



FAUNA • 1 H 15

Ruta en autocaravana por los Aiguamolls y la naturaleza del Empordà

Cigüeñas y garzas en los Aiguamolls de l'Empordà, fondos marinos en las Illes Medes y el paisaje salvaje del Cap de Creus, a una hora del Vallès.



SALIDA Y LLEGADA

Les Franqueses del Vallès

DURACIÓN

4 noches de alquiler

DISTANCIA APROX.

360 km

MEJOR ÉPOCA

Primavera y otoño

KILOMETRAJE

1.200 km incluidos (300 km/día) • km adicional 0,40 €

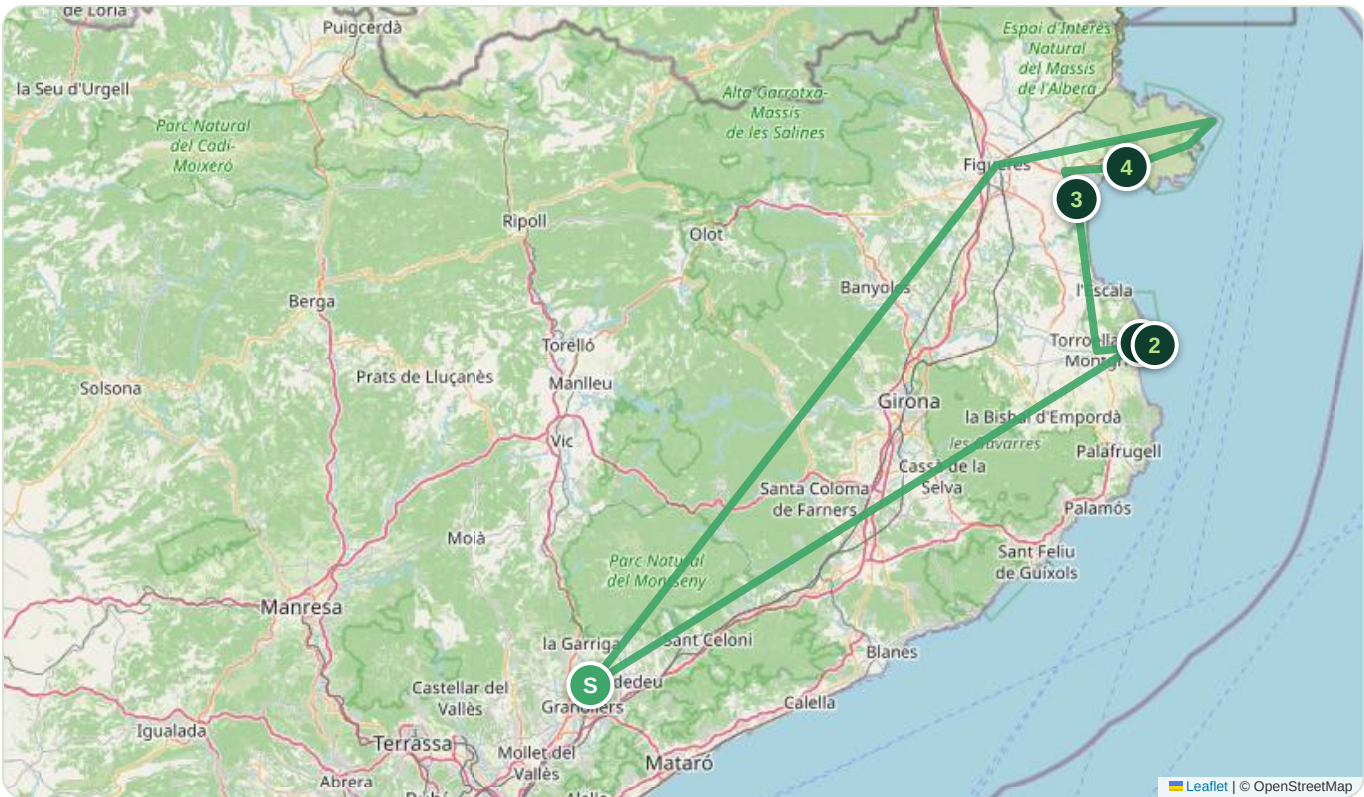
PRECIO ORIENTATIVO

desde 500 € de alquiler en temporada baja

A poco más de una hora de nuestra base en Les Franqueses del Vallès, el Empordà reúne tres espacios naturales muy distintos: las marismas de los Aiguamolls, uno de los humedales más importantes de Cataluña; la reserva marina de las Illes Medes, frente a L'Estartit; y las rocas del Cap de Creus, donde los Pirineos se hunden en el mar. Todo ello alrededor del Golf de Roses.

La ruta dura cuatro días de alquiler, cuatro noches: recoges la autocaravana el día 1 por la tarde y la devuelves la mañana del día 5. Encaja con el mínimo de 4 días de temporada media; en temporada baja, con 3 días, deja el Cap de Creus para otra ocasión. Las mejores épocas son primavera y otoño, con la migración de las aves; en julio y agosto el mínimo es de 7 días y la costa está mucho más llena.

Mapa de la ruta (trazado aproximado)



Plan de ruta

Día 1	Recogida • L'Estartit
Día 2	Illes Medes • Torroella de Montgrí
Día 3	Aiguamolls de l'Empordà • Castelló d'Empúries
Día 4	Golf de Roses • Cadaqués • Cap de Creus

Itinerario día a día

Día 1 • Recogida y llegada a L'Estartit

Recoges la autocaravana entre las 16:00 y las 19:00 y, tras la explicación del vehículo, tomas la AP-7 hacia el norte. Sin cruzar Barcelona, en aproximadamente una hora y cuarto estás en L'Estartit, al pie del macizo del Montgrí y frente a las Illes Medes. Es una etapa corta y sencilla. Duerme en un camping o un área autorizada y da un paseo por el puerto al atardecer.

Día 2 • Illes Medes y Torroella de Montgrí

Las Illes Medes, a menos de un kilómetro de la costa, forman parte del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter y son una de las reservas marinas más conocidas del Mediterráneo, con meros y praderas de posidonia. En temporada salen barcas con fondo de cristal y excursiones de snorkel desde L'Estartit; consulta horarios y precios en el puerto. Por la tarde, sube a pie al castillo del Montgrí o pasea por el casco antiguo de Torroella.

Día 3 · Aiguamolls de l'Empordà y Castelló d'Empúries

Media hora al norte está el Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà. Desde el centro de información de El Cortalet salen itinerarios a pie, llanos y señalizados, con observatorios junto a las lagunas. Verás cigüeñas blancas, garzas, patos y limícolas; a veces también flamencos. Ve temprano o al final de la tarde, en silencio y con prismáticos. Termina en Castelló d'Empúries, con su gran basílica gótica de Santa Maria.

Día 4 · Golf de Roses, Cadaqués y Cap de Creus

Rodea el Golf de Roses y sube por la carretera de montaña hasta Cadaqués: el centro es estrecho, así que aparca a la entrada y entra a pie. El Parc Natural del Cap de Creus, con su faro en el punto más oriental de la península, es tierra de roca, viento y aves marinas; en verano el acceso en vehículo privado puede estar restringido. Si quieres más costa, nuestra ruta por la Costa Brava sigue hacia el sur. Duerme en la zona de Roses o Figueres: la mañana del día 5, por la AP-7, devuelves la autocaravana entre las 9:00 y las 12:00 sin prisas.

Lo que vas a encontrar



Cigüeña blanca · Aiguamolls de l'Empordà



Cadaqués



Cap de Creus

Dónde dormir

L'Estartit, la zona de Sant Pere Pescador y Castelló d'Empúries y el entorno de Roses tienen muchos campings, y algunos municipios cuentan con áreas autorizadas para autocaravanas. En primavera y otoño suele haber sitio, pero en puentes y en verano conviene reservar. Park4Night o Campercontact te ayudan a encontrar áreas. Tienes más ideas en nuestra guía de dónde dormir en autocaravana.

Puedes aparcar donde lo pueda hacer cualquier vehículo, siempre que no acampes: sin toldo, sillas ni calzos, y sin vaciar aguas. La acampada libre no está permitida en Cataluña, y en los parques naturales de los Aiguamolls y del Cap de Creus las restricciones son mayores. Respeta la señalización y las ordenanzas de cada municipio.

Consejos prácticos

- La migración de primavera (marzo a mayo) y la de otoño (de agosto a octubre) son el mejor momento para ver aves en los Aiguamolls.
- Lleva prismáticos, ropa de colores discretos y repelente de mosquitos de primavera a otoño. Repasa qué llevar en la autocaravana.
- Los cascos antiguos de Cadaqués, Castelló d'Empúries o Torroella son estrechos. Con 6,66 m de largo y 2,74 m de alto, aparca fuera y camina.

- Algunos aparcamientos de playa tienen barreras de altura y el acceso al Cap de Creus puede restringirse en verano: fíjate en la señalización antes de entrar.
- La ruta son unos 360 km: con los 300 km diarios incluidos en los alquileres de Segimon Rental de 3 a 6 días vas muy holgado.

Información y reservas

segimonrental.com/es/rutas/aiguamolls-emporda/

WhatsApp / Tel. +34 616 25 06 33
Camí Antic de Vic, 29 • Les Franqueses del Vallès

Itinerario orientativo. Consulta el estado de las carreteras, horarios y restricciones antes de salir. Información actualizada en la web.