



Genuine Corporate Experience

*Tierra de
sensaciones
y emociones*





Costa Brava Girona
Convention Bureau

Índice

7 Presentación

12 Descubre

36 Desafía

72 Saborea

97 Cultura

99 Gastronomía

101 Naturaleza

103 Golf

105 Costa Brava Convention Bureau

106 Mapa

108 Leyenda del mapa

110 Leyenda de los iconos



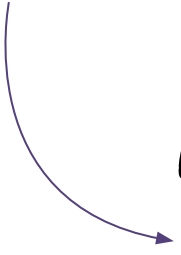
Costa Brava y Pirineo de Girona

Lejos de la masificación de las grandes ciudades y a una hora de Barcelona, la Costa Brava y el Pirineo de Girona han sabido posicionarse como uno de los destinos de reuniones y eventos con más encanto de Cataluña.

La provincia de Girona es la suma de muchos escenarios diferentes, desde las montañas del Pirineo hasta las aguas y las playas de la Costa Brava, pasando por un rico mosaico interior. El resultado es una tierra extraordinaria que ofrece un amplio abanico de posibilidades para organizar todo tipo de reuniones, viajes de incentivo y eventos.

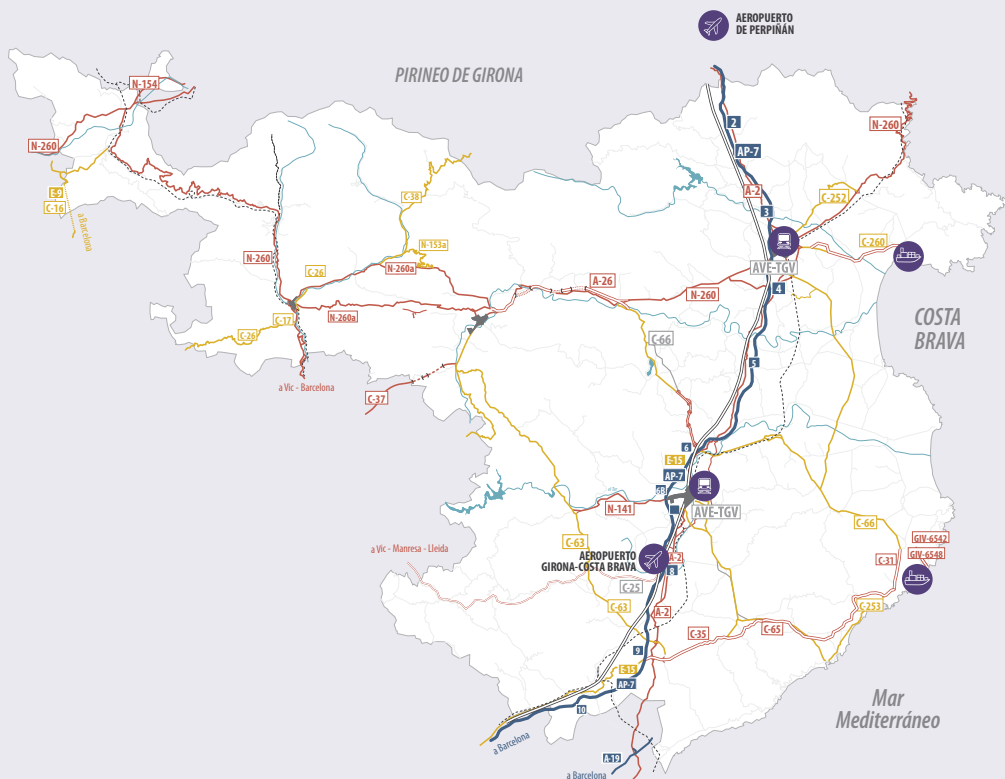
Unos eventos únicos y exclusivos que se pueden hacer realidad gracias a la versatilidad y a la modernidad de los centros congresuales, los alojamientos y los espacios singulares de los que disfrutamos en la Costa Brava y el Pirineo de Girona.

Nuestra diversidad de paisajes se complementa con un clima ideal, un patrimonio cultural y artístico excepcional y una gran oferta gastronómica, desde la cocina más tradicional hasta la más creativa e innovadora.



Un destino que atrae por el clima, la naturaleza, la cultura, la gastronomía y la hospitalidad de sus habitantes.





Distancias



AEROPUERTOS

- » Girona-Costa Brava
- » Barcelona-El Prat
- » Perpiñán



PUERTOS

- » Roses
- » Palamós
- » Barcelona



TRENES

- » Barcelona - Girona: 38 min
- » Barcelona - Figueres: 52 min
- » Madrid - Girona: 3 h 30 min
- » Madrid - Figueres: 3 h 44 min
- » París - Girona: 5 h
- » París - Figueres: 4 h 46 min

Distancia entre las poblaciones y los aeropuertos y las estaciones de AVE

	Aeropuerto de Girona-Costa Brava	Aeropuerto de Barcelona-El Prat	Girona (estación TAV-AVE)	Figueres (estación TAV-AVE)
Girona	12 km	100 km	0 km	40 km
Lloret de Mar	27 km	92 km	36 km	78 km
Platja d'Aro	32 km	118 km	35 km	65 km
Roses	70 km	169 km	60 km	20 km
Torroella de Montgrí	45 km	140 km	30 km	35 km
Sant Feliu de Guíxols	35 km	110 km	35 km	76 km
Olot	65 km	137 km	48 km	39 km
Palamós	44 km	129 km	48 km	62 km

Ideas únicas para incentivar y cohesionar

Las singulares características de la Costa Brava y el Pirineo de Girona hacen posible practicar un amplio abanico de actividades. Este potencial ha comportado la presencia de un gran número de empresas que consiguen atraer a los visitantes gracias al carácter genuino de la zona.

Conscientes de que el sector del turismo de negocios tiende, cada vez más, a buscar la diferenciación, la exclusividad y la conexión con las emociones a la hora de escoger las actividades que se incluyen

en los programas de incentivos, hemos querido plasmar el carácter auténtico de la Costa Brava y el Pirineo de Girona en esta recopilación de experiencias, que tienen como particularidad el vínculo con el paisaje, la cultura, la gastronomía y la historia.

Experiencias que tienen como particularidad el vínculo con el paisaje, la cultura, la gastronomía y la historia.



DESCUBRE

DESAFÍA

SABOREA



DESCUBRE



1. Arrocicleta
2. Caminos de postal
3. Costa Brava
Sunset Cruise
4. El Dalí más íntimo
5. *Juego de tronos*:
revive la serie
6. El Empordá desde
el aire
7. La Costa Brava
a vista de pájaro
8. Maridaje gastroliterario
9. Pastor por un día
10. Premio Pritzker
entre volcanes
11. Volcanic Team
Xperience



Descubre
e incentiva la creatividad



Arrocicleta.

Sensaciones entre los arrozales de Pals

ATELIER DE OCITÀNIA – BURRICLETA



5 horas



Todo el año



8 mín. / 50 máx.



Desde 40 €/pax

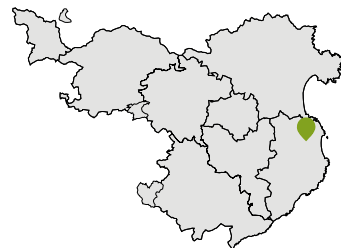
Aprender a cultivar el arroz, saborearlo y degustarlo son algunas de las experiencias y sensaciones que vivirás con la Arrocicleta. Un día en que el arroz será el hilo conductor. Pedalearemos con la glamurosa Burricleta (bicicleta eléctrica) a través de los extensos y solitarios arrozales de Pals para, después, conocer de primera mano este producto, su origen y su sistema de cultivo.

Lo cocinaremos con la ayuda de un maestro arrocero, lo degustaremos y seremos los protagonistas de su buena cocción.

Incluye:

- » Bienvenida y presentación.
- » Guía de ruta.
- » Visita al Museo del Arroz y al Molino de Pals.
- » Taller de cocina.
- » Comida.
- » Obsequio: saquito de 1 kg de arroz.

● Gualta



CONTACTO

Tel. +34 972 755 082 / +34 654 780 706

E-mail atelier@ocitania.cat

Web www.ocitania.cat



Caminos de postal, los caminos de ronda de la Costa Brava

AVENTURA GIRONA



3 horas



Todo el año



2 mín.



*

Descubre uno de los tramos de camino más espectaculares y entretenidos de nuestro litoral.

Saliendo de la cala Fosca, en Sant Joan de Palamós, recorreremos los pasajes que unen las maravillosas calas de la zona. Entre acantilados, refugios de pescadores y bosques mediterráneos, descubriremos un increíble pueblo íbero, el castillo de Cap Roig y la caprichosa cala Estreta. Continuaremos con nuestro singular recorrido pasando por debajo de un puente de piedra natural para acceder a la cala del Crit, punto en el que proponemos retornar a Palamós por los bosques de interior.

Dificultad: baja.

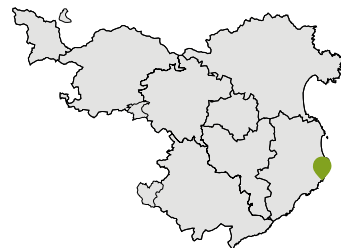
Incluye:

- » Guía titulado.
- » Reportaje fotográfico.
- » Seguro de accidente.

*

- Grupos de 2 a 3 pax: 45 €/pax
- Grupos de 4 a 10 pax: 25 €/pax
- Grupos de 11 a 20 pax: 20 €/pax
- Grupos + de 20 pax: 15 €/pax

● Palamós

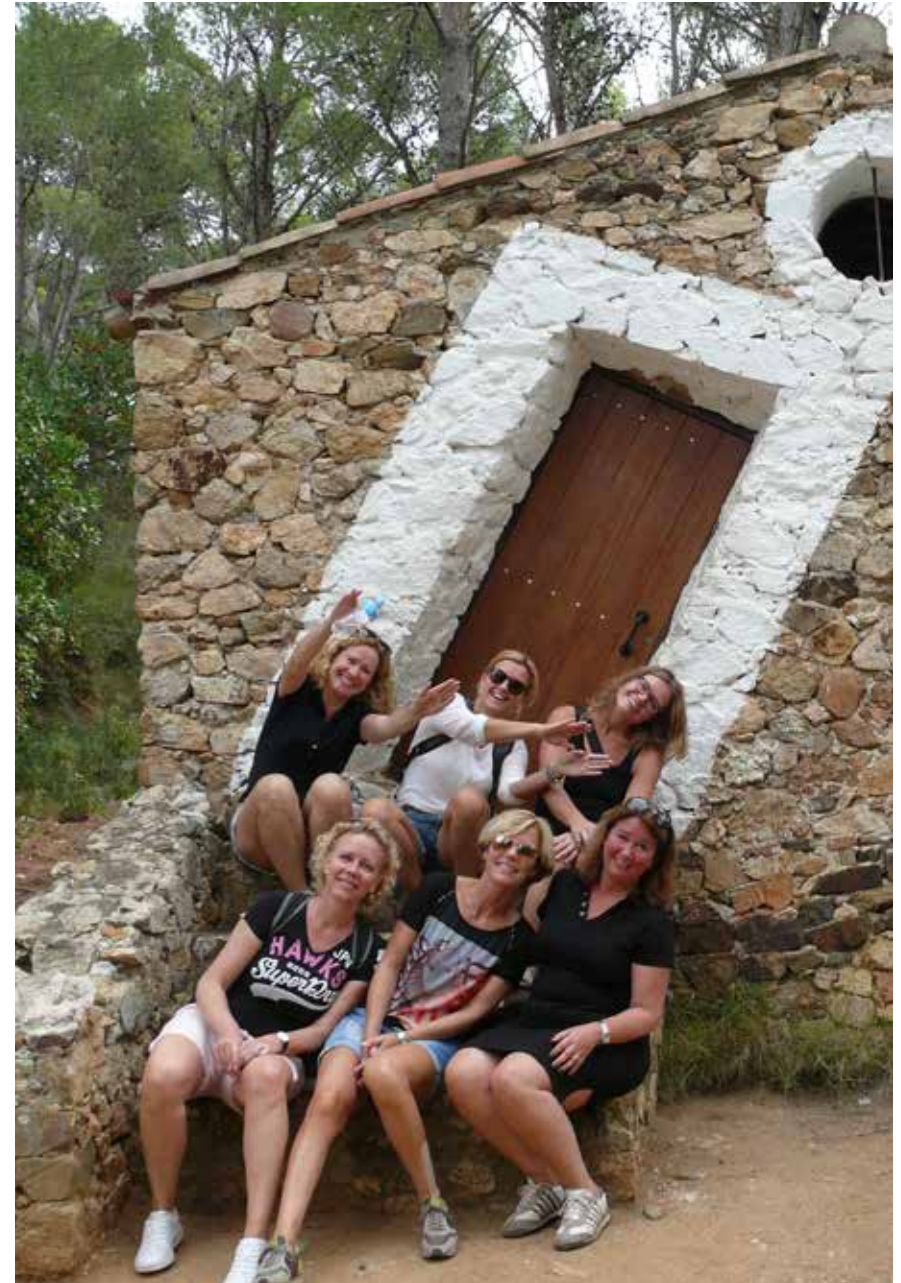


CONTACTO

Tel. +34 633 161 679

E-mail info@aventuragirona.com

Web www.aventuragirona.com



Costa Brava Sunset Cruise

MARE NOSTRUM



3-5 horas



Todo el año



30 mín. / 250 máx.



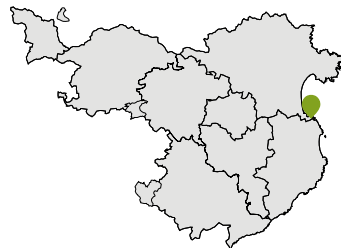
Desde 26 €/pax

Acabar el día navegando y disfrutando de las calas de la Costa Brava y de la puesta de sol, con el acompañamiento de música en vivo y tomando una copa de cava a bordo de la embarcación *Atlàntida III*.

Incluye:

- » Ruta en barco.
- » Copa de cava.
- » Música en directo.

Salida desde L'Escala



CONTACTO

Tel. +34 972 773 797

E-mail creuers@marenostrum.com

Web www.creuers-marenostrum.com



El Dalí más íntimo

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



7 horas



Todo el año



10 mín. / 60 máx.



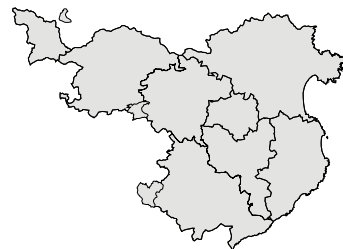
Desde 107 €/pax

Un recorrido por la llanura del Empordà, donde empieza el paraíso místico de Dalí. Descubre, sobre una bicicleta eléctrica y a través de los ojos de un embajador local, los paisajes y pueblos que inspiraron al artista: una manera auténtica de conocer la región y a sus habitantes. Después de una buena comida en un restaurante local, continuaremos la jornada visitando el Castillo Gala Dalí de Púbol, el museo del Triángulo Daliniano que ofrece la visión más íntima y personal del artista.

Incluye:

- » Ruta guiada por la llanura ampurdanesa en bicicleta eléctrica.
- » Comida en un restaurante local.
- » Visita guiada al Castillo Gala Dalí de Púbol.
- » Asistencia personalizada.

Empordà



CONTACTO

Tel. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Juego de tronos: revive la serie

GIRONA BOOKING



3 horas



Todo el año



6 mín. / 20 máx.



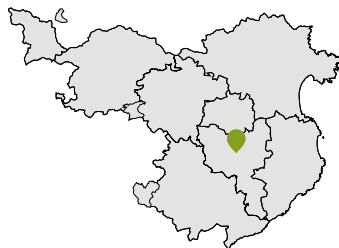
Desde 30 €/pax

La serie *Juego de tronos* se ha emitido en 173 países, con más de 20 millones de espectadores solo en Estados Unidos... ¡Y Girona ha sido la gran protagonista de la sexta temporada! Conoce cómo empezó todo, dónde se hizo el rodaje y todas sus particularidades, anécdotas y escenarios. Explorando los rincones del casco antiguo de Girona en los que se grabó la serie descubrirás secretos increíbles. ¡Salta al otro lado de la pantalla y vive *Juego de tronos* durante tres horas!

Incluye:

- » Visita guiada a los lugares más emblemáticos en que se rodó la serie.

◆ Girona



CONTACTO

Tel. +34 619 335 848

E-mail info@gironabooking.com

Web www.gironabooking.com



Game of Thrones Girona, 2016. Photo by Macall B. Polay - HBO

El Empordà desde el aire

SKYDIVE EMPURIABRAVA



A partir de 1 hora



Todo el año



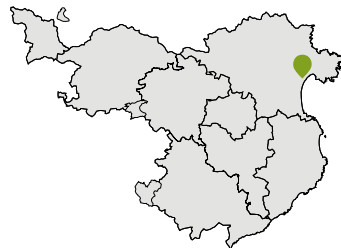
1 mín. / 100 máx.



Desde 173 €/pax

Recorre el cielo del Empordà y contempla la comarca a vista de pájaro, sobrevuela el Mediterráneo e, incluso, sé el encargado de pilotar la avioneta en un entorno privilegiado. Cadaqués, cabo de Creus, islas Medes, bahía de Roses, etc.

Empuriabrava



CONTACTO

Tel. +34 972 450 112

E-mail mice@thelandofthesky.eu

Web www.skydiveempuriabrava.com



La Costa Brava a vista de pájaro

GLOBUS EMPORDÀ



A partir de 3 horas



Todo el año



2 mín. / 40 máx.



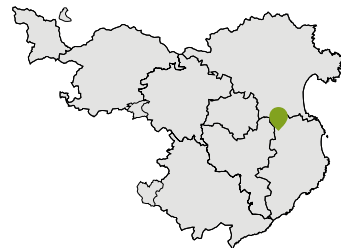
Desde 150 €/pax

¡Ven a descubrir los paisajes del Empordà a vista de pájaro, disfrutando de la sensación mágica de un vuelo en globo! Contempla, a 1000 m de altura, la Costa Brava, la bahía de Roses, las islas Medes, los Pirineos, el Montgrí, pueblos medievales como Peratallada, Ullastret, Monells, Palau-sator, Verges, Pals... ¡Atrévete!

Incluye:

- » Desayuno de cuchillo y tenedor en un restaurante de la zona al acabar el vuelo.
- » Copa de cava.
- » Reportaje fotográfico.
- » Grabación de la ruta en GPS.
- » Fotografía-imán de recuerdo.
- » Seguimiento en vehículo 4x4.

Colomers



CONTACTO

Tel. +34 620 846 742

E-mail info@globusemporda.com

Web www.globusemporda.com



Maridaje gastroliterario.

Josep Pla, la cocina y el paisaje.

Una experiencia de cultura y gastronomía

RESTAURANTE SALA GRAN



5-6 horas



Marzo-diciembre,
de lunes a viernes



10 mín. / 50 máx.



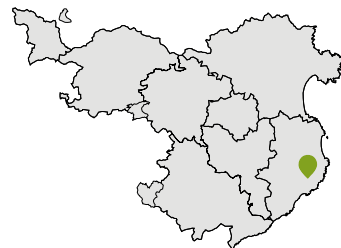
Desde 49,50 €/pax

Ruta Josep Pla en Calella de Palafrugell y visita guiada a la exposición permanente de la Fundación Josep Pla, maridada con una comida literaria en el restaurante Sala Gran de Llofriu.

Incluye:

- » Entrada a la Fundación.
- » Comida.

● Palafrugell/Llofriu

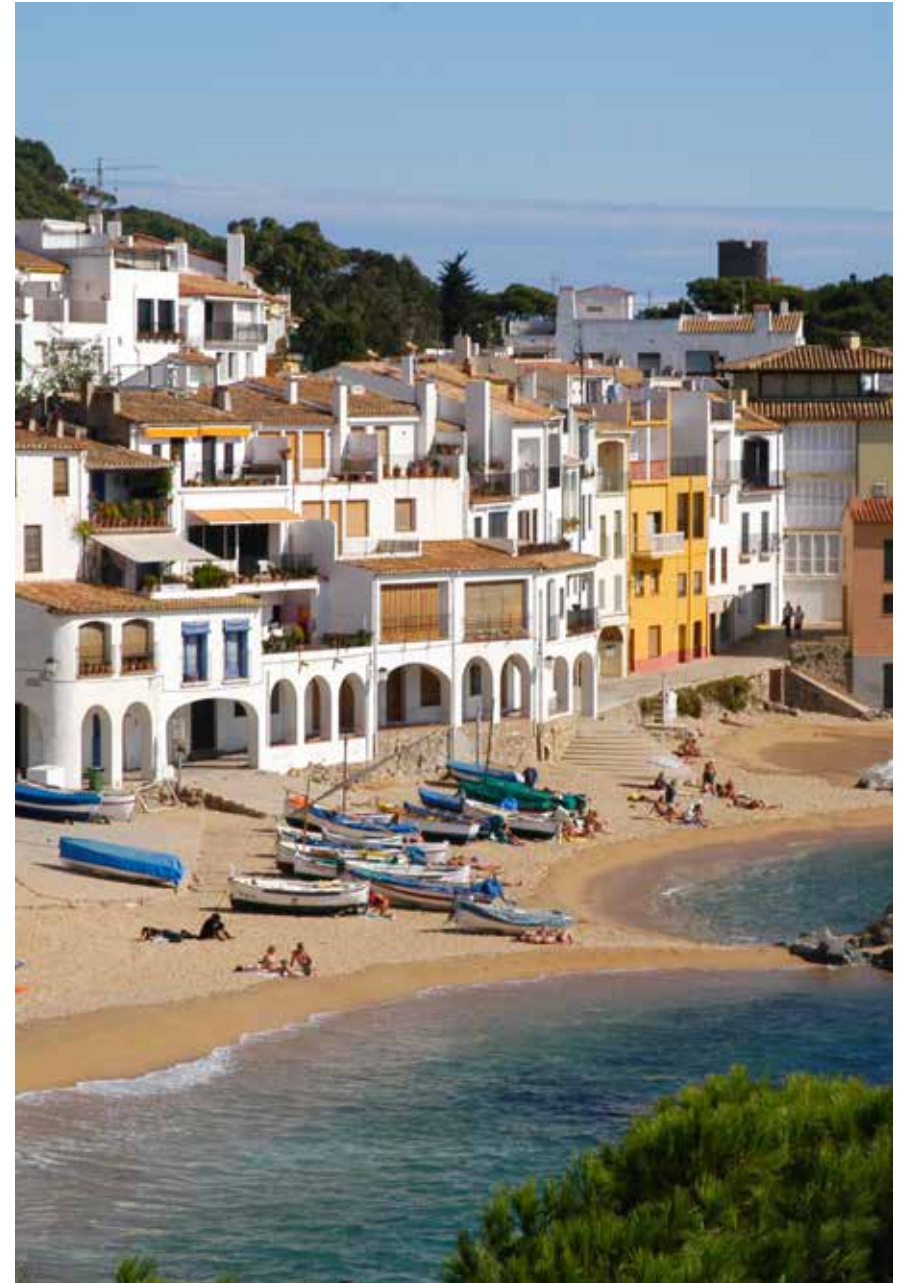


CONTACTO

Tel. +34 972 301 638

E-mail info@salagran.com

Web www.salagran.com



Pastor por un día

NIT | VOL



2 horas



Todo el año



2 mín. / 15 máx.



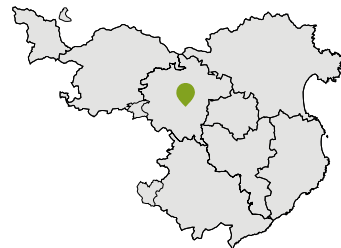
Desde 15 €/pax

Una actividad para disfrutar del contacto directo con los animales y su entorno, el corral y los prados. Aprenderemos la técnica y los secretos de un oficio milenario como es el de pastor, disfrutaremos de vivencias como ordeñar una cabra y conocer el proceso de elaboración del queso, y acabaremos la experiencia probando este producto en exclusiva, con las melodías de un acordeón de fondo y acompañado de un vino joven elaborado en la misma casa, situada a casi 800 m de altitud y con vistas sobre el valle del Riudaura.

Incluye:

- » Visita a los animales y el entorno.
- » Acompañamiento del pastor en todas sus tareas.
- » Degustación de queso elaborado en la propia granja, con maridaje de vino.

◆ Riudaura



CONTACTO

Tel. +34 689 471 872

E-mail comercial@voldecoloms.com

Web www.nitivol.com



Premio Pritzker entre volcanes

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



3-4 horas



Todo el año



10 mín. / 25 máx.



Desde 109 €/pax

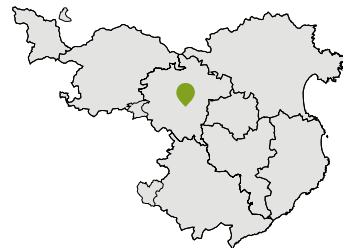
Las tierras interiores de Girona acumulan genio e innovación no solo en la gastronomía, sino también en el arte y la arquitectura. En 2017, el estudio de arquitectura RCR Pigem, Aranda i Vilalta recibió el premio Pritzker, conocido como el Nobel de la arquitectura. Fil Mediterranean ha creado las experiencias que permitirán entrar en el «Universo de la Creatividad Compartida», en plena naturaleza volcánica, conociendo el estudio, realizando una degustación de vinos naturales en el Pabellón de los Sueños

y comiendo en una de sus obras en plena naturaleza: un restaurante local con 2 estrellas Michelin.

Incluye:

- » Visita al estudio de los arquitectos.
- » Degustación de vinos naturales en el Pabellón de los Sueños.
- » Comida-pícnic típica en espacio natural diseñado por RCR.

● Garrotxa



CONTACTO

Tel. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Volcanic Team Xperience, la fuerza del volcán

COACHING ALTITUDE



A partir de 4 horas



Todo el año



22 mín. / 40 máx.



Desde 99 €/pax

La unión hace la fuerza y, además, nosotros contamos con la energía del volcán. Diseñamos el Volcanic Team Xperience adaptando diferentes modalidades de actividades *outdoor* orientadas a reforzar la cooperación, la confianza, la coordinación y el liderazgo en un entorno privilegiado como es el Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa. Una actividad completa, lúdica y con un componente de *team building* para reforzar la cooperación y la cohesión de los participantes.

Incluye:

- » Material necesario para las diferentes actividades.
- » Orientadores coaches seniors.
- » Desayuno.
- » Comida (diferentes propuestas a escoger).

● Volcán Montsacopa de Olot



CONTACTO

Tel. +34 620 882 947

E-mail info@coaching-altitude.net

Web www.coaching-altitude.net



DESAFÍA



1. Banyoles, la fuerza del dragón
2. Regatas en *llaguts*
3. Castellers
4. De roca, piedra y mar
5. Descubre el paracaidismo
6. El tesoro escondido del Ter
7. iPad Duatlón Costa Brava
8. La aventura del *Nautilus*
9. La increíble sensación de volar
10. Mindfulness
11. Nuevas sensaciones en la riera de Osor
12. Pescaturismo en la Costa Brava
13. Photochallenge
14. Piratas y corsarios del Mediterráneo
15. *Stage* deportivo en la Costa Brava
16. Ven a tocar el cielo con nosotros
17. Volcano Challenge



Desafía
 Cohesiona el talento

Banyoles, la fuerza del dragón

AGENDA GESTIÓ ESPORTIVA



2 horas



Todo el año



9 mín. / ilimitado



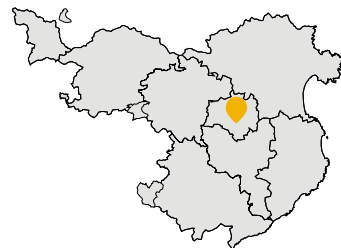
Desde 30 €/pax

El *dragon boat* es la modalidad de piragüismo que más está creciendo a nivel mundial. Consiste en una piragua caracterizada con la cabeza y la cola de un dragón en la que 10 palistas reman simultáneamente al ritmo de una persona que toca el tambor. Esta tripulación está a las órdenes de un timonel, puesto por la organización de la actividad, que dirige la embarcación.

Incluye:

- » Introducción a la historia de la modalidad.
- » Material necesario para realizar la actividad: chalecos salvavidas, botas de rebote Kangoo Jumps.
- » Premios para los ganadores.

📍 Banyoles



CONTACTO

Tel. +34 972 580 639

E-mail info@dragonboatemotions.com

Web www.agendasports.com



Regatas en Llaguts

LLORET CONVENTION BUREAU



3 horas



Todo el año



8 mín. / 52 máx.



Desde 50 €

El *llagut* catalán (laúd) es una embarcación de remo típica del Mediterráneo. El hecho de contar con ocho tripulantes más el timonel hace que el espíritu de grupo y la relación con los compañeros sean excepcionales. Aprendiendo a remar se potencian las aptitudes y se dan a conocer factores de la personalidad que quizá no pondríamos nunca al descubierto en una oficina.

Mediante el aprendizaje de las maniobras se plantean situaciones que también se pueden dar en el trabajo: tomar decisiones, superar dificultades, reaccionar a tiempo, dirigir el grupo, trabajar en equipo, etc. Todo ello, rodeados de la calma del mar, los entrañables sonidos del golpear de los remos en el agua y el deslizarse de la embarcación impulsada por cada palada.

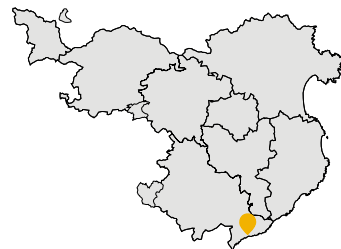
Con esta actividad conoceremos el origen y las partes del *llagut* y nos iniciaremos en los principios básicos de la técnica del remo. Nos acercaremos a calas de difícil acceso desde tierra y, siempre que se quiera y la mar nos lo permita, nos bañaremos. Para acabar, si somos un mínimo de dos *llaguts* (16 personas), disfrutaremos de la experiencia única de una regata con nuestros compañeros.

Una vez en tierra, brindaremos por los objetivos alcanzados.

Incluye:

- » Introducción básica a la técnica de remo.
- » Regata (para grupos mayores de 16 pax).

📍 Lloret de Mar



CONTACTO

Tel.	+34 972 365 788
E-mail	lloretcb@lloret.org
Web	www.lloretcb.org



Castellers

HUMANSIDE EXPERIENCES



1,5-3 horas



Todo el año



15 mín. / 100 máx.



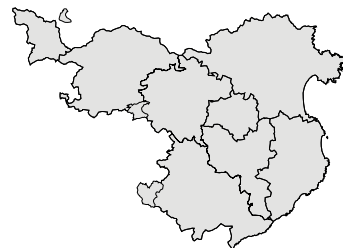
Desde 50 €/pax

Después de una introducción al mundo *casteller*, para contextualizar la actividad, se pasará a la acción: ceñirse las fajas y elegir un jefe de grupo (*colla*). A partir de este momento, se introducirán las diferentes estructuras y las funciones necesarias para llevarlas a cabo, y se seleccionará a las personas más adecuadas para desarrollarlas. Después de unos cuantos ensayos por especialidades, el grupo ya estará preparado para levantar un castillo por sí solo. A toque de gralla, ¡arriba!

Incluye:

- » Técnicos expertos para la ejecución del castillo.

En cualquier lugar



CONTACTO

Tel. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



De roca, piedra y mar, la vía ferrata de Cala del Molí

AVENTURA GIRONA



3 horas



Todo el año



2 mín.



*

La Cala del Molí, en la Costa Brava, es la única vía ferrata de Europa ubicada literalmente a la orilla del mar. Además, la zona está situada dentro del Plan de Espacios de Interés Natural.

Te acompañamos a hacer una vía ferrata desde la que descubrirás una parte de la Costa Brava bajo una perspectiva alternativa, entre rocas, mar y gaviotas. Caminarás, atravesarás puentes tibetanos y treparás por los acantilados mientras disfrutas de unas vistas espectaculares.

*

Grupos de 2 a 3 pax: 45 €/pax
 Grupos de 4 a 10 pax: 35 €/pax
 Grupos de 11 a 20 pax: 30 €/pax
 Grupos + 20 pax: 25 €/pax

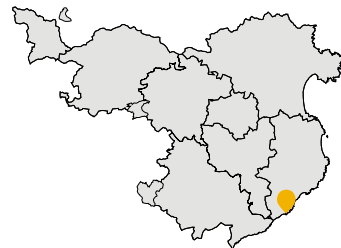
Requerimientos especiales:

- » No tener vértigo.
- » Estatura mínima de 1,55 m.

Incluye:

- » Material y equipamiento de seguridad homologados por la UIAA.
- » Guía titulado.
- » Seguro de accidentes.
- » Reportaje fotográfico.

📍 Sant Feliu de Guixols

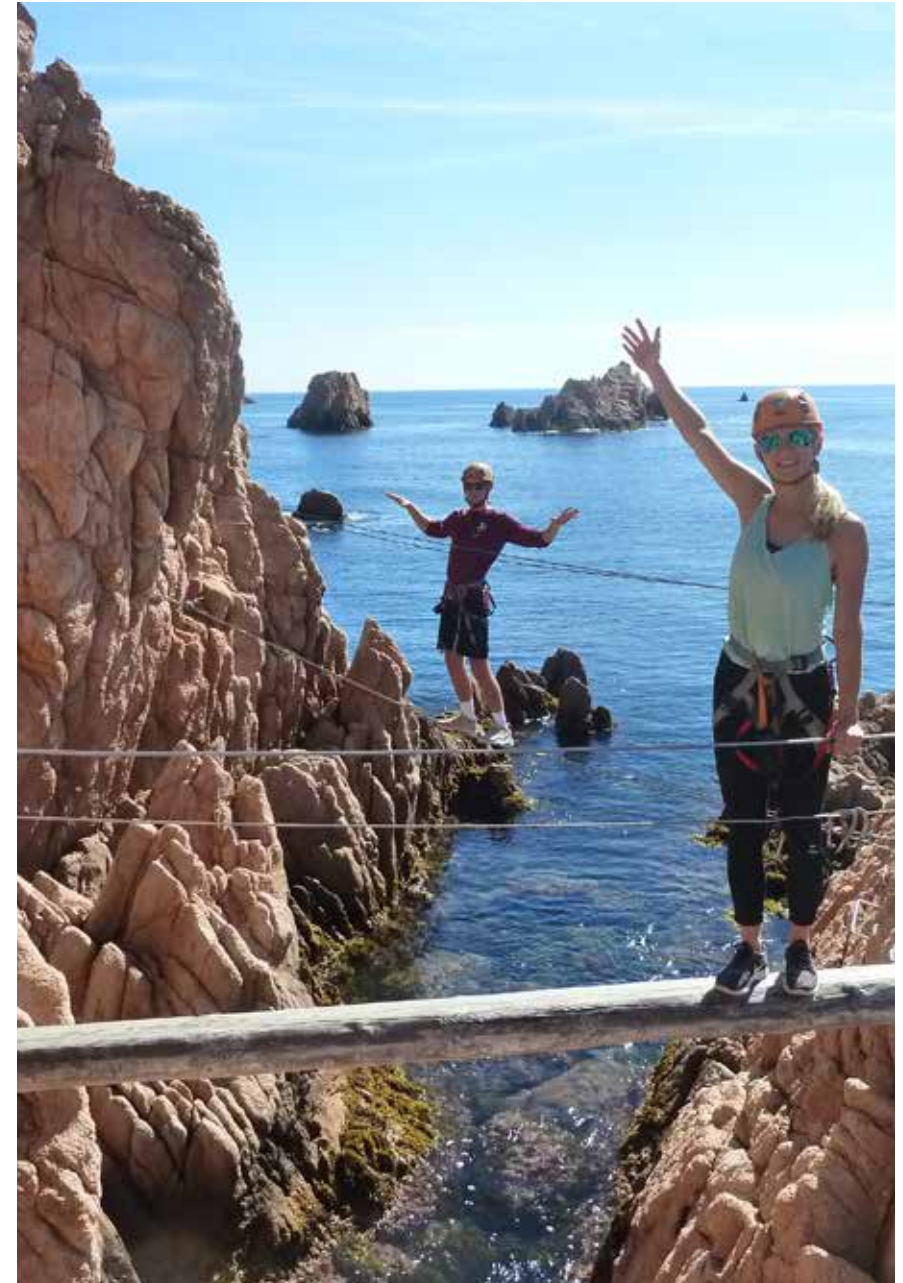


CONTACTO

Tel. +34 633 161 679

E-mail info@aventuragirona.com

Web www.aventuragirona.com



Descubre el paracaidismo

SKYDIVE EMPURIABRAVA



3-4 horas



Todo el año



1 mín. / 120 máx.



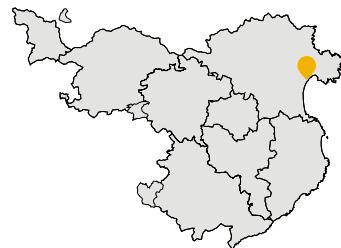
Desde 273 €/pax

Skydive Empuriabrava es una de las zonas de salto más apreciadas del paracaidismo mundial. Conocida como «la Tierra del Cielo», cuenta con una experiencia de más de dos millones de saltos acumulados en sus treinta años de existencia. Tu primer salto. El tándem. La experiencia del paracaidismo en estado puro. Un instructor experto se ocupa de todo para que tú solo tengas que volar.

Incluye:

- » Instrucción en paracaidismo a cargo de un experto.
- » Salto en tándem.
- » Reportaje profesional del salto (opcional).

Empuriabrava



CONTACTO

Tel. +34 972 450 111

E-mail mice@thelandofthesky.eu

Web www.skydiveempuriabrava.com



El tesoro escondido del Ter. Descenso turístico-fluvial en kayak

KAYAK DEL TER



2-3 horas



Marzo-noviembre



2 mín.



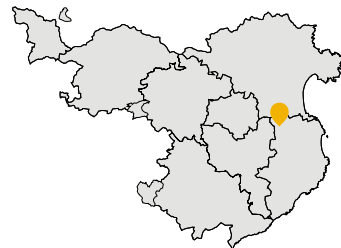
Desde 25 €/pax

Ven a disfrutar de una experiencia única en el río Ter. Descenso turístico-fluvial en kayak, con diferentes tramos que recorren zonas de gran valor paisajístico del Gironès y el Baix Empordà. Estos tramos forman parte de los corredores biológicos mediterráneos incluidos dentro del programa Red Natura 2000, con un bosque de ribera de los mejor conservados de Cataluña. Una manera de descubrir nuestro entorno, lúdica y activa, con especial respeto hacia la biodiversidad que nos rodea. Imprescindible saber nadar.

Incluye:

- » Material necesario: kayaks, remos, chaleco salvavidas.
- » Transfer.
- » Clase de iniciación.

Colomers

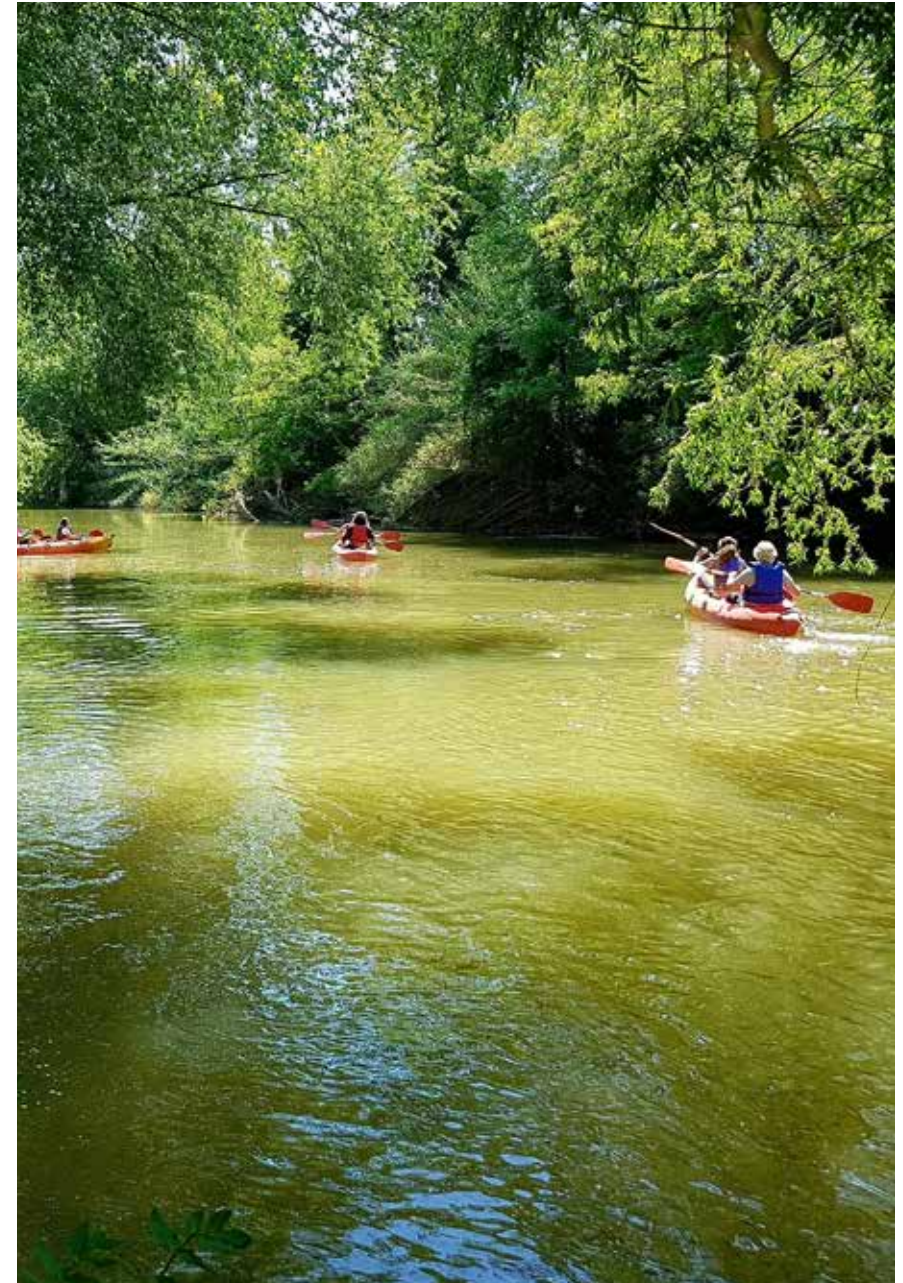


CONTACTO

Tel. +34 662 159 469

E-mail info@kayakdelter.com

Web www.kayakdelter.com



¡Pad Duatlón Costa Brava

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 horas



Todo el año;
recomendable,
de abril a octubre



12 mín. / 60 máx.



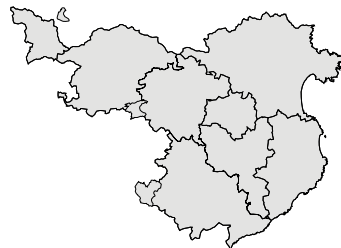
Desde 80 €/pax

Lo que proponemos es un espacio de juego que recorre el litoral de la Costa Brava desde dos perspectivas diferentes y complementarias: la tierra y el mar. A través de una yincana o *treasure hunt* con iPads, cada equipo podrá disfrutar de la actividad a través de los senderos litorales y los caminos de ronda y, alternativamente, desplazándose con un *big SUP* (*paddle surf* gigante) o un kayak para encontrar las diferentes pruebas geolocalizadas en lugares de interés.

Incluye:

- » Material necesario para realizar la actividad: iPad, tablas de *big paddle surf* o kayaks, chalecos salvavidas, bolsas estancas y neoprenos (en caso necesario).
- » Visitas relacionadas con el lugar donde se realiza la actividad y degustaciones (bajo demanda).

En cualquier lugar

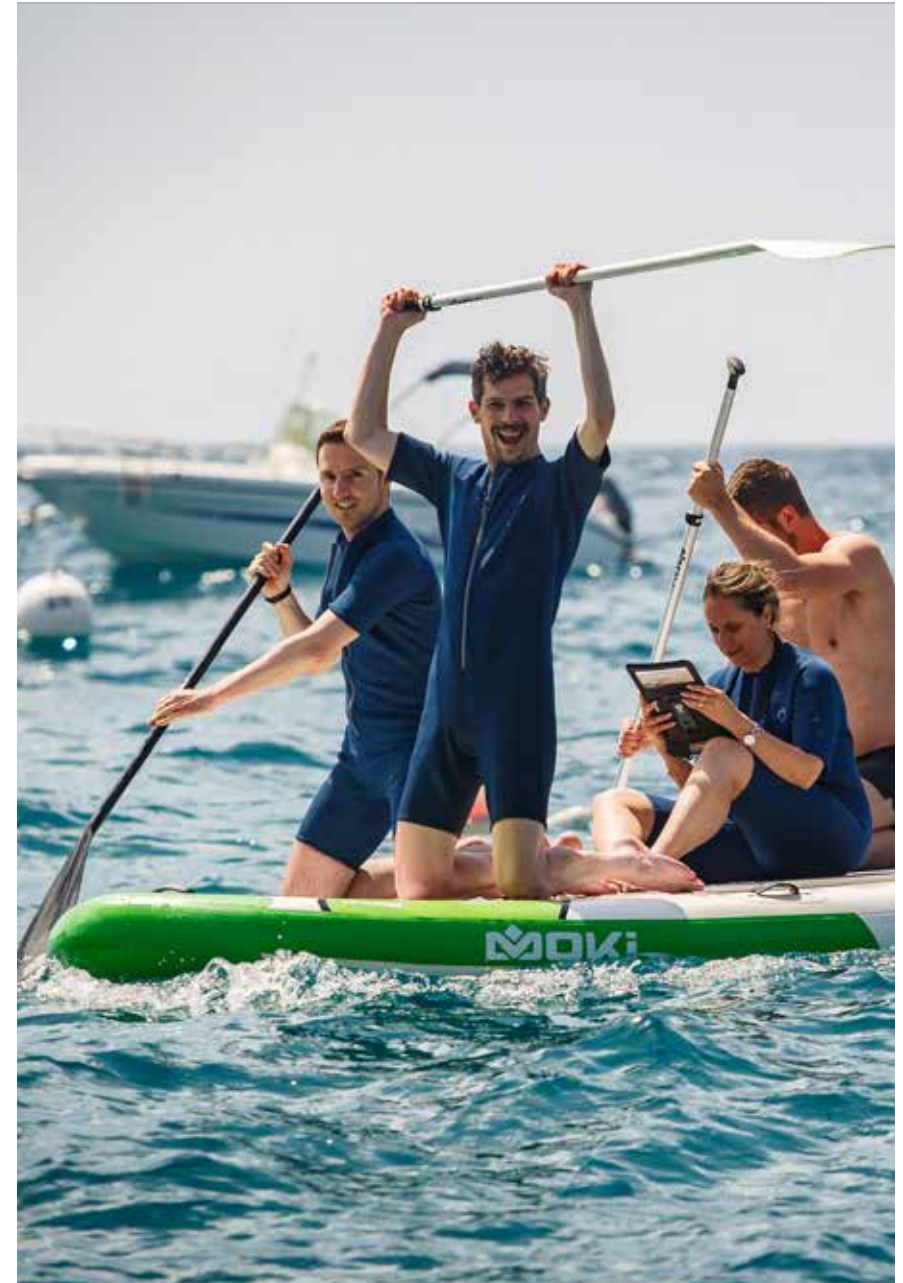


CONTACTO

Tel. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



La aventura del Nautilus

SUBAQUATIC VISION



1,5 horas



Todo el año



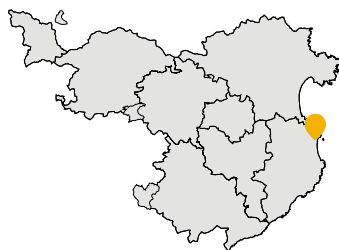
15 mín. / 150 máx.



Desde 12 €/pax

Crucero submarino por la Reserva Natural de las Islas Medes y la costa del macizo del Montgrí, pasando por la punta de la Barra, la punta Salines, el cabo de Oltrera, la cala Pedrosa y la roca Foradada.

📍 L'Estartit



CONTACTO

Tel. +34 972 751 489

E-mail nautilus@nautilus.es

Web www.nautilus.es



La increíble sensación de volar. Vuelo indoor

WINDOOR REAL FLY



2 horas



Todo el año



10 mín. / 100 máx.



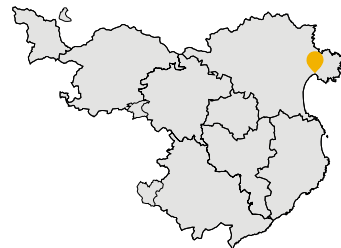
Desde 39 €/pax

En Windoor, te damos alas para volar. Experimenta con tu equipo la sensación inigualable de volar sin riesgos. Experiencia apta para todos los públicos. Vuela con nosotros y disfruta de todo aquello que tu grupo pueda necesitar: salas de reuniones, servicio de catering y restauración, parking gratuito. Una experiencia que sin duda motiva a los participantes, estimula la confianza y potencia el espíritu de trabajo en equipo, fomenta la comunicación y la integración entre departamentos y miembros de una organización, entrena el enfoque de la atención y la visión, y aumenta la confianza entre compañeros.

Incluye:

- » Briefing de la actividad.
- » Todo el material y el equipamiento necesarios para realizar la actividad.
- » Diploma de certificación de vuelo.

Empuriabrava

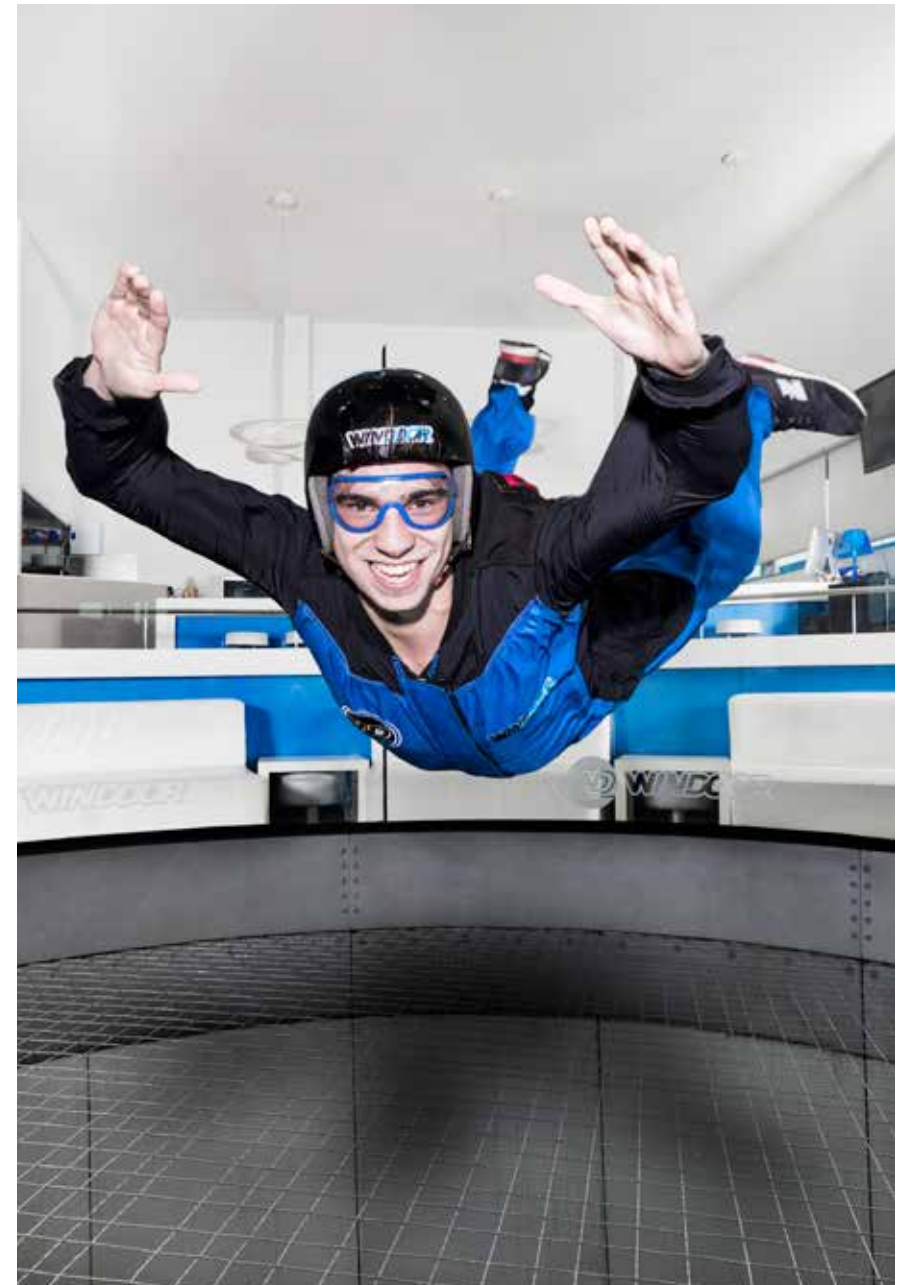


CONTACTO

Tel. +34 972 454 040

E-mail empresa@windoor-realfly.com

Web www.windoor-realfly.com



Mindfulness. Conecta con tu bienestar a través de la naturaleza

MINDFULKIT



2,5 horas



Todo el año



8 mín. / 50 máx.



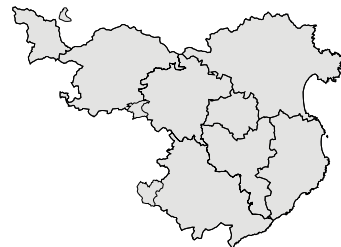
Desde 300 € para
grupos inferiores a
25 pax

¿Te gusta sentir cómo la naturaleza despierta tus sentidos y te aporta la calma que necesitas? Mindful Natura es una divertida actividad de bienestar que combina técnicas de *mindfulness* con sonidos armónicos de la naturaleza. Una vivencia para sentir y disfrutar más allá de nuestros sentidos, potenciar nuestra concentración e intuición, rebajar estrés, equilibrar nuestro ritmo cardíaco y aumentar nuestra creatividad. Te lo pasarás bien, te sorprenderás y cuidarás de ti, ¡todo al mismo tiempo!

Incluye:

- » Degustación de té (bajo demanda y según disponibilidad).

📍 En cualquier lugar



CONTACTO

Tel. +34 606 579 826

E-mail edgar@mindfulkit.com

Web www.mindfulkit.com



Nuevas sensaciones en la riera de Osor: descubriendo el barranquismo

AVENTURA GIRONA



3 horas



Todo el año



2 mín.



*

La riera de Osor es la corriente de agua con más caudal de las Guillerías y desemboca en el río Ter pasando por Sant Hilari Sacalm, Anglès y Osor. Se trata de un barranco muy entretenido y de poca dificultad donde podremos disfrutar de un entorno salvaje y solitario en pleno macizo de las Guillerías, saltando desde diferentes alturas y practicando la técnica del rápel. Es una actividad apta para todos, ideal para practicar con compañeros de trabajo y amigos.

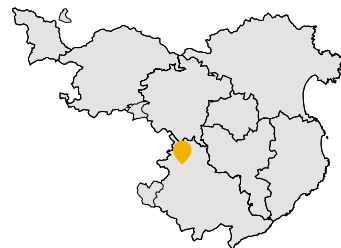
*

Grupos de 2 a 3 pax: 60 €/pax
 Grupos de 4 a 10 pax: 45 €/pax
 Grupos de 11 a 20 pax: 40 €/pax
 Grupos + 20 pax: 35 €/pax

Incluye

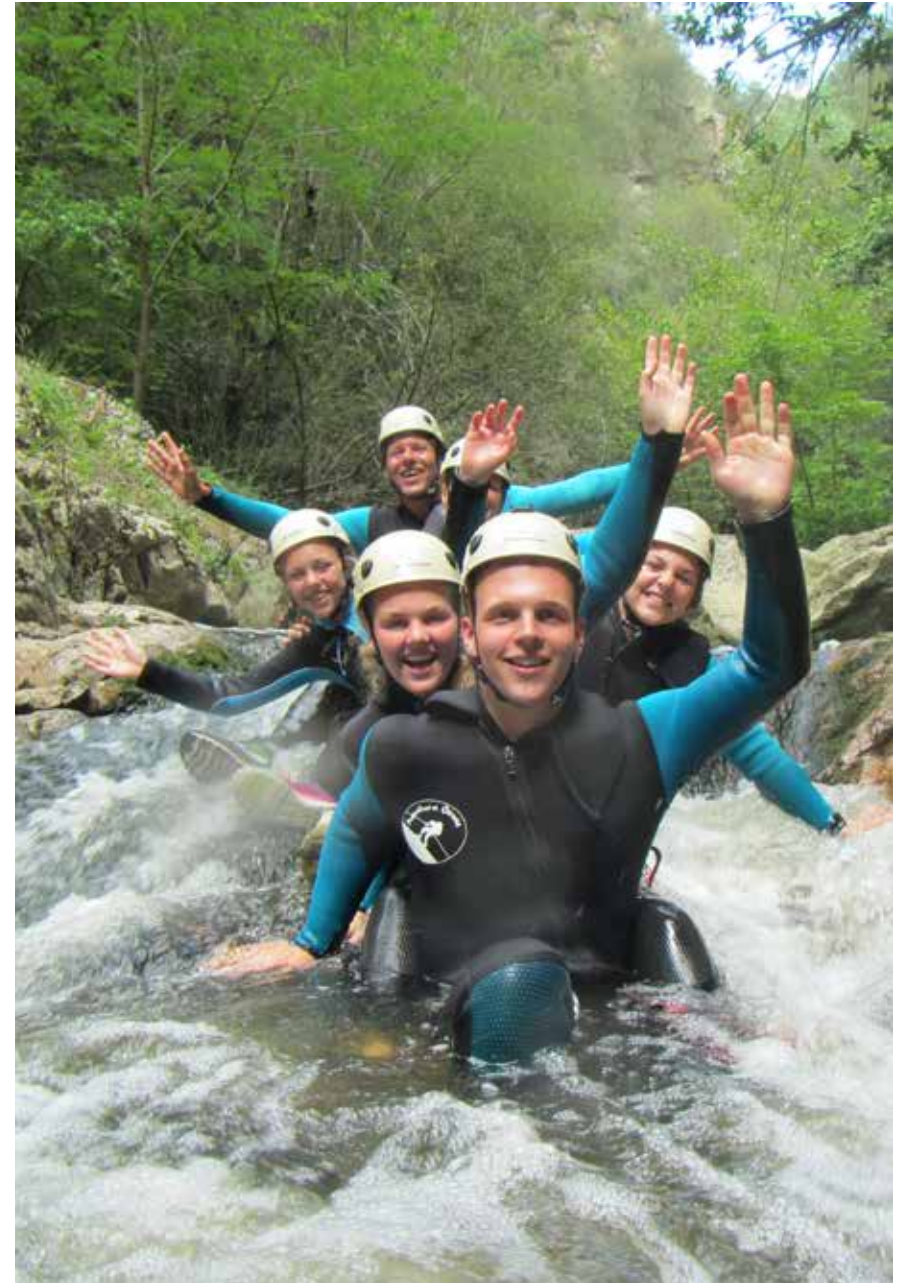
- » Material de seguridad y equipamiento homologado por la UIAA.
- » Guía titulado.
- » Reportaje fotográfico.
- » Seguro de accidentes.
- » Bebidas al finalizar la actividad.

Osor



CONTACTO

Tel.	+34 633 161 679
E-mail	info@aventuragirona.com
Web	www.aventuragirona.com



Pescaturismo en la Costa Brava

MUSEO DE LA PESCA



Ver la descripción



Mayo-septiembre,
de lunes a viernes



1 mín. / 24 máx.



Ver la descripción

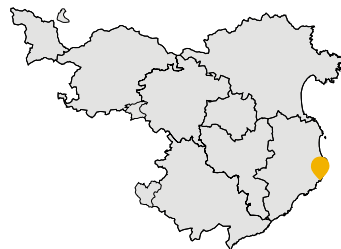
El 'pescaturismo' es una experiencia única y, al mismo tiempo, una manera de trabajar por la sostenibilidad de los recursos y del propio sector pesquero. Es una oportunidad para alcanzar una mayor diversificación, conseguir una mejora económica y promocionar los productos pesqueros. Por todo ello, la actividad se fomenta entre la ciudadanía desde diferentes perspectivas: la cultural, la gastronómica, la tecnológica y la social. Practicando el pescaturismo disfrutarás de una jornada de pesca a bordo de una embarcación profesional del puerto pesquero de Palamós.

- » **Actividad de artes mayores o pesca de arrastre**, de 7 a 18 h aprox.; 70 €/pax.
- » **Actividad de pesca artesanal**, de 6.30 a 13.30 h; 66 €/pax.
- » **Actividad de pesca de gamba de Palamós**, de 6.30 a 18 h; 88 €/pax.

CONTACTO

Tel.	+34 972 600 424
E-mail	infomuseu@palamos.cat
Web	www.pescaturismepalamos.org

● Palamós



Photochallenge. Sumérgete en las Islas Medes

MEDAQUA



3 horas



Mayo-septiembre



8 mín. / 50 máx.



Desde 30 €/pax

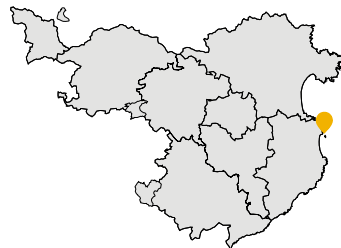
El *snorkel* es lo que conocemos como nadar con la ayuda del tubo y las gafas de buceo. A través de esta divertida actividad, haremos un concurso de fotografía acuática.

Se fotografiarán los paisajes marinos y los detalles de la naturaleza marina de la Costa Brava. Habrá un premio para cada una de las modalidades: el paisaje más bonito y la foto que más detalles consiga captar. De esta manera, se busca ampliar los sentidos y descubrir un entorno diferente donde los detalles son lo más importante.

Incluye:

- » 1 traje de neopreno por persona.
- » Vídeo explicativo de la reserva marina y el *snorkel*.
- » Clase de técnicas de fotografía con móviles.
- » Premio a los ganadores del concurso (consisten en productos locales de L'Estartit o del parque natural).

📍 L'Estartit (Islas Medes)



CONTACTO

Tel.	+34 972 752 043
E-mail	info@medaqua.com
Web	www.medaqua.com



Piratas y corsarios del Mediterráneo

MEDAQUA



4 horas



Febrero-noviembre



8 mín. / 50 máx.



Desde 30 €/pax

Saldremos de L'Estartit en barco en dirección a los acantilados.

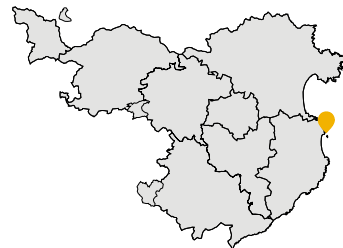
Durante el trayecto a bordo, el capitán pirata nos explicará brevemente la historia de corsarios y piratas. Cuando lleguemos a una de las calas perdidas del Montgrí, desembarcaremos y empezará la yincana de orientación, en la cual, a través de la resolución de diferentes pistas, deberemos localizar el tesoro que los piratas perdieron en L'Estartit.

Para darle más emoción, en cada pista deberemos resolver una prueba física o mental para poder continuar.

Incluye:

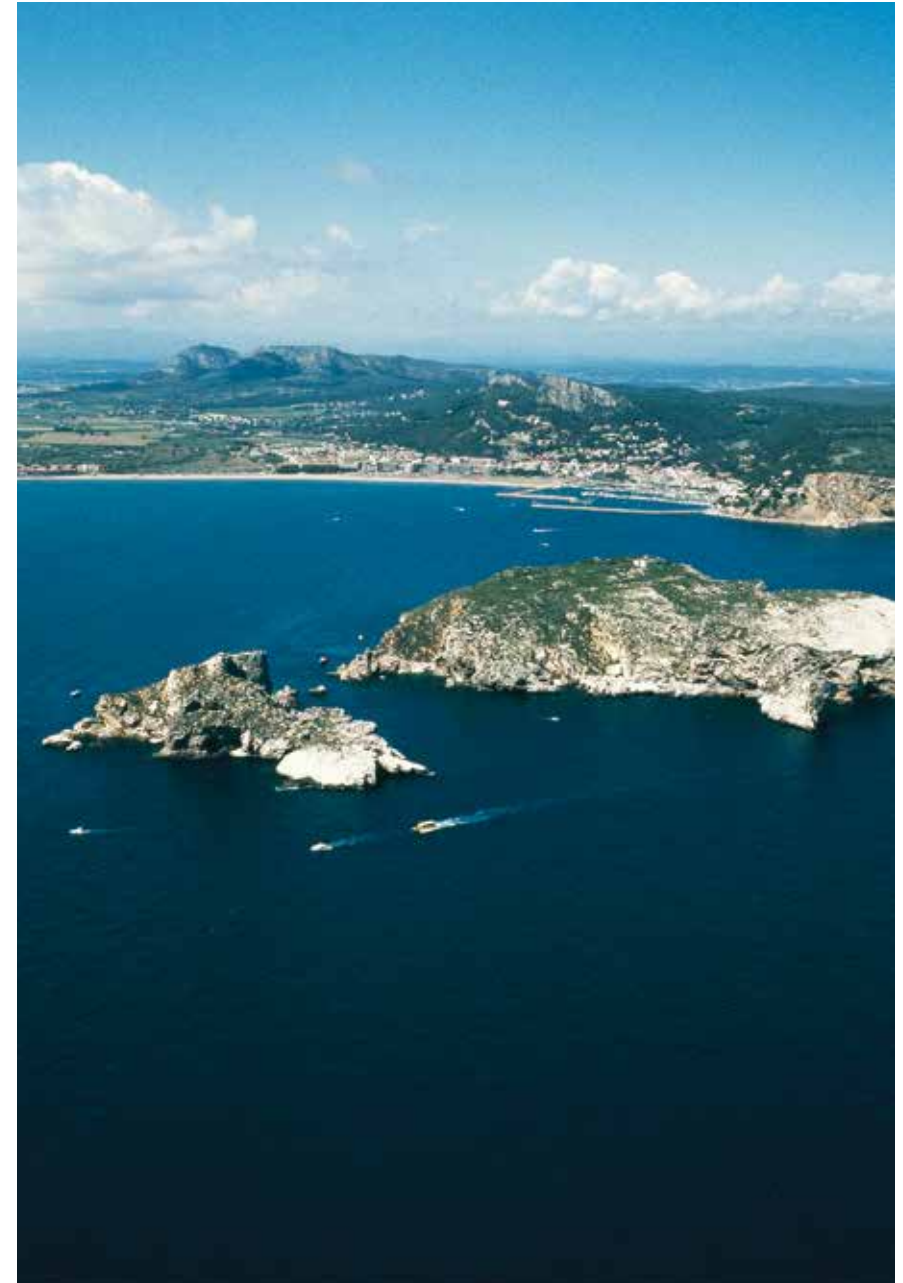
- » Trayecto en barco.
- » Disfraces.

📍 L'Estartit (Islas Medes)



CONTACTO

Tel.	+34 972 752 043
E-mail	info@medaqua.com
Web	www.medaqua.com



Stage deportivo en la Costa Brava

STAGEWEEK



A partir de 6 horas



Septiembre-junio



12 mín. / 30 máx.



Desde 120 €/pax

Stageweek es un stage deportivo de tenis, pádel y golf para adultos que se celebra en las instalaciones del Club de Tenis Llafranc y el Club de Golf de Gualta, en la Costa Brava.

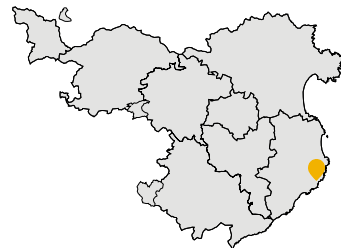
La actividad tiene una duración de entre 1 y 5 días, con alojamiento en hoteles de la zona. En tenis y pádel, agrupamos a los jugadores por niveles y trabajamos con técnicos profesionales y grabaciones en vídeo para hacer correcciones. Entrenamiento y partido diario en sistema de liga. En la opción de golf, se trata de un curso de iniciación en las instalaciones del pitch & putt de Gualta, con el objetivo de acabar la semana con

conocimientos básicos para empezar a practicar este deporte. Como complemento, hemos organizado un conjunto de actividades de aventura a escoger: bicicleta, diving, senderismo, triatlón, kayak, pesca, taller de paella, yoga, juegos de playa...

Incluye:

- » Bicicleta eléctrica para los desplazamientos y las excursiones.
- » Comidas.
- » Visitas.
- » Alojamiento (bajo demanda).

📍 Llafranc (Palafrugell)



CONTACTO

Tel. +34 609 038 409

E-mail se@stageweek.com

Web www.stageweek.com



¡Ven a tocar el cielo con nosotros! Bautizo astronómico

OBSERVATORI ASTRONÒMIC ALBANYÀ



1,5 horas



Marzo-diciembre



5 mín. / 130 máx.



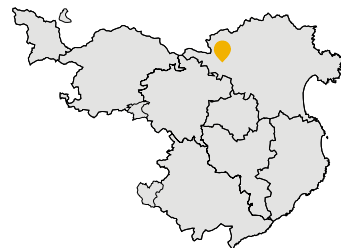
Desde 18 €/pax

Disfruta de una experiencia sensorial única en el Observatorio Astronómico Albanyà. Nuestro equipo de astrónomos residentes, liderado por el prestigioso astrofotógrafo Juan Carlos Casado, te guiará en un recorrido audiovisual por el firmamento adaptando el contenido del bautizo astronómico a las circunstancias meteorológicas del momento y a la época del año para que sea una experiencia inolvidable.

Incluye:

- » Videoastronomía en directo.
- » Narraciones del astrofotógrafo Juan Carlos Casado.

Albanyà



CONTACTO

Tel. +34 972 542 020

E-mail info@observatorialbanya.com

Web www.observatorialbanya.com



Volcano Challenge. Vuelo en globo entre volcanes

NIT | VOL



5 horas



Todo el año



10 mín. / 60 máx.



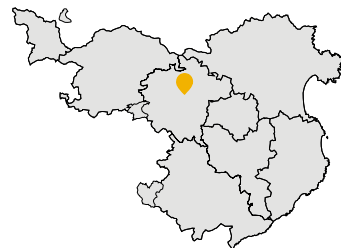
Desde 170 €/pax

Una competición por equipos desde el aire en la que los participantes deberán ir superando una serie de pruebas mientras sobrevuelan los volcanes de Cataluña. Una experiencia única a vista de pájaro durante la cual brindaremos con cava y contemplaremos una panorámica de 360º con los Pirineos como telón de fondo y los volcanes a nuestros pies. La actividad aúna la toma de decisiones, el liderazgo y la colaboración con la emoción y la aventura de un vuelo en globo en plena naturaleza, sobrevolando el Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa. Una actividad para incentivos y para *team building*.

Incluye:

- » Café y bollería antes del vuelo.
- » Cava y torta de chicharrones durante el vuelo.
- » Traslado desde el campo de aterrizaje hasta las instalaciones en vehículo 4x4.
- » Desayuno de payés.
- » Diploma de vuelo.

♦ Santa Pau

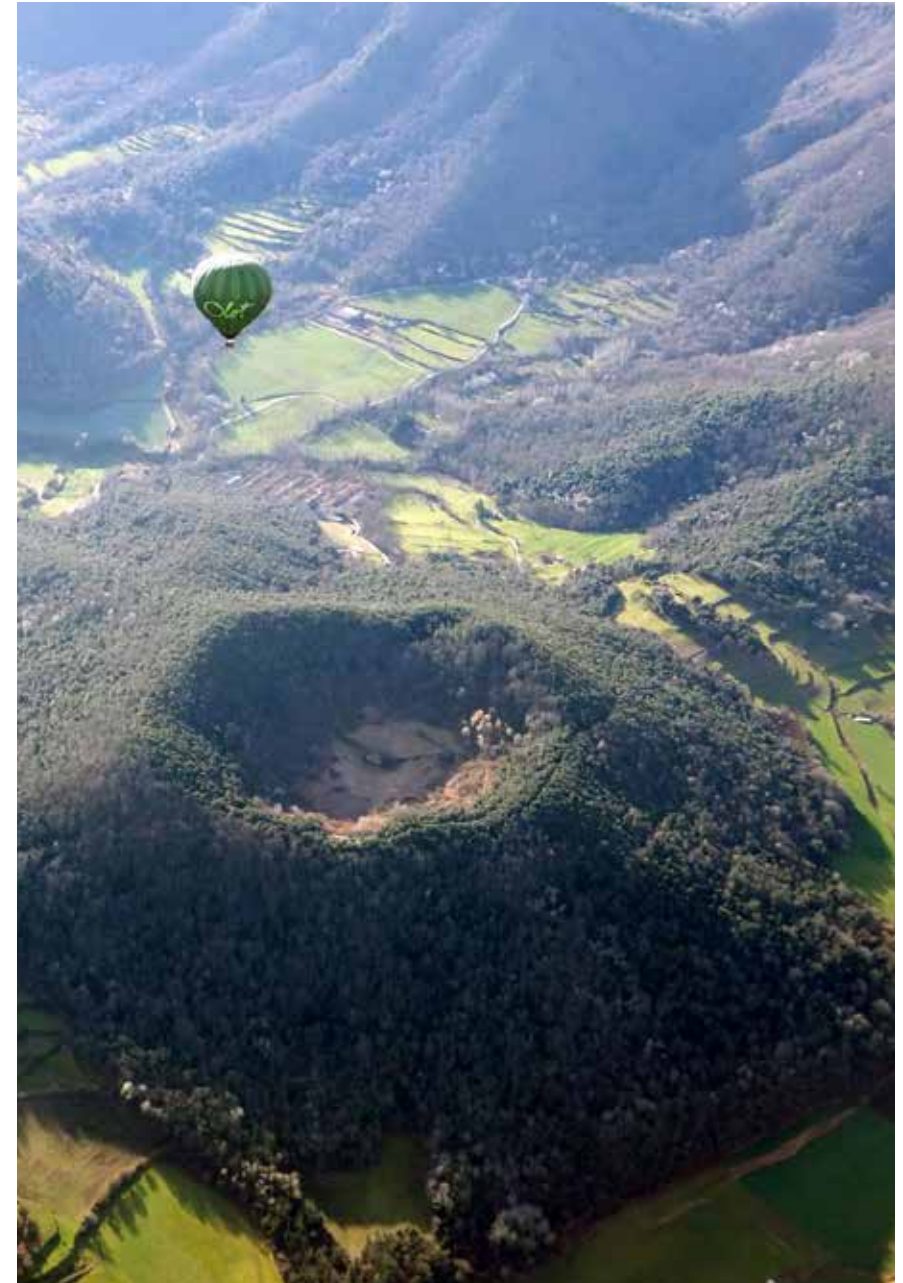


CONTACTO

Tel. +34 972 680 225 / +34 689 471 872

E-mail comercial@voldecoloms.com

Web www.voldecoloms.cat



SABOREA



1. Gastrovolcans
2. La enogastronomía en el corazón del Empordà
3. El universo de la ratafia
4. La cocina marinera
5. La fiesta de la vendimia
6. La Girona gastronómica
7. Las tapas taponeras
8. Master Chef
9. Molecular Appetizers
10. Salamos anchoas en la Costa Brava
11. Degustación de mar en un velero



Saborea
Estimula los sentidos

Gastrovolcans

TURISME GARROTXA



6 horas



Todo el año



8 mín. / 30 máx.



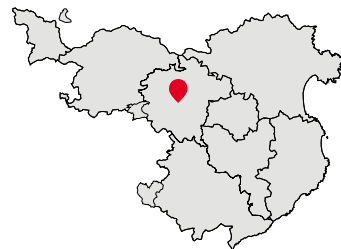
Desde 50 €/pax

Gastrovolcans es la actividad perfecta para descubrir los productos y a los productores de la comarca de la Garrotxa, tierra de cocineros con estrella Michelin, y los restaurantes de la Cuina Volcànica. Una experiencia personalizada consistente en visitar el centro de Olot y su Plaça Mercat, llenos de tiendas y puestos de embutidos, carnes, legumbres, verduras, ratafia, etc. de producción propia. Seguidamente, en la misma sede de la Plaça Mercat, escogeremos una de las dos opciones propuestas: **opción A:** participar en un taller en el que aprenderemos a preparar los productos y los probaremos, mientras escuchamos los comentarios de una cocinera de la comarca; **opción B:** comer en el restaurante del mercado, donde solo se cocina con productos de los puestos.

Incluye:

- » **Opción A:** visita a la Plaça Mercat de Olot; taller-almuerzo con degustación de productos de la Plaça Mercat.
- » **Opción B:** visita de las tiendas de productos locales más emblemáticas; visita de la Plaça Mercat; almuerzo a base de productos km 0 en el restaurante de la Plaça Mercat.

♥ Olot



CONTACTO

Tel. +34 972 271 600

E-mail info@turismegarrotxa.com

Web www.trade.turismegarrotxa.com



La enogastronomía en el corazón del Empordà

RESTAURANTE SALA GRAN



5 horas



Marzo-diciembre,
de lunes a viernes



15 mín.



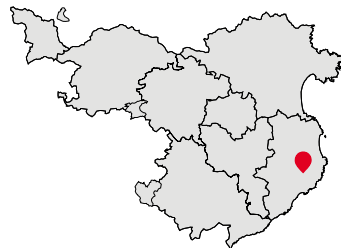
Desde 49 €/pax

Visita guiada a Mas Oller, con recorrido por la bodega y las viñas y una degustación de vinos. Seguidamente, nos desplazaremos al Sala Gran para disfrutar de un menú elaborado por el chef Isaac Sabrià con productos de la zona y maridado con vinos del Mas Oller.

Incluye:

- » Degustación de vinos.
- » Entrada al Mas Oller.
- » Comida en La Sala Gran.

• Torrent/Llofriu



CONTACTO

Tel.	+34 972 301 638
E-mail	info@salagran.com
Web	www.salagran.com



El universo de la ratafia

DOMUS SENT SOVÍ



7 horas



Todo el año



8 mín. / 20 máx.



Desde 50 €/pax

Salida por el entorno con Evarist March, nuestro guía especializado en gastrobotánica, para conocer las hierbas y las plantas con las que se elabora la ratafia, el licor tradicional catalán. A continuación, junto con los miembros de la Cofradía de la Ratafia (entidad que se dedica a la promoción de esta bebida), se prueban diferentes ratafías y, para acabar, se lleva a cabo un taller de cocina con cocineros locales especializados en recetas a base de ratafia. Finalmente, todos degustaremos los platos y recetas elaborados.

Incluye:

- » Introducción a las hierbas y las plantas utilizadas en la elaboración de la ratafia.
- » Degustación de diferentes ratafías.
- » Taller de cocina.

Hostalric



CONTACTO



Tel. +34 972 874 165

E-mail centre@domussentsovi.cat

Web www.domussentsovi.cat



La cocina marinera

ESPAI DEL PEIX



2,5-3 horas



Todo el año



14 mín. / 30 máx.



Desde 30 €/pax

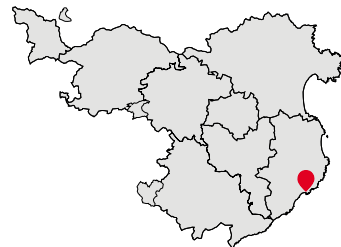
El taller de cocina marinera se hace en dos equipos. En cada uno de ellos se escogerá a un jefe de cocina, que deberá dividir su equipo en tres secciones a fin de elaborar un menú completo: sección de primer plato, sección de segundo plato y sección de postre. Todos los platos se preparan a base de recursos pesqueros procedentes del puerto de Palamós y de productos locales. Las recetas se le entregarán al jefe de cocina, que las hará llegar a cada sección y que se encargará también de organizarlo todo. Cuando los platos estén listos, se procederá a

montarlos y se servirán. Cada equipo probará el menú preparado por el equipo contrario, lo que potenciará la motivación por cocinar de la mejor manera posible. La valoración final la realizarán los cocineros técnicos del Espai del Peix.

Incluye:

- » Taller de cocina.
- » Degustación de los platos.

● Palamós



CONTACTO

Tel. +34 972 600 424

E-mail infomuseu@palamos.cat

Web www.espaidelpeix.org



La fiesta de la vendimia

LA VINYETA



2 horas



20 agosto -
10 octubre



15 mín. / 50 máx.



Desde 45 €/pax

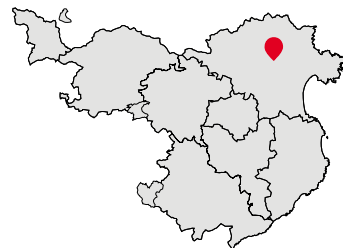
El mundo del vino siempre ha estado rodeado de una magia fascinante. La bodega La Vinyeta te propone formar parte del proceso de elaboración del vino a través de dos actividades: la Fiesta de la Vendimia y «Enólogo por un día». Después de largos meses de cuidar la viña con dedicación y cariño, llega el esperado momento de la vendimia, un momento de alegría. La uva está madura y no se puede esperar más: hay que empezar con la cosecha. Recolectaremos la uva con las manos, rodeados de la fragancia de la viña. Después, la transportaremos delicadamente a la bodega, donde la

pisaremos con los pies, como se ha hecho desde tiempos antiguos. El esfuerzo tendrá la merecida recompensa con un desayuno de payés entre viñas. Finalmente, con una prensa antigua obtendremos el mosto que los dioses transformarán en un delicioso vino.

Incluye:

- » Vendimia tradicional.
- » Degustación de mosto.
- » Visita guiada a la bodega.
- » Degustación de vinos y aceites.

● Mollet de Peralada



CONTACTO

Tel.	+34 647 748 809
E-mail	celler@lavinyeta.es
Web	www.lavinyeta.es



La Girona gastronómica

GIRONA FOOD TOURS



4 horas



Todo el año, de lunes a sábado (excepto festivos)



2 mín. / 12 máx.



Desde 69 €/pax

Descubre los secretos de Girona, su historia, la cultura local y, sobre todo, su tradición culinaria en un completísimo *tour* guiado. Disfruta de platos tradicionales, tapas, vinos, cavas, embutidos, dulces y mucho más, todo ello combinado con los lugares más emblemáticos de nuestra tierra. ¡Una experiencia única! Ofrecemos también otros servicios personalizados: taller de corte y degustación de jamón ibérico; visitas al mercado local; rutas gastronómicas por la zona; yincanas gastroculturales; picnics; degustaciones de vinos; visitas a bodegas y granjas de quesos; clases de cocina tradicional, etc.

Grupos grandes y a medida bajo petición (*tailor-made*).

Incluye:

- » Transporte (en caso de actividades fuera de Girona).
- » Bebida y comida.
- » Guía.

♥ Girona



CONTACTO

Tel. +34 972 664 649

E-mail info@gironafoodtours.com

Web www.gironafoodtours.com



Las tapas taponeras.

¿Quieres conocer la cocina de la época de la industria corchera?

RESTAURANTE SALA GRAN



5 horas

Marzo-diciembre,
de lunes a viernes

15 mín.



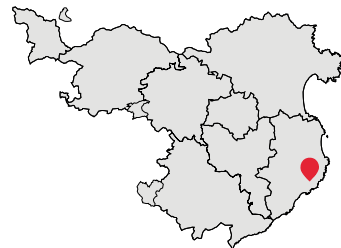
Desde 32 €/pax

Te proponemos un maridaje entre cultura, patrimonio y gastronomía. Podrás conocer de primera mano el antiguo oficio de los taponeros y visitar el conjunto patrimonial corchero más relevante de Europa, uno de cuyos elementos más importantes es el edificio del museo. Durante el recorrido guiado se hablará de la importancia de la gastronomía en la forma de vida de los trabajadores de la industria corchera. Seguidamente, en el restaurante Sala Gran de Llofriu disfrutarás de una experiencia culinaria de la mano del chef Isaac Sabrià. Puedes probar una selección de las comidas habituales entre las gentes del territorio: las tapas de los taponeros, una propuesta desde la memoria.

Incluye:

- » Visita guiada al Museo del Corcho.
- » Comida.

● Palafrugell/Llofriu



CONTACTO

Tel.	+34 972 301 638
E-mail	info@salagran.com
Web	www.salagran.com



Master Chef - Arroz a la Cazuela Challenge

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 horas



Todo el año



12 mín. /150 máx.



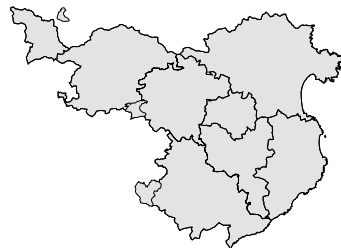
Desde 55 €/pax

El objetivo de esta experiencia es introducirse en el mundo de la gastronomía popular de Girona a través de uno de los platos de mayor tradición y diversidad, los arroces. La cultura de aprovechamiento a base de ingredientes del huerto (verduras), el corral (carne) y algo de pescado o marisco han facilitado el arraigo de los platos de «mar y montaña». Con la ayuda de nuestros cocineros, y divididos en equipos, los participantes disputarán una competición de arroces a la cazuela, el típico plato de arroz de la zona de Girona, y podrán realizar sus propuestas creativas combinando productos.

Incluye:

- » Todos los ingredientes para la preparación del arroz (verduras, carne de corral y diferentes variedades de pescado y marisco).
- » Material de cocción, utensilios de cocina, cocinero profesional por monitor y dinamizador de la actividad.
- » Visitas relacionadas con el lugar donde se lleva a cabo la actividad (bajo petición).
- » Entrantes, postre y bebidas (bajo petición, para poder sustituir una comida).

• En cualquier lugar



CONTACTO

Tel. +34 630 991 199
 E-mail experiences@humanside.biz
 Web www.humanside.biz



Molecular Appetizers.

Gastronomía local esferificada

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 horas



Todo el año



12 mín. / 60 máx.



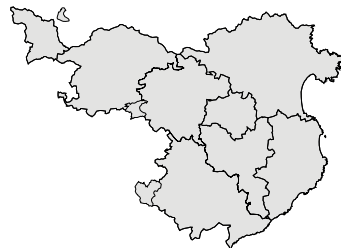
Desde 45 €/pax

Una extraordinaria oportunidad para vivir una experiencia de trabajo en equipo experimentando con las últimas técnicas de la gastronomía, que consiguen manipular los estados de la materia y brindar sensaciones nuevas a los invitados. Dividiremos al grupo en equipos reducidos, cada uno de los cuales creará esferificaciones a partir de un aperitivo típico de nuestras tierras, y todos los asistentes las degustarán al final de la actividad. Propuesta de aperitivos esferificados: gazpacho de sandía con queso de cabra; aceitunas verdes con anchoa de L'Escala; vermut casero con naranja; pan con tomate; melón con jamón; brandada de bacalao con aceituna negra.

Incluye:

- » Todos los ingredientes para la preparación de los aperitivos.
- » Kit de esferificaciones.
- » Cocinero profesional para supervisar/dinamizar la actividad.
- » Visitas relacionadas con el entorno donde se desarrolla la actividad (bajo demanda).

♥ En cualquier lugar



CONTACTO

Tel. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



Salamos anchoas en la Costa Brava

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



3 horas



Todo el año



10 mín. / 50 máx.



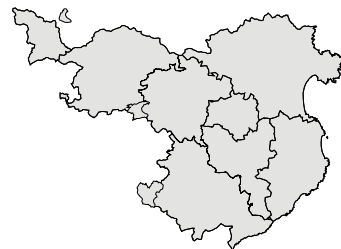
Desde 96 €/pax

La tradición de la salazón del pescado en la Costa Brava se remonta a tiempos antiguos, y hoy en día es aún una práctica local. Varias poblaciones de la Costa Brava continúan salando y conservando el pescado como lo hacían nuestros antepasados. Y si hay un pescado famoso por su tradición y conserva, es la anchoa del Mediterráneo. Te proponemos una experiencia local y propia, con todo el sabor del mar.

Incluye:

- » Visita al puerto de pescadores para conocer las barcas y los sistemas de pesca.
- » En el muelle, taller de conservación de anchoas en aceite de oliva y otras fórmulas tradicionales.
- » Comida de pesca en la lonja.
- » Asistencia personalizada.

Costa Brava



CONTACTO

Tel. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Degustación de mar en velero

TELA MARINERA



4 horas



Degustación de gambas, todo el año; erizos de mar, de octubre a marzo



6 mín. / 36 máx.



Desde 35 €/pax

Con base en el puerto de Palamós, estamos especializados en la gestión de embarcaciones clásicas y en la difusión de nuestras tradiciones marineras. Proponemos una navegación activa: nuestros pasajeros colaboran en todas las maniobras de a bordo mientras descubren otra manera de navegar y los rincones más emblemáticos de la Costa Brava. Con la embarcación *Rafael*, construida en 1915, y la goleta *Jolie Biche* navegamos hasta las islas Formigues y fondeamos en la playa de Castell para degustar los erizos a la antigua usanza: recién cogidos, con pan, butifarra y un buen porrón de vino del Empordà. Según la época del año, nuestra propuesta es degustar las famosas gambas de Palamós recién pescadas. Primero acompañamos a nuestros pasajeros a la lonja y al mercado del pescado; seguidamente nos embarcamos para, después de fondear,

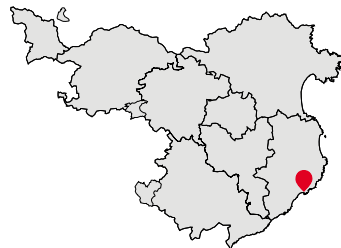
darnos un baño (dependiendo de la época del año) y cocinar a la plancha, sobre un lecho de sal, 150 gramos de gambas de talla grande por persona, acompañadas de un vino blanco del Empordà.

Tela Marinera ofrece la posibilidad de navegar, sin prisa ni estrés, en unos barcos clásicos, auténticos, donde la historia de los hombres que los tripularon se mezcla con un paisaje geográfico y cultural que nunca nos deja indiferentes.

Incluye:

- » Desayuno típico catalán.
- » Degustación de erizos y/o gambas.

● Palamós



CONTACTO

Tel.	+34 609 307 623
E-mail	joan@telamarinera.es
Web	www.telamarinera.es





Cultura

Hablar de cultura en la Costa Brava y el Pirineo de Girona es remontarnos a los orígenes de la civilización. Por orden de antigüedad, descubriremos monumentos megalíticos en las sierras de la Albera y las Gavarres, cuevas prehistóricas en Serinyà, poblados ibéricos, griegos y romanos cerca del mar, especialmente en Empúries, o elementos románicos, góticos, barrocos y modernistas presentes por todo el territorio. De la Edad Media conservamos muestras tan impresionantes como Sant Pere de Rodes o Ripoll, que aún respiran el aire de vivencias milenarias.

En los últimos años, la mirada de los artistas, y en particular la del genial Salvador Dalí, ha abierto un nuevo prisma en la visión de nuestro entorno cultural y paisajístico, que se ve plasmado en unas creaciones artísticas inigualables. Más de 55 museos y 550 monumentos llenan este territorio de cultura y tradición.

El Triángulo Daliniانو permite disfrutar de un viaje casi metafísico por un mundo de naturaleza atormentada y por unos parajes idílicos y singulares.



Gastronomía

La gastronomía de las comarcas de Girona es uno de los grandes atractivos de esta tierra. Sin duda, está a la altura de la belleza del paisaje y es un factor de éxito para los encuentros de negocios.

La gran tradición culinaria de la región viene de muy atrás y se ha basado en una geografía y un clima privilegiados que permiten obtener ingredientes excelentes de mar y montaña: pescado mediterráneo, carne de primera calidad y embutidos artesanos, una gran variedad de hortalizas, setas, aceite y buenos vinos, los de la Denominación de Origen Empordà.

Hoy, además, la gastronomía gerundense es sinónimo de creatividad. De la misma manera

que Salvador Dalí sorprendió al mundo con su obra surrealista, otro genio, Ferran Adrià, del mítico restaurante El Bulli, ha maravillado a todos con sus recetas.

En la actualidad, la cocina gerundense, situada en la primera línea gastronómica mundial, cuenta con los hermanos Roca, de El Celler de Can Roca, con tres estrellas Michelin, como uno de sus grandes referentes.

En las comarcas de Girona siempre se ha hecho buena cocina gracias a su poso histórico y a unas materias primas propias.

Naturaleza

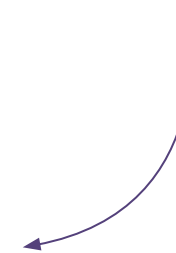
Las singulares características geográficas de la Costa Brava y el Pirineo de Girona permiten disfrutar de todo tipo de actividades por tierra, mar o aire como complemento de cualquier encuentro de negocios o viaje de incentivo.

Las experiencias son ilimitadas. Excursiones guiadas en Segway, a caballo, en quad, en bici, a pie o con raquetas de nieve, adaptadas al nivel de los participantes, para descubrir paisajes de gran belleza. Salidas en kayak o a bordo de un velero, yincanas de orientación en la playa o comidas exclusivas en una cala escondida de la Costa Brava. Paseos aéreos en avioneta con vistas increíbles, vuelos en globo sobre unos espacios naturales únicos —con degustación

de productos locales— o saltos en paracaídas para los más aventureros.

La oferta de actividades también incluye propuestas como estancias en balnearios y spas, jornadas de golf, clases de cocina con degustaciones de productos de la tierra o visitas a bodegas de la Denominación de Origen Empordà, mercados, museos, jardines botánicos, castillos, monasterios y muchos otros puntos de gran interés: ¡las posibilidades son infinitas! Además, te asesoraremos en todo momento para diseñar una actividad a la medida de tus objetivos, para fomentar el espíritu de equipo o para recompensar el trabajo de una forma original e inolvidable.

*Los espacios protegidos
representan más del 30 % del
total de la superficie del
destino.*



Golf

La Costa Brava ofrece un marco ideal para que los amantes del golf puedan practicar su deporte preferido.

La oferta de golf incluye trece campos y once pitch and putt repartidos entre la Costa Brava y el Pirineo de Girona.

Cinco campos de golf de tres clubes —PGA Catalunya Resort, Empordà Golf Resort y Golf Platja de Pals— aparecen entre los cincuenta mejores de Europa, según la clasificación profesional británica Top 100 Golf Courses.

La guinda del pastel en cuanto a reconocimientos la tiene el PGA Catalunya Resort, premiado como mejor resort de golf de Europa del 2016.

Trece campos, trece recorridos sobre una geografía incomparable.





Costa Brava Girona Convention Bureau

La Diputación de Girona, el Patronato de Turismo Costa Brava Girona y las cámaras de comercio de Girona, Palamós y Sant Feliu de Guíxols trabajan conjuntamente para potenciar el turismo de negocios en las comarcas de Girona bajo la marca Costa Brava Girona Convention Bureau.

Además, disponen del soporte de 140 empresas y entidades asociadas, todas especializadas en la organización de eventos.

El Costa Brava Girona Convention Bureau ofrece los servicios siguientes:

- » Asesoramiento imparcial y gratuito al organizador en la elección de la sede, el alojamiento, las actividades complementarias y otros servicios.
- » Colaboración en visitas de inspección para organizadores de eventos.

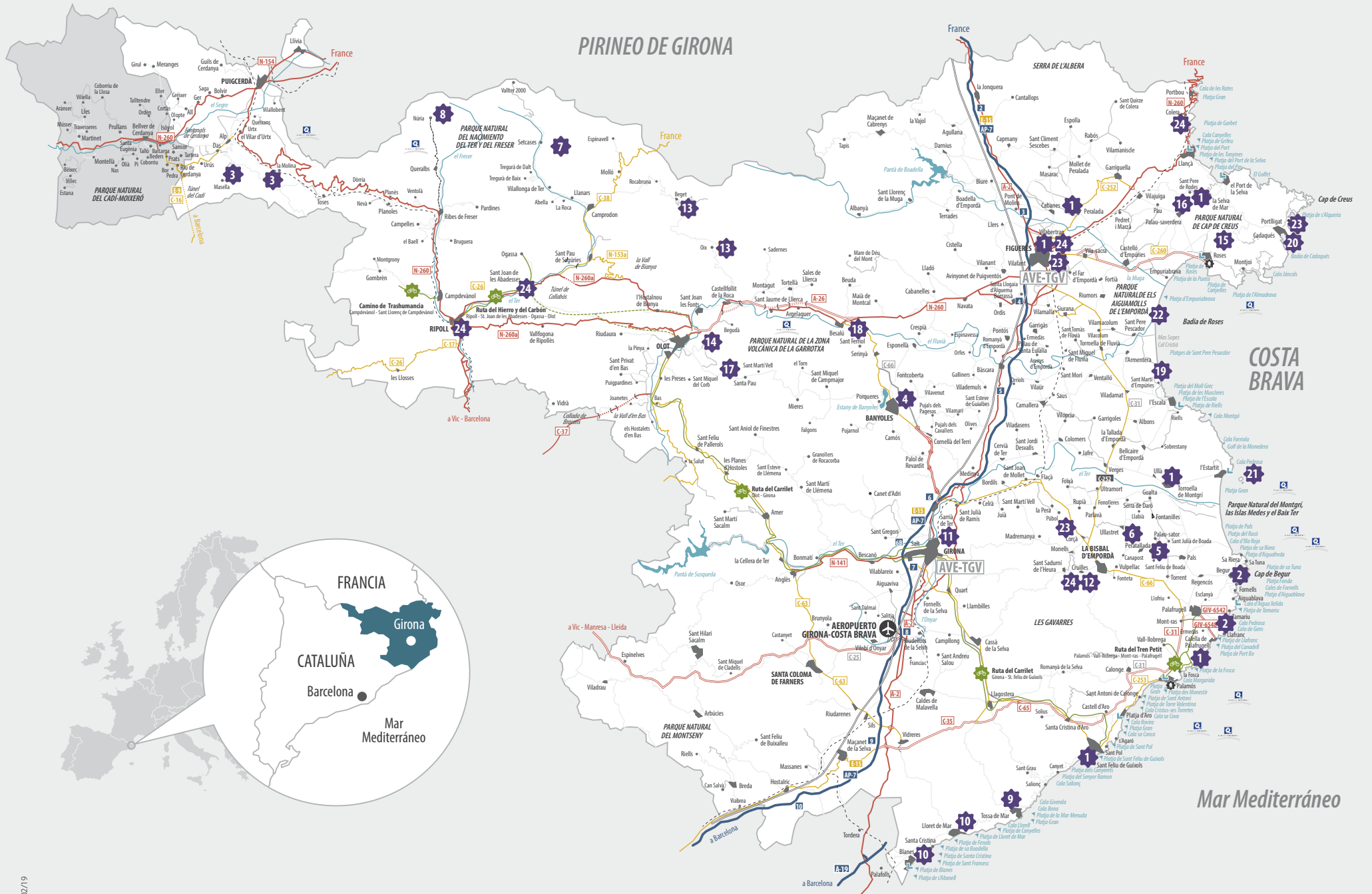
- » Asesoramiento en la confección de programas para viajes de incentivo e iniciativas culturales y de ocio para delegados y acompañantes.

- » Soporte en la elaboración y presentación de candidaturas para congresos y eventos.

- » Edición y difusión de publicaciones específicas para el turismo de negocios.

- » Enlace con las empresas asociadas y los organismos e instituciones locales.

- » Coordinación en la entrega de material turístico para los asistentes.


























PIRINEO DE GIRONA

COSTA BRAVA



Mar Mediterráneo

Leyenda del mapa

-  Autopista de peaje
-  Carretera nacional
-  Autovía
-  Vía preferente
-  Carretera comarcal
-  Carretera local
-  En construcción
-  Otras carreteras
-  Río
-  Tren cremallera
-  **AP-7** Código de autopista
-  ■ Salida de autopista
-  **N-141** Código de carretera nacional
-  **C-1141** Código de carretera comarcal
-  **C-25** Código de vía comarcal preferente
-  **C-151** Codificación sustituida
-  **AVE** Estación AVE
-  — Límite comarcal
-  - - - Ferrocarril
-  = AVE
-   Vía verde
-  - - - () - - - Túnel



Playas de máxima calidad 2018

Galardón otorgado por la Unión Europea que reconoce la calidad de las aguas y los servicios que las playas ofrecen a los usuarios.



Puerto con bandera azul



Puerto de cruceros



Sistema de ecogestión y de ecoauditoría EMAS 2018

Begur: Club Nàutic Aiguablava · **Blanes:** Club Vela Blanes y puerto de Blanes · **Calonge:** cala Can Cristos - Ses Torretes, playa de Torre Valentina, playa de Sant Antoni, playa de Es Monestri y paseo marítimo del municipio · **Castelló d'Empúries:** playa de Empuriabrava · **El Port de la Selva:** Club Nàutic Port de la Selva y puerto de El Port de la Selva · **L'Escala:** puerto de L'Escala y Club Nàutic l'Escala · **Llançà:** Club Nàutic Llançà y puerto de Llançà · **Palafrugell:** playas de Port Bo, Canadell, Llafranc, Tamarü y Calella de Palafrugell · **Palamós:** playas, calas, Port Esportiu Marina Palamós, puerto de Palamós, paseo marítimo y parques urbanos · **Platja d'Aro:** Club Nàutic Port d'Aro · **Roses:** playas de Santa Margarida, El Salatar, El Rastrell, Nova, La Punta, Els Palangrers, Canyelles-Bonifaci y L'Almadrava, calas naturales Murtra, Rostella, Calís, Montjoi, Calitjàs, Pelosa, Canadell y Jóncols, puerto de Roses, puerto deportivo de Roses, puerto pesquero de Roses y paseo marítimo · **Sant Feliu de Guíxols:** puerto de Sant Feliu de Guíxols · **Torroella de Montgrí-L'Estartit:** puerto de L'Estartit, playa Gran de L'Estartit, Club Nàutic Estartit y paseo marítimo de L'Estartit



Certificado "Q" de calidad turística - ICTE 2018

Calonge: playa de Sant Antoni · **Castell-Platja d'Aro:** playa Gran de Platja d'Aro y playa de Sa Conca · **Castelló d'Empúries:** playa de Empuriabrava · **Torroella de Montgrí:** playa Gran de L'Estartit · **Cerdanya:** estación de esquí y de montaña de La Molina · **Garrotxa:** Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa · **Ripollès:** estación de esquí Vall de Núria

- 1 Festivales de música de la Costa Brava y el Pirineo de Girona
Peralada, Cap Roig, Torroella de Montgrí, Porta Ferrada de Sant Feliu de Guíxols, Sant Pere de Rodes, Schubertiada
- 2 Calas de Begur, Palafrugell y faro de Sant Sebastià
- 3 La Molina-Masella
- 4 Lago de Banyoles
- 5 Villas medievales de Pals y Peratallada
- 6 Poblado ibérico de Ullastret
- 7 Valle de Camprodon
- 8 Valle y santuario de Núria
- 9 Vila Vella de Tossa de Mar
- 10 Jardines de la Costa Brava (Santa Clotilde, Pinya de Rosa y Marimurtra)
- 11 Casco antiguo de Girona
- 12 Cerámica de La Bisbal
- 13 Alta Garrotxa (Oix y Beget)
- 14 Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa
- 15 Parque Natural de Cap de Creus
- 16 Sant Pere de Rodes
- 17 Santa Pau
- 18 Besalú
- 19 Ruinas de Empúries
- 20 Cadaqués
- 21 Parque Natural del Montgrí, las Islas Medes y el Baix Ter
- 22 Parque Natural de Els Aiguamolls de l'Empordà
- 23 Triángulo Daliniano (Museo de Figueres, Portlligat y Púbol)
- 24 Románico
Santa Maria de Ripoll, Sant Joan de les Abadesses, Sant Quirze de Colera, Santa Maria de Vilabertran, Sant Miquel de Cruïlles
- 25 Gastronomía: «mar y montaña» (global)

Leyenda de los iconos.



Duración de la actividad



Época del año



Número mínimo y máximo de personas



Precio

Edita

Patronato de Turismo Costa Brava Girona

Diseño y producción

Minimilks

Traducción y corrección

Traduccions Link

Impresión

Gràfiques Alzamora, SA

Depósito legal

GI 690-2017

Fotografía

Jordi Ribot, Roger Lleixà, Josep Miquel Guasch, Karel Noppe, Julien Collet, David Borrat, Julián Guisado, Òscar Vall, Maria Geli, Pilar Planagumà, Aidan Bradley, Lluís Carro, Mocali Palay.

Fotos cedidas por

Archivo de imágenes del PTCBG, Fundación Salvador Dalí y las empresas miembros del Costa Brava Girona Convention Bureau.


COSTA BRAVA PIRINEU DE GIRONA

GENUINE CORPORATE EXPERIENCE

www.costabravagironacb.com

Av. de Sant Francesc, 29, 3r. 17001 Girona
Tel. +34 972 208 401
convention@costabrava.org

 @costabracvb

 Costa Brava Girona Convention Bureau



Diputació de Girona

Girona Patronat de Turisme
Costa Brava Girona



Costa Brava Girona
Convention Bureau



Costa Brava
Pirineu de Girona

