

**Xarxa de rutes turístiques / Touristic routes network**

- gran recorregut (GR) / Great Route
- petit recorregut (PR) / Small Route
- sender local (SL) / Local footpath
- ciclisme / Bicycle touring
- rutes de BTT / BTT routes

**Itineraris recomanats a peu / Recommended itineraries on foot**

- Cala Calella - 25 min.
- Cala Pedrosa - 50 min.
- Cala Ferriol - 1 h. 20 min.
- Cala Montgó - 2 h. 30 min.
- Les Maures - 15 min.
- Sta. Caterina - 30 min. fins a Sta. Caterina Les Dunes - 40 min. de Santa Caterina a les Dunes.
- Cami vell de Torroella a l'Estartit - 1 h. 40 min.
- Marge esquerre del riu Ter i la Platja - 2 h.
- Ruta del vent - 2 h.
- Castell del Montgrí - 45 min.

**Xarxa de comunicació / Road network**  
 - xarxa de carreteres / roads network  
 - vials asfaltats / asphalt road  
 - camins accessibles als cotxes al Montgrí / accessible ways to cars to Montgrí  
 - camins peatonals / pedestrian ways

**Limits de protecció / Protection areas**  
 - zona estrictament protegida de les illes Medes / Strictly protected area of the Medes Islands  
 - àrea protegida de les illes Medes / Protected Area of the Medes Islands  
 - límits del Pla d'Espaces d'Interès Natural / Boundaries of PEIN Area

**Xarxa hidrogràfica / Hydrographic network**  
 - rius, rieres, torrents i recs / rivers, streams, torrents and irrigation system  
 - Batimetria / Bathymetry  
 - Orografia / Orography

**Toponímia / Toponymy**  
 - Cap de municipi / Local administrative centre  
 - Altres unitats de població / Other populated centres  
 - Edificacions, massos / Buildings, bathweller  
 - Instal·lacions / Facilities  
 - Port de l'Estartit  
 - Vies de comunicació / Roads  
 - Edificació religiosa, castell / Religious building, castle  
 - Castell del Montgrí

**Torroella de Montgrí**  
 - Indret, paratge / Sight  
 - La Fonollera  
 - Espais protegits / Protected areas  
 - Parc natural / Natural park  
 - Massís, serra / Massif  
 - Pla, cim, turó / Hill  
 - Puig Torró

**Coll, plana, vall / Pass, plain, valley**  
 - Pla del Milà  
 - Cau / Small cave  
 - Can dels Oques

**Platja / Beach**  
 - Platja de l'Estartit  
 - Illa / Island  
 - Illa de la Palomera  
 - Punta, cap / Capo  
 - Punta de les Salines  
 - Cala / Cove  
 - Cala Gual  
 - Golf / Golf  
 - Golf del Falgueres  
 - Cova / Cave  
 - Cova de la Vinya

# Plànol Guia

Àrea Protegida de les Illes Medes, Massís del Montgrí i Plana del Baix Ter

**Legenda / Legend**

**Punts d'interès cultural / Cultural interest points**

- Castell
- Torre o Mas Fortificat / Tower or Fortified homestead
- Conjunt d'interès històric / Set of historical interest
- Arquitectura tradicional / Traditional architecture
- Ermita / Hermitage
- Cau prehistòric / Prehistoric cave

**Altres punts d'interès, equipaments i serveis / Other points of interest, equipment and services**

- Àrea protegida de les illes Medes / Protected area of illes Medes
- Oficina de turisme / Tourist office
- Visla panoràmica / Panoramic sight
- Polícia / Police
- Bombers / Firemen
- Gasolinera / Gas station
- Ultraleugers / Ultralight
- Esports d'aigua / Water sports
- Museu de la Mediterrània / Museum of the Mediterranean
- Far / Lighthouse
- Hospital
- Museu / Museum
- Aguaït / Hide
- Camping
- Karting
- Golf
- Hípica / Equestrian

**Elements d'Interès Natural / Elements of Natural Interest**

- Maresma / Salt marsh
- Duna litoral / Coastal dune
- Duna continental / Continental dune
- Basses i canyissars / Pool and reedbeds
- Comunitats submarines / Underwater communities
- Penya-segat / Cliffs
- Pineda / Pine woods
- Alzinar / Holm oak groves
- Garriga / Garrigue
- Recs i bosc de ribera / Irrigation channels and riverbank woods
- Closa / Enclosed meadows
- Arossar / Picea forest
- Conreu / Farmland



## EL GARRIGAR

El garrigar és una formació vegetal arbustiva molt característica del món mediterrani i amb gran presència al Montgrí. El nom d'aquesta comunitat prové de la planta que la defineix, el garriç, un arbust petit, però dens, de la mateixa família que les alzines, amb fulles endurides i llusents. Les garrigues creixen normalment sobre sòls poc profunds, com les carenes, però també allà on ha estat palesa l'acció de l'home. Juntament amb el garriç, constitueixen aquesta comunitat altres espècies vegetals com el lentiscle, l'argelaga o el romaní i hi fan el niu ocells emblemàtics com l'esparver cendrós.



## THE GARRIGAR

The garrigar (garigue or garrigue) is a maquis-like shrub formation that is very characteristic of the Mediterranean world, and it has a strong presence in Montgrí. Its name comes from the tree that defines it: the garriç (kermes oak), a low but dense tree of the same family as the holm oak, with tough, shiny leaves. These garigue are usually found on shallow soils, such as ridges, though also where the impact of man is evident. Other species found in these plant communities in addition to the kermes oak are the mastic tree, furze and rosemary, while emblematic birds such as the Montagu's Harrier make their nests in them.

## LES PINEDES

El pi blanc i el pi pinyer constitueixen la major part dels boscos del Montgrí, i ocupen extensions considerables a bona part dels vessants del massís. La majoria d'aquests arbres provenen de replantacions de diferent edat i només una petita part es poden considerar naturals. La diversitat és un tret característic del sotabosc d'aquestes pinedes, on es poden trobar gran varietat d'espècies vegetals, formant prats o matollars, i animals, com esquirols, porcs senglar, teixons i guilles.



## THE PINE WOODS

The stone pine and the parasol pine are the chief constituents of most of the woods in Montgrí, covering considerable areas on the slopes of the massif. Most of those trees were replanted there at various stages in their growth, and only a small proportion can be deemed natural. Diversity is a characteristic feature of the undergrowth in these pine forests, where a great variety of plant species can be found forming meadowland or scrubland, and animals too, such as squirrels, wild boar, badgers and foxes.



## ELS PENYA-SEGATS

Tan el llevant de la muntanya Gran com la part frontal del massís són zones plenes de penya-segats que en defineixen l'estructura. Espadats de cap a cent metres constitueixen un inhòspit lloc de vida per a espècies vegetals com el fonoll marí i les ensopegueres i habitat per a rapinyaires com l'àguila cuabarrada o el corb marí.

## CLIFFS

Both the east side of the Muntanya Gran and the front of the massif are full of crags defining its structure. Rock faces up to a hundred metres high are the bleak home of plant species such as the sea fennel and the *Limonium*, and the habitat for birds of prey such as the Bonelli's Eagle and the cormorant.



## LA DUNA CONTINENTAL

La duna continental que s'estén al massís del Montgrí és una gran massa de sorra que la tramuntana va arrossegar des del golf de Roses i que a final del segle XIX es va fixar mitjançant la plantació de pi pinyer, pi blanc i pinastre per aturar el seu avanç sobre les àrees agrícoles de Torroella de Montgrí. Al sotabosc, s'hi poden trobar espècies característiques dels alzinars comuns, però també de les dunes litorals, les brolles o les garrigues, com el borró i el marfull i una rica ornitofauna amb mallerengues, puputs i tudons.



## THE CONTINENTAL DUNE

The continental dune stretching over the Montgrí massif is a great mass of sand that the Tramontane wind carried away from the gulf of Roses; it was fixed there in the late nineteenth century by planting stone pines, parasol pines and maritime pines, with the intention of stopping the sand spreading over the agricultural areas of Torroella de Montgrí. Species that are characteristic of ordinary holm-oak groves can be found there, though also of the coastal dunes, brushland and garigues, such as marram grass and yarrow, as well as a wealth of birds including tits, hoopoe and wood-pigeons.

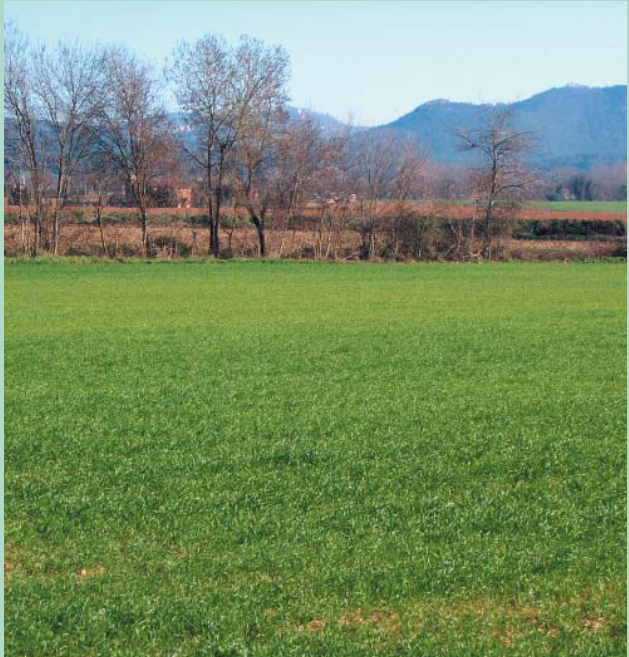
## CLOSES

Entre un mosaic d'espais humanitzats apareixen petits retalls de prats inundables, normalment voltats per recs, anomenats closos, que significa tancats, en aquest cas, per tanques de tamarisus. En terrenys propers al mar, els sòls contenen un alt grau de salinitat i també un grau d'humitat força elevat que condicionen el desenvolupament d'una catifa vegetal formada per espècies com el plantatge crassifoli, les ensopegueres, els joncs, el líri blau, totes adaptades a aquestes dures i variants condicions al llarg de l'any. Tradicionalment, les ovelles han pasturat aquests terrenys que s'han fet inundar periòdicament amb aigua dolça per reduir el contingut de sal de la terra, cosa que ha permès el creixement d'espècies que poden servir per alimentar el bestiar. Són refugi d'una gran varietat de fauna i flora pròpies dels ambients humits.



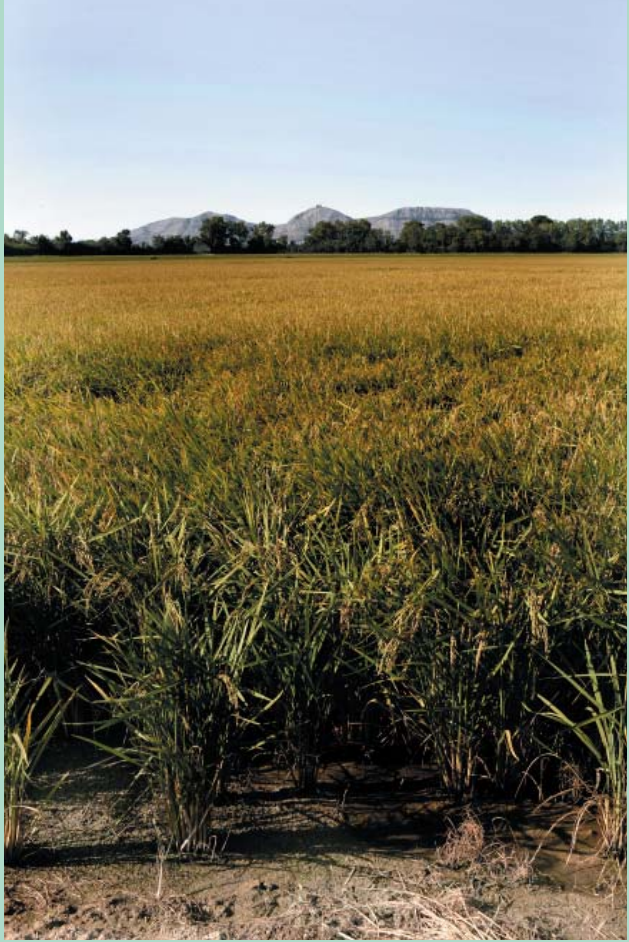
## THE ENCLOSED MEADOWS

Dotted about among the mosaic of areas under human development there are still some remains of floodable meadows, which are usually surrounded by irrigation ditches; these are called 'closos', which means 'enclosed meadows', and in this case they are closed off by tamarisk fences. In lands close to the sea, the soil is very salty and also very wet, resulting in the development of a plant mantle formed by species such as *Plantago crassifolia*, *Limonium*, rushes and *Iridaceae*, all adapted to these difficult conditions, which also prove changeable during the course of the year. Traditionally, these lands are grazed by sheep, after being periodically flooded with fresh water to bring down the salt levels in the soil, which makes it possible to grow species that can serve as food for grazing livestock. These lands also serve as refuges for a wide range of fauna and flora associated with wet areas.



## ARROSSARS

L'arrosé d'un conreu de llarga tradició a la plana de Torroella de Montgrí i de Pals. La producció d'aquest cereal, que necessita d'un període d'inundació permanent amb aigua a una temperatura relativament elevada durant la seva etapa de creixement i maduració, és perfectament compatible amb la conservació de les zones humides. Així, els arrossars es convertiren a l'estiu en grans extensions de llambes d'aigua. Per aquest motiu moltes espècies animals hi troben els recursos necessaris per superar l'estació més dura de l'any. D'aquesta manera, els arrossars esdevenen el rebost d'innombrables ocells que troben en la fauna associada l'aliment necessari per a la seva supervivència. Camallars, agrons o diferents limícoles hi fan passada al llarg de l'any.



## RICE FIELDS

Rice is a crop with a long tradition behind it in the plains of Torroella de Montgrí and Pals. This cereal needs a period of permanent flood conditions with the water at a relatively high temperature during its growth and ripening period, and producing rice is fully compatible with preserving marshes. The rice fields thus turn into large sheets of water in summer, which is why many animals find there the resources they need to survive what for them is the toughest season of the year: the rice fields provide for the needs of countless birds that can find the food they need in the fauna associated with rice-growing. Black-winged stilts, great white egrets and various limicolous birds call in there during the course of the year.

## ELS RECS I BOSQUETS DE RIBERA

El paisatge de la plana del Baix Ter es troba vertebrat per una xarxa de recs, canals i rieres que circulen entre camins, conreus i tanques de tamarisus i xiprers. L'aigua que porten s'utilitza per al regadiu, formen part de la xarxa de drenatge de les aigües de pluja i actuen com a col·lectors de l'aigua d'escorrentia. En aquests ambients, encara s'hi conserven alguns bosquets amb freixes i oms que es disposen a banda i banda dels cursos d'aigua amagant nombroses plantes de distribució reduïda, alhora que serveixen de talaia de pesca per a ocells com el blauet o de refugi per als martinets de nit.



## IRRIGATION CHANNELS AND RIVERSIDE WOODS

The structure of the landscape of the Baix Ter plain features a network of irrigation channels, ditches and streams that flow between paths, arable land and fields fenced off with tamarisk and cypress trees. The water they carry is used for irrigation, and they are all part of a rainwater drainage network and act as collectors for run-off water. In these areas, a few little ash and elm groves are still preserved, lining the watercourses and harbouring several localised plants, while also serving as fishing watchtowers for birds such as the kingfisher, or as a refuge for the night heron.

## PATRIMONI CULTURAL: 300.000 anys d'història per descobrir

El Montgrí i la plana del baix Ter forma un conjunt d'excipional valor històric que posa de manifest l'evolució del pas de l'home des d'èpoques remotes fins a l'edat moderna, oferint en pocs quilòmetres una visió testimonial única a la Mediterrània. Un recorregut per aquests paratges ens ofereix la possibilitat de resseguir la vida dels primers empordanesos que varen deixar la seva empremta a les coves dels caus del Duc, ara fa 300.000 anys. El Montgrí va ser també lloc de pas de les primeres comunitats de pagesos que sabem varen entrar els seus famíliers a les nombroses coves sepulcral del massís. La plana del Baix Ter guarda el llegat, a la Fonollera, d'un dels primers pobles coneguts a l'aire lliure, testimoni d'una vida agrícola i ramadera cap el 1.100 aC. I que algú ha atribuït a la mítica ciutat grega de Cypsela. Ibers i romans han deixat també valuosos testimonis d'un aprofitament de les condicions agrícoles, ramaderes i industrials del massís sobretot als pendents assolats que donen a la plana. A l'edat mitjana, el Montgrí esdevé un punt estratègic i el castell del Montgrí, bastit pel comte Jaume II de

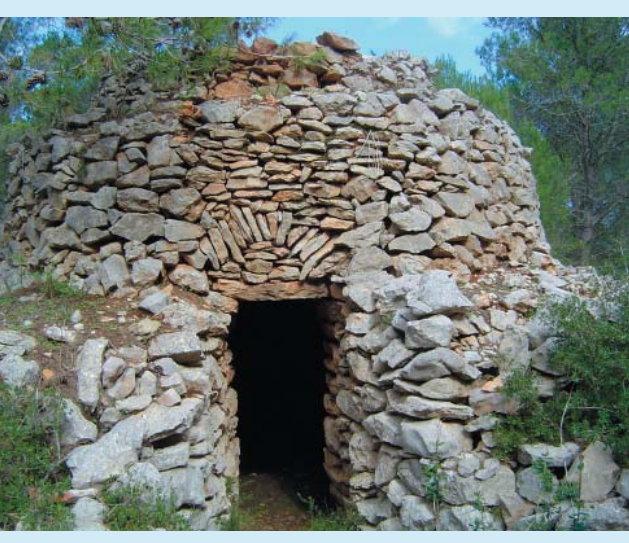
Barcelona entre els anys 1294-1302 per controlar els moviments dels comtes d'Empúries, n'és un bon exemple. Paral·lelament, el territori té un component religiós i hi destaquen tres esglésies: el Palau, fundada al segle XIV al damunt d'un assentament romà, a la zona de Sobrestany, Santa Maria del Mar, iniciada al segle IX prop de l'Estarit i també damunt d'una vila romana i Santa Caterina, que amb el temps assolirà el paper més important i encara avui el seu aplac retroba tota la gent dels pobles del Montgrí i del Baix Ter. A l'edat moderna i contemporània, entre els segles XV i principis del segle XX, el territori és utilitzat per l'activitat agrícola, ramadera i industrial. A la plana s'hi instal·len les famílies importants que han deixat com a testimoni pobos com ara el mas Pla, el mas Pinell, mentre que el Montgrí esdevé per a les classes humils el complement econòmic i de sustenent necessari per a sobreviure en uns temps difícils. Aquest fenomen enc ha legat un patrimoni impressionant relacionat amb l'arquitectura de pedra seca. Paral·lelament hi ha també el testimoni de l'aprofitament de la calç amb presència d'un bon nombre de forns de calç.



## CULTURAL INHERITANCE: 300.000 years of history to explore

Montgrí and the Baix Ter plain form an area of exceptional historical value evincing the evolution of man's presence from far-off times down to the present day, and in that area of just a few square kilometres one can gain a unique overview of the Mediterranean. Visiting these places enables us to trace the life of the earliest inhabitants of the Empordà, who left their mark in the caves of Caus del Duc, 300,000 years ago. Montgrí was also on the routes of the first communities of farmers, who are known to have buried their dead in the numerous grottos of the massif. Preserved in La Fonollera on the Baix Ter plain is the legacy of one of the first known open-air settlements, bearing witness to an agricultural and livestock farming life at around 1,100 BC, thought by some to be the mythical Greek city of Cypsela. The Iberians and Romans also left valuable evidence of having taken advantage of the agricultural, livestock and industrial potential of the massif, particularly on the sunny slopes leading down to the plain. In the middle ages, Montgrí became a strategic site, and the castle of Montgrí, built by Count Jaume II of Barcelona between 1294 and 1302 to control the movements of the Counts of Empúries, is a good example of that. Alongside this, the land also has a religious facet, with three noteworthy churches: Palau, founded in the fourteenth century on top of a Roman grotto in the Sobrestany area; Santa Maria del Mar, the building of which started in the ninth century close to l'Estarit, likewise on top of a Roman villa; and Santa Caterina, which as time went by was to take the leading role, and today it is still the meeting point for all the villages of Montgrí and the Baix Ter.

In modern and contemporary times, between the fifteenth and the early twentieth centuries, the area was used for agricultural, livestock and industrial activities. Prominent families took up residence on the plain, leaving a legacy of major farmhouses such as Mas Pla and Mas Pinell, while for the more modest classes Montgrí became the



economic and supporting supplement they needed to survive through difficult times. This phenomenon has left us an impressive legacy in the form of dry-stone architecture. Together with this, there is also evidence of the utilisation of lime, in the form of a considerable number of lime kilns.



## CONREUS

La plana que envolta el massís del Montgrí, l'ocupen en bona part extensions de conreus diversos, de regadiu o de secà. Aquests conreus, junt amb els arrossars i l'activitat ramadera han caracteritzat la vida dels habitants de la plana empordanesa fins l'arribada del turisme a mitjan del segle XX. Per tant, són un element determinant del paisatge, que apareix ordenat alhora que intensament treballat. Els fruits d'aquest espai són els característics de la tradicional trilogia mediterrània, oliveres, vinya i cereals, però es complementen més modernament amb conreus de fruita dolça i horta. La presència d'aquests conreus garanteix un espai de tranquil·litat per a la fauna que ocupa els ambients naturals més valuosos que envolten.

## FARMLAND

The plain around the Montgrí Massif is mostly devoted to irrigated or dry farming land. Those fields, along with the rice fields and livestock farming, have characterised life for the inhabitants of this Empordà plain down to the coming of tourism in the mid-twentieth century. They are thus a decisive component of the landscape, which has an orderly, intensively-worked appearance. The produce from these lands is of the type forming the Mediterranean's traditional trilogy of olives, vines and cereals, though sweet fruits and market gardening have been added to those three in recent times. The presence of this arable land is an assurance of a peaceful living area for the fauna that occupy the valuable environments involved.