vuelta al valle con un descenso directo para descubrir el atractivo curso de la riera de Portbou.



Estación de ferrocarril de Portbou.