



B) FITXA ITINERARI

1. Nom de l'excursió

Dale la Vuelta al Mundo Port de la Selva – Cap de Creus

1. Resum de l'excursió

Mar i muntanya? Cultura i història en un entorn natural? El Cap de Creus és això i més. L'entorn que rodeja les localitats de Roses, Cadaqués i Port de la Selva són l'enveja de la resta de la comarca, que de per sí és una de les comarques amb més cultura, història i medi natural. El museu Dalí, fins fa poc El Bullí, Cap de Creus, els Aiguamolls, l'Albera, multitud de castells, restes megalítiques... l'Empordà no l'acabes en pocs dies, cada racó té màgia i sorprèn a tothom que descobreix l'entorn. Nosaltres podrem veure Roses i les seves cales, Cadaqués i el seu entorn dalinià i Port de la Selva i el seu entorn del Cap de Creus més salvatge.

2. Fitxa bàsica

Edat Recomanada*	Joves	Punt Sortida	Roses
Dificultat**	Mitjana	Punt Arribada	Port de la Selva
Distància total	55 km.	Població propera	Port de la Selva
Desnivell	1300m.	Comarca	L'Empordà
Alçada màx.	219 m.	Època recomanable	Primavera, principis o finals d'estiu
Alçada mín.	0m.	Adaptada per a persones amb discapacitat (S/N)	N
Temps estimat	15 hores.	Accés amb transport públic	Sí, Roses: Sarfa Port de la Selva: Sarfa
		Observacions	Si el darrer dia es camina més ràpid, es pot allargar la ruta fins a Llançà i d'aquesta manera poder agafar directament tren cap a Barcelona. També es pot visitar Sant Pere de Rodes, a pocs quilòmetres de Port de la Selva.

* Edat recomanada. Taula orientativa d'edats:

	Edat	Marxa efectiva	Desnivell	Pesos motxilla
Petits	3-8 anys	Fins a 2 hores i 30 minuts	Fins a 500m.	Fins a 4 kg
Mitjans	8-12 anys	Fins a 4 hores i 30 minuts	Fins a 800m.	Fins a 8 kg
Joves	12-17 anys	Fins a 7 hores	Fins a 1.300m.	Fins a 12 kg

** Dificultat. Sempre respecte a l'edat recomanada:

Baixa	Itinerari curt, amb poc desnivell i sense dificultat per a l'edat recomanada.
Mitja	Itinerari que presenta algun desnivell sobtat, o una durada notable.
Alta	Itinerari que presenta trams difícils (passos aeris, grimpades,...), o de desnivell i durada exigent per a l'edat recomanada.



Els tags de l'excursió

<input type="checkbox"/>	Ruta circular	<input checked="" type="checkbox"/>	Ruta lineal	<input checked="" type="checkbox"/>	Bones vistes	<input checked="" type="checkbox"/>	Paisatges pintorescos
<input type="checkbox"/>	Rius	<input type="checkbox"/>	Llacs i estanys	<input type="checkbox"/>	Boscós	<input type="checkbox"/>	Prats de pastura
<input type="checkbox"/>	Cims	<input type="checkbox"/>	Alta Muntanya	<input checked="" type="checkbox"/>	Castell	<input checked="" type="checkbox"/>	Ermita
<input checked="" type="checkbox"/>	Elements històrics	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

3. Mapes i Tracks de l'excursió

Track de l'excursió (en format gpx o enllaç descarregable des de Wikiloc). [Enllaç](#)

Mapa cartogràfic recomanat <http://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=9730225>

4. Punts importants de pas (waypoints) i fotografies

Anomenar els punts rellevants de l'itinerari. Explicar-ne l'alçada (si es disposa de la informació). Afegir-ne els que es considerin necessaris.

Exemple: Punt de sortida. Font del Teix (789m)

Fotografia per a l'encapçalament

Dale la vuelta

1	Cala Pelosa. Primera pernoctació.	Nom arxiu fotografia	Pelosa
2	Santa Maria de Cadaqués. Església.	Nom arxiu fotografia	Santa Maria
3	Far de Cap de Creus.	Nom arxiu fotografia	Far
4	GR 92. Gran recorregut per la costa catalana.	Nom arxiu fotografia	GR92
5	Casa Museu Salvador Dalí. Port-Lligat.	Nom arxiu fotografia	Dalí
6	Cala Jóncols. Darrera cala de Roses.	Nom arxiu fotografia	Jóncols
7	Ermita de Sant Baldiri. Cadaqués.	Nom arxiu fotografia	Ermita
8	Cala Prona. Barraca del terme d'El Port de la Selva	Nom arxiu fotografia	Prona

5. Recorregut

Roses-Cala Pelosa

El primer tram del recorregut és de 12km, la sortida va ser a les 18:00 i la durada d'aquest tram és de 3 h, durant el recorregut veurem diferents punts de la ciutat de Roses i diverses cales com la Cala Murtra, Cala Rostella, Cala Montjoi i Cala Pelosa.

Cala Pelosa-Cala Prona

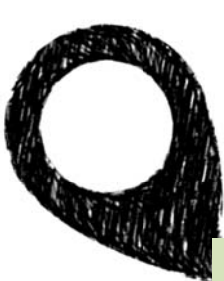
A l'arribar a la Cala Pelosa farem una aturada per menjar, posteriorment anirem direcció Cala Prona, aquest tram és de 16,7km i trigarem unes 4,5 h aproximadament. Els punts d'interès que trobem en aquest tram de la ruta sense mencionar les diferents cales són l'Ermita de Sant Baldiri i Casa Museu Salvador Dalí. A la cala Prona soparem i dormirem a la barraca de la cala.

Cala Prona-Cadaqués (Platja del Ros)

Ens vam aixecar molt d'hora per veure la sortida del sol, al matí el passem allà, banyant-nos i gaudint del sol i la platja. Anem a veure el Cap de Creus i després de dinar a Cala Jugadora, sortim direcció Cadaqués i haurem fet 14,5km, caminant 4 hores. Busquem la platja a Cadaqués per sopar i passar la nit fent bivac.

Cadaqués-Port de la Selva

L'últim tram de la ruta és el que es fa referència a Cadaqués-Port de la Selva, caminem gairebé 13 Km en 4 hores passant per Sant Baldiri de Taballera i Santa Maria de les Neus.



6. Fixa't en...

A tothom qui ens preguntis què destacaríem de la ruta, una de les coses més destacables és que en un entorn no massa lluny de Girona i de Barcelona, trobem cales i paisatges semblants als de les Illes Balears, que tant de moda està. A més, considerem que hi ha molta més cultura i història que allà. De fet, gent com Salvador Dalí o Ferran Adrià, han fet que l'Alt Empordà se'l conegui més.

7. L'anècdota

És difícil escollir una anècdota dels diferents dies. Possiblement podem destacar que per més d'un de nosaltres, gaudir d'aquest entorn tan verge vivint sempre a la ciutat, ens fa valorar molt més els paratges conservats que tenim a Catalunya. Caminar quan es feia fosc per camins estrets, dormir en barraques en cales o fent bivac a una platja, sentir el que se sent en arribar a un dels punts més importants de Catalunya com el Far del Cap de Creus... moltes vivències que ens costaria escollir-ne una. Això sí, el bon ambient que es va generar en aquests dies és el que ens va agradar més.

Autoria

Maria Sola, Edu Caro, Gabi Sànchez, Carlos Sànchez, Mireia Torrents, Mariona Teixidó, Aina Solà, Marc Rabasseda, Christian Ruiz

Data

De la redacció de la ressenya

29/05/2015