

El GR-92 Sendero del Mediterráneo del 13 al 20 de septiembre del 2025. Agrupación deportiva Rutas

El GR 92 es un sendero que transcurre por caminos, sendas y viales a lo largo de todo el litoral mediterráneo, desde la frontera con Francia, en Port-Bou, hasta su enlace con el GR 7 en Tarifa. El Sendero del Mediterráneo es el



sendero ibérico por excelencia pero cuenta con una vocación continental, ya que persigue terminar a las puertas del continente africano.

(Fotografías: arriba Cabo de Creus y abajo el municipio de Cadaqués).

En Cataluña el sendero se encuentra homologado. A continuación, en la Comunidad Valenciana perdió la homologación (excepto en dos etapas al sur de la provincia de Alicante), al igual que en Andalucía (excepto en la provincia de Málaga). Y en el tramo Murciano, aunque mal señalizado, vuelve a encontrarse homologado.

Por días explicación de las rutas:

1- El Port de la Selva – Cala Tavellera – Paraje de Tudela – Cap de Creus – Cadaqués

Un pequeño faro nos sitúa en la bahía de El Port de la Selva, por la que caminaremos para llegar a la playa de arena del pueblo.

Ahora dejamos la costa y caminamos una buena distancia cuesta arriba por senderos pedregosos hacia el interior. Atravesamos todo el parque natural del Cap de Creus, los caminos ofrecen poca sombra y, sobre todo en los calurosos meses de verano, aquí es indispensable protección solar y protectores de cabeza suficientes. Pronto vemos el mar a lo lejos y disfrutamos de la maravillosa vista. La bajada a





Cadaqués, nuestro destino de hoy, es un poco larga pero muy bonita. Cadaqués forma una bahía con el faro de Cala Nans al fondo.

De los municipios, Cadaqués (20.000 habitantes) es probablemente el punto culminante de la caminata por la Costa Brava, por una serie de elementos geológicos, arquitectónicos y ambientales configuran su imagen característica: la pizarra gris, los olivos, los matorrales verdes, las terrazas hechas con paredes secas de gran perfección y, sobre todo, las casas blancas.

Es un popular destino turístico y por lo tanto los precios son un poco más altos que en otros lugares de la Costa Brava.

(Fotografías: arriba Roses casco histórico y abajo la playa de la Almadraba en Roses).

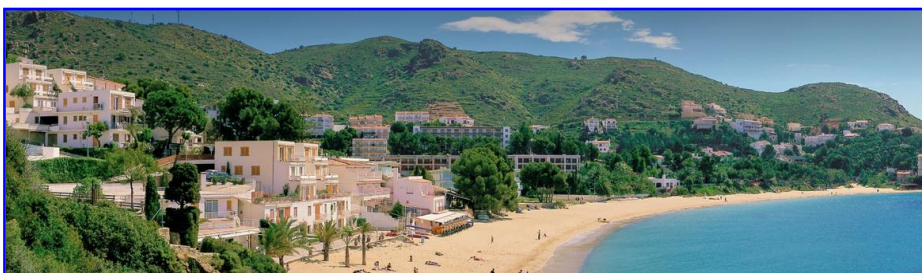
La villa de Rosses tuvo mucha importancia a lo largo de los siglos desde el neolítico pasando por las épocas griega y romana. Entre los años 650 y 700 de nuestra era, la población abandona el llano y se asienta en una elevación cercana, creando el poblado del Puig Rom, el **castrum visigótico**. Este asentamiento está fortificado y constituye una de las fortificaciones visigóticas más relevantes.

La villa tomó importancia como centro comercial, dadas las favorables condiciones que tiene la bahía, convirtiéndose también en un objetivo militar a defender de piratas sarracenos y franceses, lo que dio lugar a la construcción de la **ciudadela de Rosas** y el **castillo de la Trinidad**.

También podéis visitar la **iglesia parroquial de Santa María**.

2- Cadaqués – Cala Jòncols – Cala Montjoi – Punta Falconera – Roses

Como no podría dejar de comentarlo, un desvío a Portlligat, la vecina localidad de Cadaqués, tiene instalado un museo





en la antigua casa de Salvador Dalí.

El camino nos lleva fuera de

Cadaqués primero por la dársena del puerto, luego sigue una subida donde la vista de vuelta a las casas blancas de Cadaqués merece mucho la pena. Luego, el camino yendo por el interior atraviesa la hermosa reserva natural y de repente se encontrará nuevamente con la costa. Hasta Roses caminamos directamente a lo largo de la costa y pasamos por numerosas bahías pintorescas con aguas cristalinas. En cuanto se ven las primeras casas de Roses, se acaba la parte bonita de la etapa.

(Fotografías: arriba el camino discurre en una llanura paralela al mar en una autentico secarral, muy sin arboledas camino Roses y abajo las Islas Medas Posee un fondo marino, favorecido por su proximidad a la desembocadura del río Ter, que atrae a numerosos investigadores que lo estudian cada año haciendo de esta reserva marítima una de las más importantes del Mediterráneo y la más grande en extensión de Cataluña. La isla con más longitud del grupo es la Meda Grande. Están declaradas como ZEPIM)

Entre Cala Calitjàs y Roses, el camino discurre directamente por la ladera. Fantástico para algunos, menos para otros que tengan algo de vértigo.

Terminamos en Roses la ruta y aquí se recomienda en las primeras casas comer algo en uno de los restaurantes junto al mar, darse un chapuzón en el Mediterráneo, y luego continuar el recorrido en taxi hasta el autobús.

3- Sant Pere Pescador – l'Escala – l'Estartit

Salimos por el pueblo de Sant Pere Pescador y seguimos hasta L'Armentera. Desde L'Armentera, el GR-92 atraviesa el interior llano y sólo se vuelve hacia la costa en el pueblo de "Cinc Claus". Aquí nos



encontramos con el medieval "Sant Martí d'Empúries", y poco después pasamos por delante de unas ruinas grecorromanas. El camino recorre el paseo marítimo por encima de la playa hasta llegar a L'Escala.



(Fotografías: arriba Basses d'Encoll camino de Bagur y abajo los carteles verdes que nos indican que nos encontramos en el GR-92).

En L'Escala, el camino nos lleva primero por el "Passeig de Mar" a lo largo del paseo marítimo que atraviesa la ciudad hasta llegar al puerto. A continuación, subimos ligeramente y caminamos por el "Parc Natural del Montgrí". A partir de ahora, el GR-92 se convierte de nuevo en un camino costero sin asfaltar, que seguimos con ligeras subidas y bajadas.

Pasamos por la bonita bahía de Cala Montgó. Poco después, el mirador "Punta del Milà" es un buen lugar para hacer un picnic. En este punto, el camino gira hacia el interior y luego discurre paralelo al mar en una llanura alargada durante unos cuantos kilómetros. En Puig Torró ya empezamos a bajar hacia el L'Estartit.

En 1.716 se tiene noticia de cinco pescadores instalados en el pueblo y a mediados de siglo ya había una veintena de casas. Su desarrollo ha ido muy ligado a la actividad marítima y hasta mediados del siglo XX su puerto ha permitido la salida por mar de los productos del municipio como el maíz, arroz, vino y aguardiente, con destino a grandes mercados como el de Barcelona.

4- L'Estartit – Cala de Sa Riera – Cap de Begur – Begur

En esta etapa puede surgir la dificultad de no poder vadear el río Ter, en tal caso en lugar de hacer el itinerario costero no sdirigiremos hacia el interior pasando por la localidad de Torrella de Mongrí.



Desde L'Estartit hasta el final se atraviesa la amable llanura bajo-ampurdanesa, de gran belleza tanto por su

armonioso conjunto, como los detalles de paisajes rurales, de humedales y de los pueblos que nos aguardan cuando vamos avanzando.

(Fotografías: arriba camino de Bagur siempre entre la playa y el acantilado y abajo cerca de la

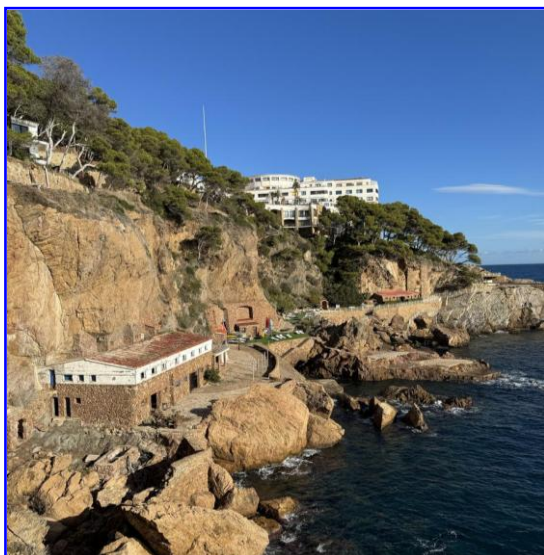


cala de Aiguablava y Fornells vemos el parador nacional de turismo al fondo).

A medida que avanzas, el camino te lleva a través de acantilados y bosques, brindándote una experiencia diversa y conexión directa con la naturaleza. Durante el recorrido, podrías descubrir pequeñas bahías apartadas y disfrutar de la serenidad del entorno. A medida que nos acercamos a Bagur, este sendero panorámico serpentea a través de calas escondidas y playas encantadoras, como Sa Riera y Aiguablava, proporcionando oportunidades para disfrutar del paisaje y relajarse en la orilla del mar.

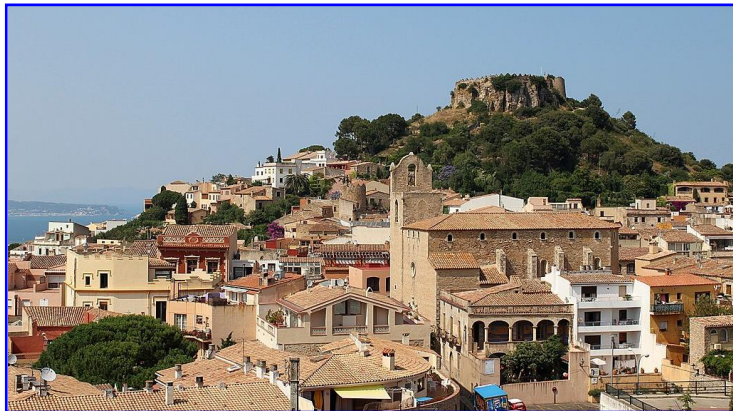
La villa de Bagur se remonta a un asentamiento íbero donde actualmente se encuentra el castillo y que data del siglo VI a.C. Al margen del castillo, también son de monumental interés las diversas torres de defensa situadas dentro del casco viejo. Éstas se levantaron en contra la piratería berberisca entre los siglos XVI y XVII. Podemos contar todavía cuatro torres: Can Marquès, Sant Ramon (o de Caixa), Hermanac de Can Pi y Pella y Forgas.

5- Begur – Llafranc – Calella de Palafrugell – Cala de la Fosca – Palamós



La etapa de hoy del Camí de Ronda (GR_92) discurre de forma muy pintoresca por el interior y fundamentalmente por la costa.

Salimos de Begur en dirección sur y una vez pasadas las últimas casas del pueblo, el GR-92 se desvía a la izquierda y se convierte en una ruta de senderismo interior. Caminamos



ligeramente cuesta abajo a través de una zona boscosa y finalmente llegamos al pueblo costero de Tamariu con su pintoresca bahía para ya ir costeando.

Durante los siguientes kilómetros caminamos

directamente a lo largo de la costa y podemos disfrutar de la vista del mar azul profundo y los numerosos barcos blancos. Pasamos bahías con aguas tan claras que podemos ver claramente el fondo marino y donde podremos tomar un baño.

(Fotografías: arriba imagen general de la Villa de Bagur y abajo los caminos por el interior camino de Palamós obligan a que el sombrero sea prenda obligatoria).

El mirador más llamativo de la etapa de hoy es el Cap de Sant Sebastià: Desde la iglesia "Ermita de Sant Sebastià" se tiene una gran vista del mar y del faro a pocos metros en lo alto del cap. El mirador es un destino popular con un hotel y restaurante al lado.

Antes de descender al siguiente pueblo, podemos disfrutar de la vista hacia el sur y hacernos una idea del curso posterior de la ruta: Nuestra ruta nos lleva más allá de los balnearios de Llafranc y Calella de Palafrugell - muchos catalanes adinerados tienen vacaciones casas y casas de fin de semana aquí.

Puede estar bastante ocupado aquí en el verano, pero es tranquilo y silencioso fuera de temporada. Después de dejar atrás estos pueblos con sus hermosas bahías, el GR-92 se bifurca hacia el interior ligeramente boscoso y montañoso. El punto más alto de este tramo es el "Puig del Terme" con 132 m.

En la playa "Platja Del Castell Palamós" nos encontramos de nuevo con la costa, la última y muy valiosa oportunidad de baño del día. El resto de la etapa de hoy discurre por la





costa hasta Palamós, nuestro destino de hoy. Palamós tiene poco en común con los pintorescos pueblecitos que hemos conocido en nuestro recorrido hasta ahora: Palamós es una ciudad que temporalmente llega a los

100.000 habitantes.

Palamós 1.277, el rey Pedro III el Grande encargó la compra del castillo de Sant Esteve, construido sobre restos romanos, e inició el desarrollo de un nuevo núcleo de población, alentado dos años más tarde con la concesión de los privilegios descritos en la Carta Puebla y la creación de un mercado semanal. Pedro III compró el terreno en el que se asentó posteriormente la villa y dio a Astrugo Ravaya el encargo de fundarla, como excelente lugar de refugio para que los buques, en caso de temporales, acudiesen a dicha bahía. Su fundación, por tanto, fue consecuencia de la necesidad de un nuevo puerto real en la zona del Ampurdán, dado que el antiguo puerto de Torroella de Montgrí sufría una acelerada colmatación.

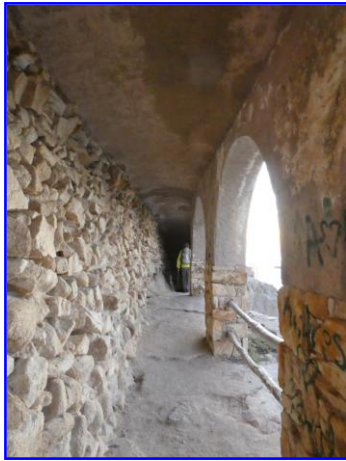
(Fotografías: arriba Cabo Bagur y abajo puerto y pueblo de Palamós).

Durante la guerra civil española, el puerto de Palamós, afín a la República, fue repetidamente bombardeado. En consecuencia, se construyeron búnkeres para la vigilancia de la línea litoral. Dos de estas fortificaciones aún se conservan en esta bahía.

6- [Platja d'Aro – Cap de Roques Planes – Playa de San Pol – Platja d'Aro](#)

El GR-92 recorre primero el paseo marítimo, el Passeig del Mar. Palamós pasa directamente a la localidad vecina de Sant Antoni de Calonge; seguimos el paseo marítimo y pasamos por muchos hoteles y pisos. Al final del paseo, se puede ver a cierta distancia la torre "Torre Valentina". Ahora comienza de nuevo una parte algo más salvaje de la costa.





El sendero discurre suavemente hacia arriba y hacia abajo, directamente junto al mar: a veces un poco más alto en el borde del acantilado, asegurado por una barandilla de madera, y a veces directamente en la arena de la playa, lo que puede resultar bastante agotador con la mochila.

(Fotografías: arriba los edificios se comen el camino costero y se obliga a los propietarios a dejar un paso peatonal por la costa y abajo edl ayuntamiento de Platja d'Aro).

Este tramo del GR-92 está lleno de complejos turísticos que lo rodean, que afean el paisaje primitivo que hubo in illo tempore. La desgracia está echada, no es posible recorrer completamente la costa salvaje y natural: La ciudad costera de Platja d'Aro, con sus numerosas instalaciones de ocio y comerciales, ocupa unos 2 kilómetros de costa.

Al final del paseo de la playa, también hay que rodear una gran dársena del puerto. Pero en cuanto llegamos a la playa "Cala Sa Conca" después del puerto y, por tanto, a la costa de nuevo, la Costa Brava muestra de repente su lado algo más natural: se alternan magníficas villas, lujosas fincas y hoteles de 5 estrellas.

La ruta de senderismo aquí es más bien un digno paseo con pequeños muros, pabellones y escaleras abiertas. Recorremos los jardines del Hostal de La Gavina y conocemos la playa "Platja de Sant Pol" de S'Arago.

Aquí el GR-92 está trazado como un sendero de madera y conduce a través del "Parc de les Dunes". Aquí hemos de iniciar el retorno pues la localidad costera más cercana, Sant Feliu de Guíxols y no vamos a llegar a ella.

7- Gerona (visita turística)

Aún me acuerdo de su casco histórico que desde el río Oñar subía pasando por la catedral hasta las murallas que defendieron Gerona en su famoso sitio en la Guerra de la



Independencia (También llamada Guerra del Francés). Me acuerdo también de la pastelería donde iba a comprar las famosas “saras” cubiertas de chocolate.

(Fotografías: arriba la Força Vella en Gerona y abajo los baños árabes en Gerona y la catedral de Gerona y su larga escalera de subida desde el río Oñar).



La ciudad histórica de Girona, una de las más interesantes de Cataluña, permite recorrer más de dos mil años de historia a partir de dos recintos fortificados: la Força Vella y el ensanche medieval. El primero corresponde a la fundación romana, y el segundo, a la ampliación de las murallas durante los siglos XIV y XV. Los numerosos monumentos que han llegado a nuestros días conservan riquezas artísticas notables. El atractivo de Girona se completa con la sugerente judería, o call, las bellísimas calles y plazas porticadas, los exultantes espacios barrocos y las construcciones novecentistas de Rafael Masó.

La catedral construida entre los siglos XI y XVIII, se compone de un conjunto de muros y espacios de estilos diferentes, del románico (claustro y la torre de Carlomagno) al barroco de la fachada y de la enorme escalera).

Su elemento más característico es la gran nave (siglos XV-XVI), cuya bóveda gótica es la más ancha del mundo (23 metros).

