



Genuine Corporate Experience

*Terre de
sensations
et d'émotions*





Costa Brava Girona
Convention Bureau

Sommaire

7 Présentation

12 Découvrez

36 Défiiez

72 Savourez

97 Culture

99 Gastronomie

101 Nature

103 Golf

105 Costa Brava Convention Bureau

106 Carte

108 Légende de la carte

110 Légende des icônes



Costa Brava et Pyrénées de Gérone

Loin de la multitude des grandes villes et à seulement une heure de Barcelone, la Costa Brava et les Pyrénées de Gérone ont su se positionner comme une des destinations de réunions et d'évènements les plus enchantées de Catalogne.

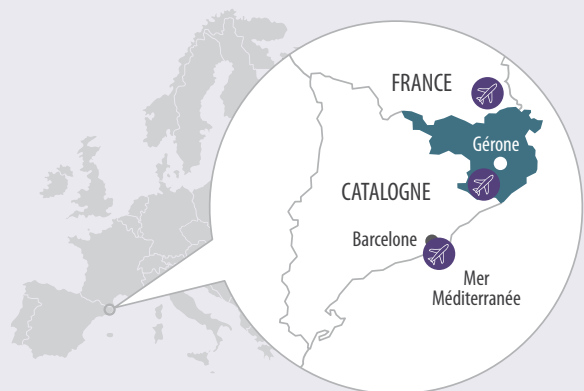
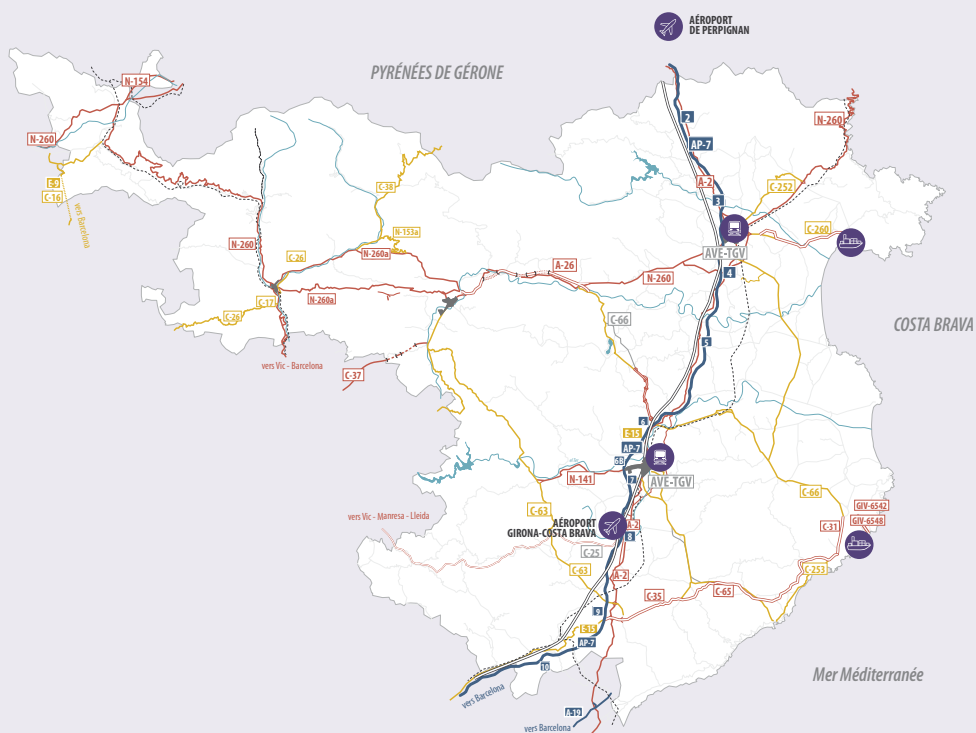
La province de Gérone est la somme de nombreux cadres différents, des montagnes des Pyrénées aux eaux et plages de la Costa Brava, en passant par une grande variété de paysages à l'intérieur des terres. Le résultat est une région extraordinaire qui offre un large éventail de possibilités pour organiser tout type de réunions, de voyages de motivation et d'évènements.

Des évènements uniques et exclusifs qui peuvent devenir réalité grâce à la versatilité et à la modernité des centres de congrès, les logements et les espaces singuliers qu'offrent la Costa Brava et les Pyrénées de Gérone.

Notre diversité de paysages s'associe à un climat idéal, un patrimoine culturel et artistique exceptionnel et une grande offre gastronomique, de la cuisine la plus traditionnelle à la plus créative et innovante.

Une destination qui attire
par son climat, sa nature,
sa culture, sa gastronomie
et l'hospitalité de ses
habitants.





Distances



AÉROPORTS

- » Girona-Costa Brava
- » Barcelone-El Prat
- » Perpignan



TRAIN

- » Barcelone - Gérone : 38 min
- » Barcelone - Figueres : 52 min
- » Madrid - Gérone : 3 h 30 min
- » Madrid - Figueres : 3 h 44 min
- » Paris - Gérone : 5 h
- » Paris - Figueres : 4 h 46 min



PORTS

- » Roses
- » Palamós
- » Barcelone

Distance entre les villes, les aéroports et les gares de TGV/AVE

	Aéroport Girona-Costa Brava	Aéroport Barcelona-El Prat	Gérone (gare TAV-AVE)	Figueres (gare TAV-AVE)
Gérone	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	82 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

Idées uniques pour motiver et rassembler

Les caractéristiques singulières de la Costa Brava et des Pyrénées de Gérone rendent possible la pratique de nombreuses activités. Un grand nombre d'entreprises attirent les visiteurs grâce au caractère authentique de la région.

Conscients que le secteur du tourisme des affaires tend de plus en plus à rechercher la différenciation, l'exclusivité et la connexion avec les émotions au moment de choisir les activités qui sont comprises dans les programmes de motivation, nous avons

voulu refléter le caractère authentique de la Costa Brava et des Pyrénées de Gérone dans cette compilation d'expériences qui ont pour particularité le lien avec le paysage, la culture, la gastronomie et l'histoire.

*Expériences qui ont
pour particularité
le lien avec le paysage,
la culture, la gastronomie
et l'histoire.*



DÉCOUVREZ



1. Rizyclette
2. Chemins de carte postale
3. Costa Brava Sunset Cruise
4. Le Dalí le plus intime
5. *Le Trône de fer*
6. L'Empordà depuis l'air
7. La Costa Brava à vol d'oiseau
8. Mariage gastronomique et littéraire
9. Berger pour une journée
10. Prix Pritzker entre les volcans
11. Volcanic Team Xperience



*Découvrez
et encouragez la créativité*



Rizyclette.

Sensations dans les rizières de Pals

ATELIER D'OCITÀNIA – BURRICLETA



5 heures



Toute l'année



8 min. / 50 max.



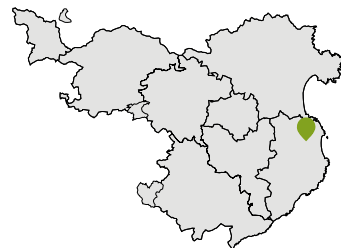
À partir de 40 €/pax

Apprendre à cultiver le riz, le savourer et le déguster sont certaines des expériences et sensations que vous vivrez avec la Rizyclette. Une journée où le riz sera le fil conducteur. Vous pédalerez à Burricleta (vélo électrique glamour) à travers les longues et solitaires rizières de Pals et connaîtrez ensuite ce produit, son origine et son système de culture. Vous le cuisinerez avec l'aide d'un maître du riz, le dégusterez et serez responsables de sa bonne cuisson.

Comprend :

- » Accueil et présentation.
- » Guide pour l'excursion.
- » Visite du Musée du riz et du moulin de Pals.
- » Atelier de cuisine.
- » Déjeuner.
- » Petit sac de riz de 1 kg en cadeau.

◆ Gualta



CONTACT



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

E-mail atelier@ocitania.cat

Web www.ocitania.cat



Chemins de carte postale, les chemins de ronde de la Costa Brava

AVENTURA GIRONA



3 heures



Toute l'année



2 min.



*

En partant de la crique de la Fosca à Sant Joan de Palamós, nous parcourons les sentiers qui relient les magnifiques calanques du coin. Entre falaises, refuges de pêcheurs et forêts méditerranéennes, nous découvrirons un village ibère tout à fait singulier, le château de Cap Roig et une crique capricieuse, la Cala Estreta. En poursuivant notre extraordinaire parcours, nous passerons sous un pont de pierre naturelle pour rejoindre la Cala del Crit, d'où nous nous dirigerons vers Palamós par les bois de l'arrière-pays.

Difficulté : facile.

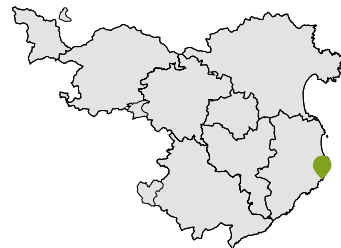
Comprend :

- » Guide agréé.
- » Reportage photographique.
- » Assurance accident.

*

Groupes de 2 à 3 pax : 45 €/pax
Groupes de 4 à 10 pax : 25 €/pax
Groupes d'11 à 20 pax : 20 €/pax
Groupes +20 pax : 15 €/pax

▼ Palamós



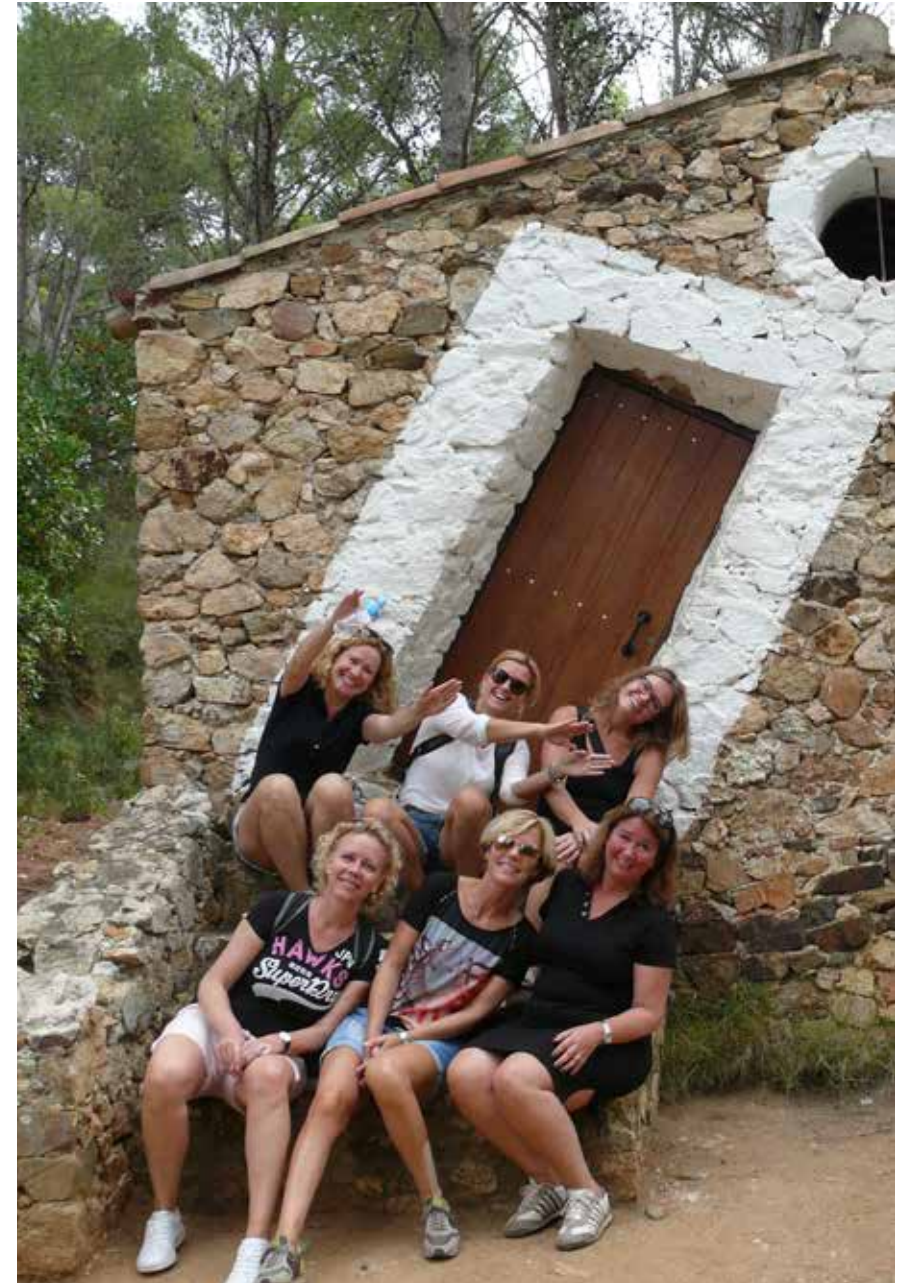
CONTACT



Tél. +34 633 161 679

E-mail info@aventuragirona.com

Web www.aventuragirona.com



Costa Brava Sunset Cruise

MARE NOSTRUM



3-5 heures



Toute l'année



30 min. / 250 max.



À partir de 26 €/pax

Terminer la journée en navigant et en profitant des criques de la Costa Brava et du coucher de soleil, avec de la musique en direct, tout en buvant une coupe de cava à bord de l'embarcation *Atlàntida III*.

Comprend :

- » Promenade en bateau.
- » Coupe de cava.
- » Musique en direct.

CONTACT

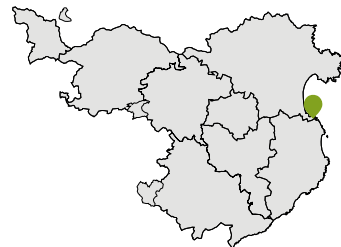


Tél. +34 972 773 797

E-mail creuers@marenostрум.com

Web www.creuers-marenostрум.com

◆ Départ de L'Escala



Le Dalí le plus intime

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



7 heures



Toute l'année



10 min. / 60 max.



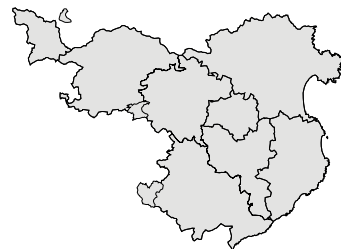
À partir de 107 €/pax

Un parcours dans la plaine de l'Empordà, où commence le paradis mystique de Dalí. Sur un vélo à assistance électrique, vous découvrirez à travers les yeux d'un ambassadeur local, les paysages et villages qui ont inspirés l'artiste : une façon authentique de connaître la région et ses habitants. Après un bon repas dans un restaurant local, vous continuerez votre journée en visitant le Château Gala Dalí de Púbol, le musée du Triangle dalinien qui offre le point de vue le plus intime et personnel de l'artiste.

Comprend :

- » Visite guidée dans la plaine de l'Empodrà à vélo à assistance électrique.
- » Repas dans un restaurant local.
- » Visite guidée du Château Gala Dalí de Púbol.
- » Assistance personnalisée.

Empordà



CONTACT



Tél. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Le Trône de fer. Revivez la série

GIRONABOOKING



3 heures



Toute l'année



6 min. / 20 max.



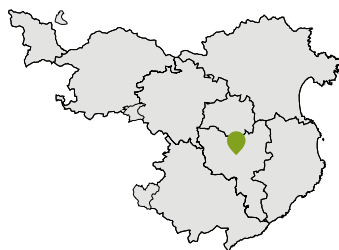
À partir de 30 €/pax

La série *Le Trône de fer* a été émise dans 173 pays, avec plus de 20 millions de spectateurs uniquement aux États-Unis... Et Gérone a été la grande protagoniste de la sixième saison ! Connaissez comment tout a commencé, où le tournage s'est déroulé et toutes ses particularités, anecdotes et cadres. En explorant les recoins de la vieille ville de Gérone où la série a été tournée, vous découvrirez des secrets incroyables. Sautez de l'autre côté de l'écran et vivez *Le Trône de fer* pendant trois heures !

Comprend :

» Visite guidée des lieux les plus emblématiques où la série a été tournée.

♥ Girona



CONTACT

Tél. +34 619 335 848

E-mail info@gironabooking.com

Web www.gironabooking.com



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

L'Empordà depuis l'air

SKYDIVE EMPURIABRAVA



À partir de 1 heure



Toute l'année



1 min. / 100 max.



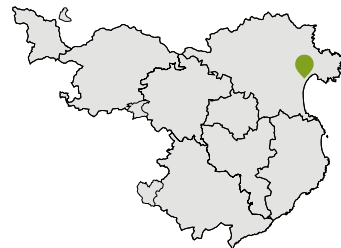
À partir de 173 €/pax

Volez dans le ciel de l'Empordà et contemplez la région, survolez la Méditerranée et pilotez même le petit avion dans un environnement privilégié. Cadaqués, le cap de Creus, les îles Medes, la baie de Roses, etc.

Comprend :

» Vol en petit avion.

◆ Empuriabrava



CONTACT



Tél. +34 972 450 112

E-mail mice@thelandofthesky.eu

Web www.skydiveempuriabrava.com



La Costa Brava à vol d'oiseau

GLOBUS EMPORDÀ



À partir de
3 heures



Toute l'année



2 min. / 40 max.



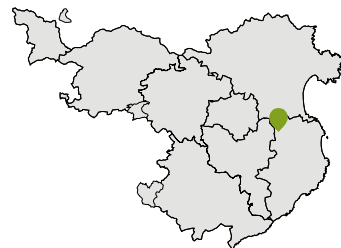
À partir de 150 €/pax

Venez découvrir les paysages de l'Empordà à vol d'oiseau et vivez la sensation magique d'un vol en montgolfière ! Profitez de la Costa Brava à 1 000 m d'altitude, ainsi que de la baie de Roses, des îles Medes, des Pyrénées, du Montgrí, des villages médiévaux tels que Peratallada, Ullastret, Monells, Palau-sator, Verges, Pals, etc. Lancez-vous !

Comprend :

- » Petit-déjeuner complet dans un restaurant de la région à la fin du vol.
- » Coupe de cava.
- » Reportage photographique.
- » Enregistrement de l'itinéraire sur GPS.
- » Photo-aimant en souvenir.
- » Suivi en 4x4.

Colomers



CONTACT



Tél. +34 620 846 742

E-mail info@globusemporda.com

Web www.globusemporda.com



Mariage gastronomique et littéraire.

*Josep Pla, la cuisine et le paysage.
Une expérience de culture et de gastronomie*

RESTAURANT SALA GRAN



5-6 heures



Mars-décembre,
de lundi à vendredi



10 min. / 50 max.



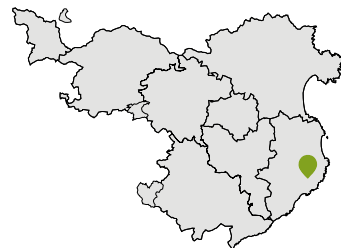
À partir de
49,50 €/pax

Itinéraire Josep Pla à Calella de Palafrugell et visite guidée à l'exposition permanente de la Fondation Josep Pla, associée à un déjeuner littéraire au restaurant Sala Gran de Llofriu.

Comprend :

- » Entrée à la Fondation.
- » Déjeuner.

◆ Palafrugell/Llofriu



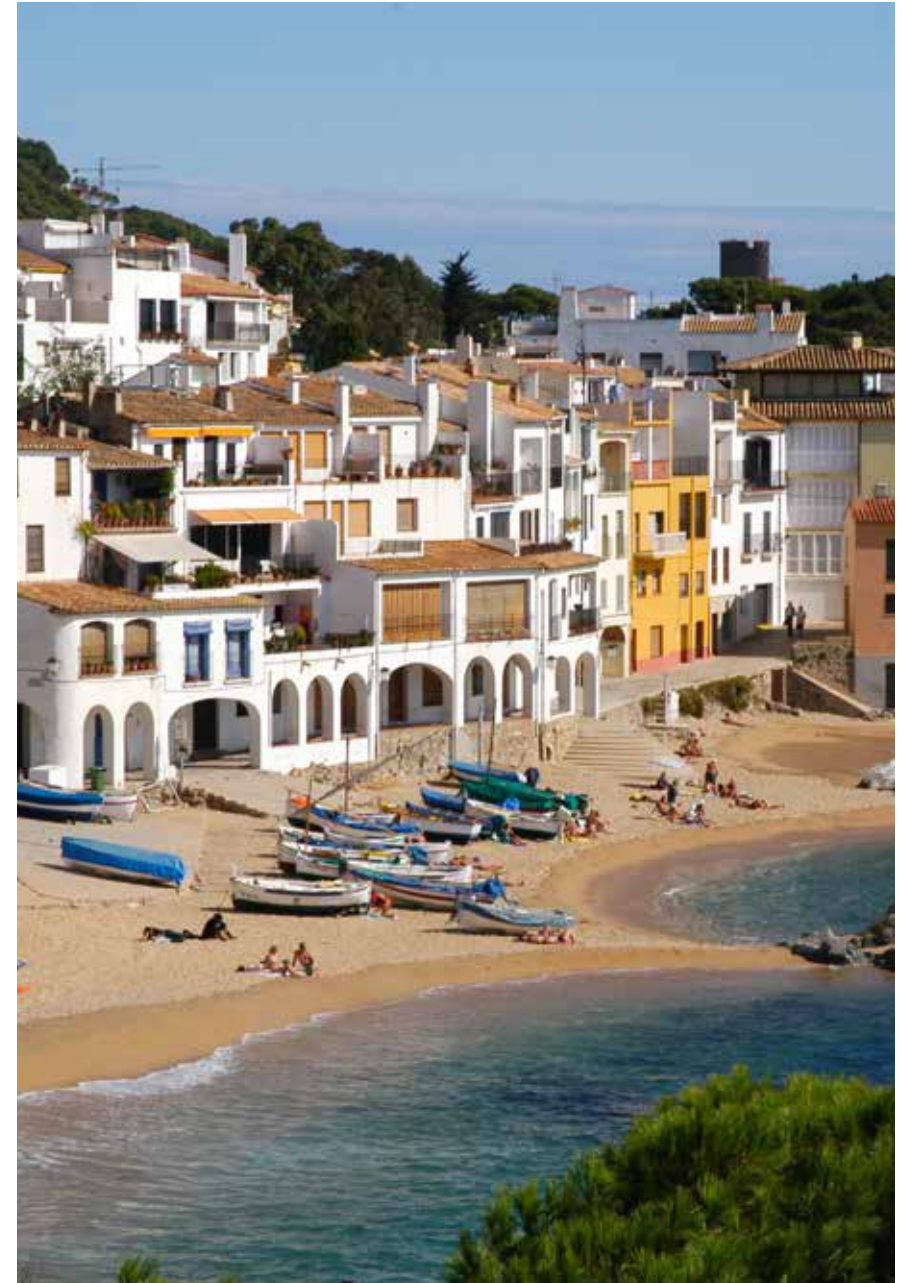
CONTACT



Tél. +34 972 301 638

E-mail info@salagran.com

Web www.salagran.com



Berger pour une journée

NIT | VOL



2 heures



Toute l'année



2 min. / 15 max.



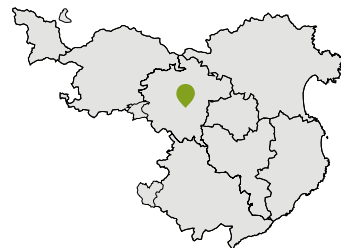
À partir de 15 €/pax

Une activité pour profiter du contact direct avec les animaux et leur milieu, la cour de la ferme et les prairies. Vous apprendrez la technique et les secrets d'un métier millénaire, celui de berger. Vous pourrez traire une chèvre et connaître le processus d'élaboration du fromage et vous goûterez ce produit en exclusivité, accompagné d'un jeune vin artisanal, tout en écoutant les mélodies d'un accordéon. Situé à quasiment 800 m d'altitude, avec vue sur la vallée du Riudaura.

Comprend :

- » Visite des animaux et de l'environnement.
- » Accompagnement du berger dans toutes ses tâches.
- » Dégustation de fromage élaboré à la ferme et accompagné de vin.

◆ Riudaura



CONTACT



Tél. +34 689 471 872

E-mail comercial@voldecoloms.com

Web www.nitivol.com



Prix Pritzker entre les volcans

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



3-4 heures



Toute l'année



10 min. / 25 max.



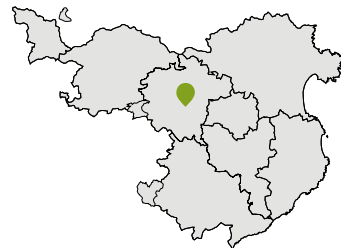
À partir de 109 €/pax

L'arrière-pays de Gérone est synonyme de génie et d'innovation non seulement en gastronomie, mais aussi en art et en architecture. En 2017, le cabinet d'architecture RCR Pigem, Aranda i Vilalta a reçu le prix Pritzker, connu comme le « prix Nobel » de l'architecture. Fil Mediterranean a créé en pleine nature volcanique les expériences qui permettent d'entrer dans « l'univers de la créativité partagée » : vous visiterez le cabinet d'architecture, dégusterez des vins naturels dans le Pavillon des Rêves et mangerez dans une de leurs œuvres en pleine nature, un restaurant local deux étoiles Michelin.

Comprend :

- » Visite du cabinet d'architecture.
- » Dégustation de vins naturels dans le Pavillon des Rêves.
- » Repas pique-nique typique sur le site naturel conçu par RCR.

◆ Garrotxa



CONTACT



Tél. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Volcanic Team Xperience, la force du volcan

COACHING ALTITUDE



À partir de 4 heures



Toute l'année



22 min. / 40 max.



À partir de 99 €/pax

L'union fait la force et, de plus, nous bénéficions de l'énergie du volcan. Nous avons conçu le « Volcanic Team Xperience » en adaptant plusieurs modalités d'activités *outdoor* visant à renforcer la coopération, la confiance, la coordination et le leadership dans cet environnement privilégié qu'est le Parc naturel de la Zone volcanique de la Garrotxa. Une activité complète, ludique et avec une composante de *team building* pour favoriser la collaboration et la cohésion entre participants.

Comprend :

- » Matériel nécessaire pour les différentes activités.
- » Conseillers coaches seniors.
- » Petit-déjeuner.
- » Repas (plusieurs options au choix).

● Volcan Montsacopa d'Olot



CONTACT



Tél. +34 620 882 947

E-mail info@coaching-altitude.net

Web www.coaching-altitude.net



DÉFIEZ



1. Banyoles, la force du dragon
2. Régate de barques catalanes
3. Castellers
4. De roche, pierre et mer
5. Découvrez le parachutisme
6. Le trésor caché du Ter
7. iPad Duathlon Costa Brava
8. L'aventure du *Nautilus*
9. L'incroyable sensation de voler
10. *Mindfulness*
11. Nouvelles sensations dans la rivière d'Osor
12. Pêche-tourisme sur la Costa Brava
13. Photochallenge
14. Pirates et corsaires de la Méditerranée
15. *Stage de sport sur la Costa Brava*
16. Venez toucher le ciel avec nous !
17. Volcano Challenge



Défiiez
Rassemblez le talent

Banyoles, la force du dragon

AGENDA GESTIÓ ESPORTIVA



2 heures



Toute l'année



9 min. / illimité



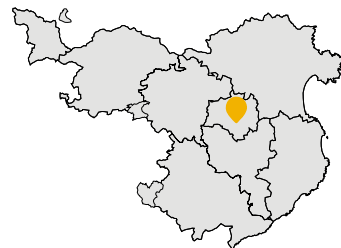
À partir de 30 €/pax

Le *dragon boat* est un type de canoë-kayak qui est en plein essor dans le monde entier. Cette pirogue, où 10 personnes rament ensemble au rythme du tambour, est caractérisée par une tête et une queue de dragon. L'équipage est aux ordres d'un timonier, mis à disposition par l'organisateur de l'activité, qui dirige l'embarcation.

Comprend :

- » Introduction à l'histoire de ce type d'embarcation.
- » Matériel nécessaire pour réaliser l'activité : gilets de sauvetage, chaussures à rebond Kangoo Jumps.
- » Prix pour les gagnants.

📍 Banyoles



CONTACT



Tél. +34 972 580 639

E-mail info@dragonboatemotions.com

Web www.agendasports.com



Régate de barques catalanes

LLORET CONVENTION BUREAU



3 heures



Toute l'année



8 min. / 32 max.



À partir de 50 €/pax

Le *llagut* catalan est une embarcation à rames typique de la Méditerranée. Compter sur huit membres d'équipage et un timonier rend l'esprit de groupe et la relation avec les collègues exceptionnelle. En apprenant à ramer ensemble, les aptitudes sont renforcées et des facteurs de la personnalité que vous ne découvririez peut-être jamais dans un bureau se font connaître. Grâce à l'apprentissage des manœuvres, des situations qui peuvent également apparaître au travail sont envisagées : prendre des décisions, surmonter des difficultés, réagir à temps, diriger un groupe, travailler en équipe, etc. Tout cela, dans le calme de la mer, entourés du son des rames dans l'eau et de l'embarcation poussée par chaque coup de rame.

Avec cette activité, vous connaîtrez l'origine et les parties du *llagut* (chaloupe) et vous vous initierez aux principes basiques

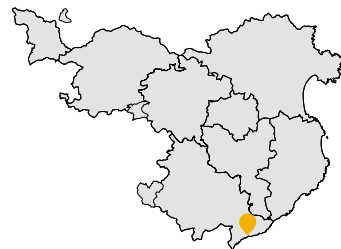
de la technique de l'aviron. Vous vous rapprochez des criques à l'accès difficile depuis la terre et, si vous le souhaitez et si la mer le permet, vous pourrez vous baigner. Pour finir, s'il y a un minimum de deux chaloupes (16 personnes), vous pourrez profiter de l'expérience unique d'une régates avec vos collègues.

Une fois à terre, vous trinqueriez pour les objectifs atteints.

Comprend :

- » Initiation aux principes basiques de la technique de l'aviron.
- » Régate (si groupe de 16 personnes minimum).

📍 Lloret de Mar



CONTACT



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



Castellers

HUMANSIDE EXPERIENCES



1,5-3 heures



Toute l'année



15 min. / 100 max.



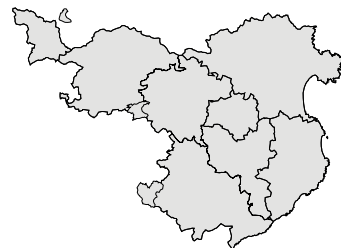
À partir de 50 €/pax

Après une introduction au monde *casteller*, pour contextualiser l'activité, vous passerez à l'action : serrer les ceintures et choisir un chef de groupe (*cap de colla*). À partir de ce moment, une présentation des différentes structures et fonctions nécessaires pour les réaliser sera faite et les personnes les plus adéquates pour les développer seront sélectionnées. Après plusieurs essais par spécialités, le groupe sera prêt à construire une tour humaine. Au premier son de *gralla*, montez !

Comprend :

- » Introduction au monde *casteller* et exécution du *castell* (tour humaine) avec l'aide d'experts.

Partout



CONTACT



Tél. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



De roche, pierre et mer, la via ferrata de la Cala del Molí

AVENTURA GIRONA



3 heures



Toute l'année



2 min.



*

La Cala del Molí, sur la Costa Brava, est la seule via ferrata d'Europe littéralement en bord de mer. De plus, le secteur se situe dans le Plan d'espaces d'intérêt naturel (PEIN).

Nous vous emmenons faire une via ferrata d'où vous découvrirez une partie de la Costa Brava sous une autre perspective, entre rochers, mer et mouettes. Vous marcherez, traverserez des ponts tibétains, grimpez par les falaises, tout en admirant des vues spectaculaires.

Exigences particulières :

- » Ne pas avoir le vertige.
- » Taille minimum : 1,55 m.

Comprend :

- » Matériel et équipement de sécurité homologués par l'UIAA.
- » Guide agréé.
- » Assurance accident.
- » Reportage photographique.

*

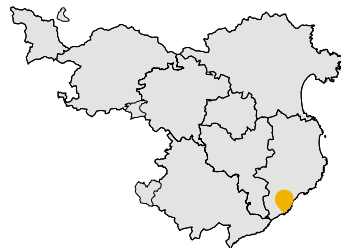
Groupes de 2 à 3 pax : 45 €/pax

Groupes de 4 à 10 pax : 35 €/pax

Groupes d'11 à 20 pax : 30 €/pax

Groupes + 20 pax : 25 €/pax

● Sant Feliu de Guixòls



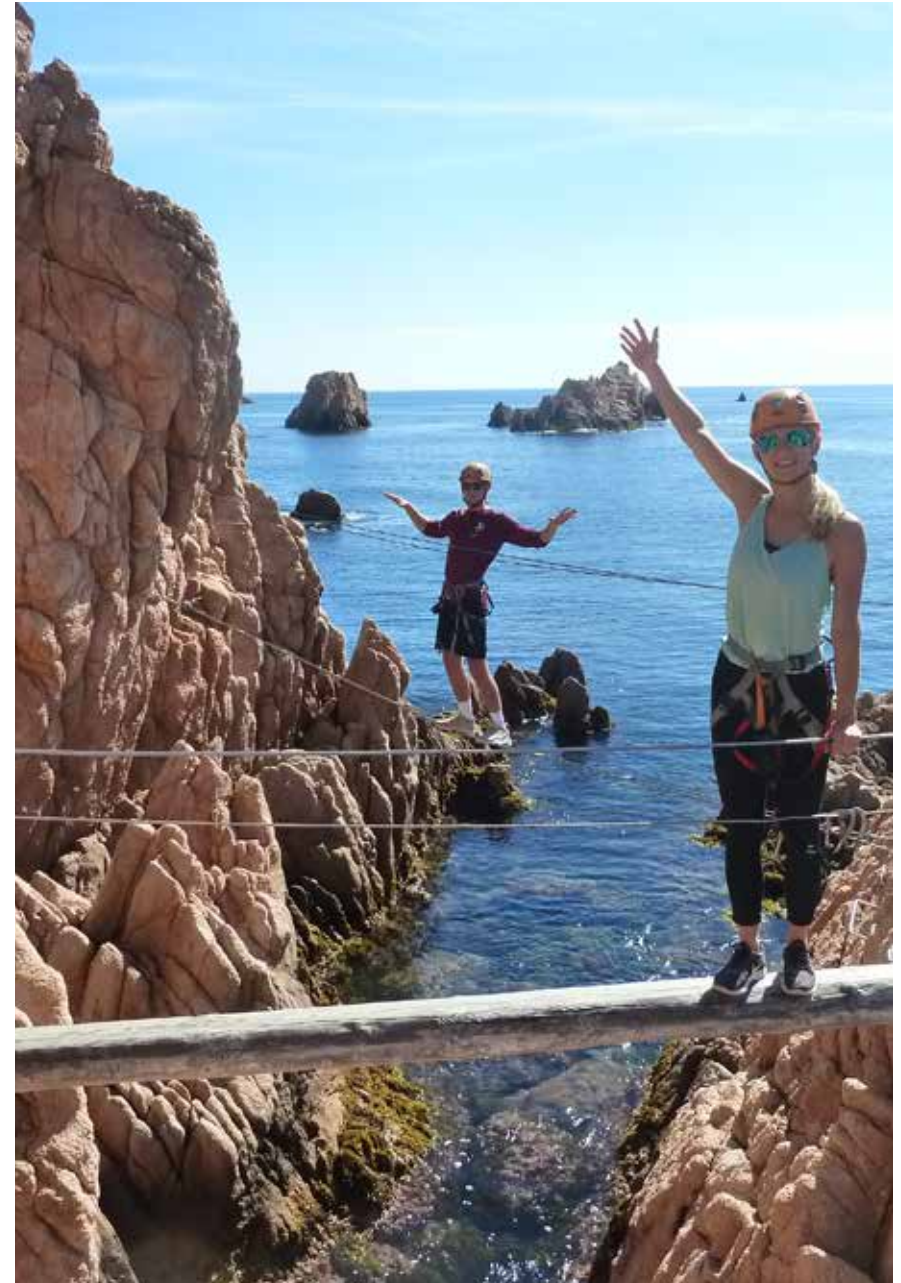
CONTACT



Tél. +34 633 161 679

E-mail info@aventuragirona.com

Web www.aventuragirona.com



Découvrez le parachutisme

SKYDIVE EMPURIABRAVA



3-4 heures



Toute l'année



1 min. / 120 max.



À partir de 273 €/pax

Skydive Empuriabrava est un des lieux de saut en parachute les plus appréciés au monde. Connue comme « la Terre du ciel », elle compte sur une expérience de plus de deux millions de sauts accumulés en trente ans d'existence. Votre premier saut. Le tandem. L'expérience du parachutisme à l'état pur. Un moniteur expert s'occupe de tout pour que vous n'ayez qu'à voler.

Comprend :

- » Instruction en parachutisme avec un moniteur expert.
- » Saut en tandem.
- » Reportage professionnel du saut (en option).

CONTACT

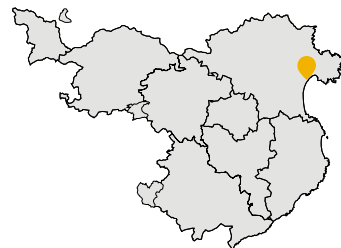


Tél. +34 972 450 111

E-mail mice@thelandofthesky.eu

Web www.skydiveempuriabrava.com

Empuriabrava



Le trésor caché du Ter. Descente touristique du fleuve en kayak

KAYAK DEL TER



2-3 heures



Mars-novembre



2 min.



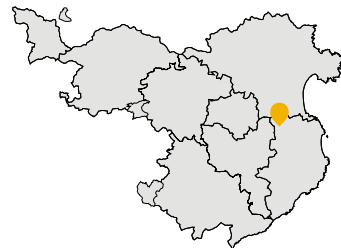
À partir de 25 €/pax

Venez vivre une expérience unique sur le fleuve Ter. Descente touristique et fluviale en kayak : vous parcourrez des sites d'une grande valeur paysagère du Gironès et du Baix Empordà. Certains tronçons font partie des corridors écologiques méditerranéens compris dans le programme Réseau Natura 2000, dont notamment une des forêts riveraines les mieux préservées de Catalogne. Une façon ludique et active de découvrir notre environnement, tout en respectant et en protégeant la biodiversité qui nous entoure. Il est indispensable de savoir nager.

Comprend :

- » Matériel nécessaire : kayaks, rames, gilets de sauvetage.
- » Transport.
- » Cours d'initiation.

Colomers

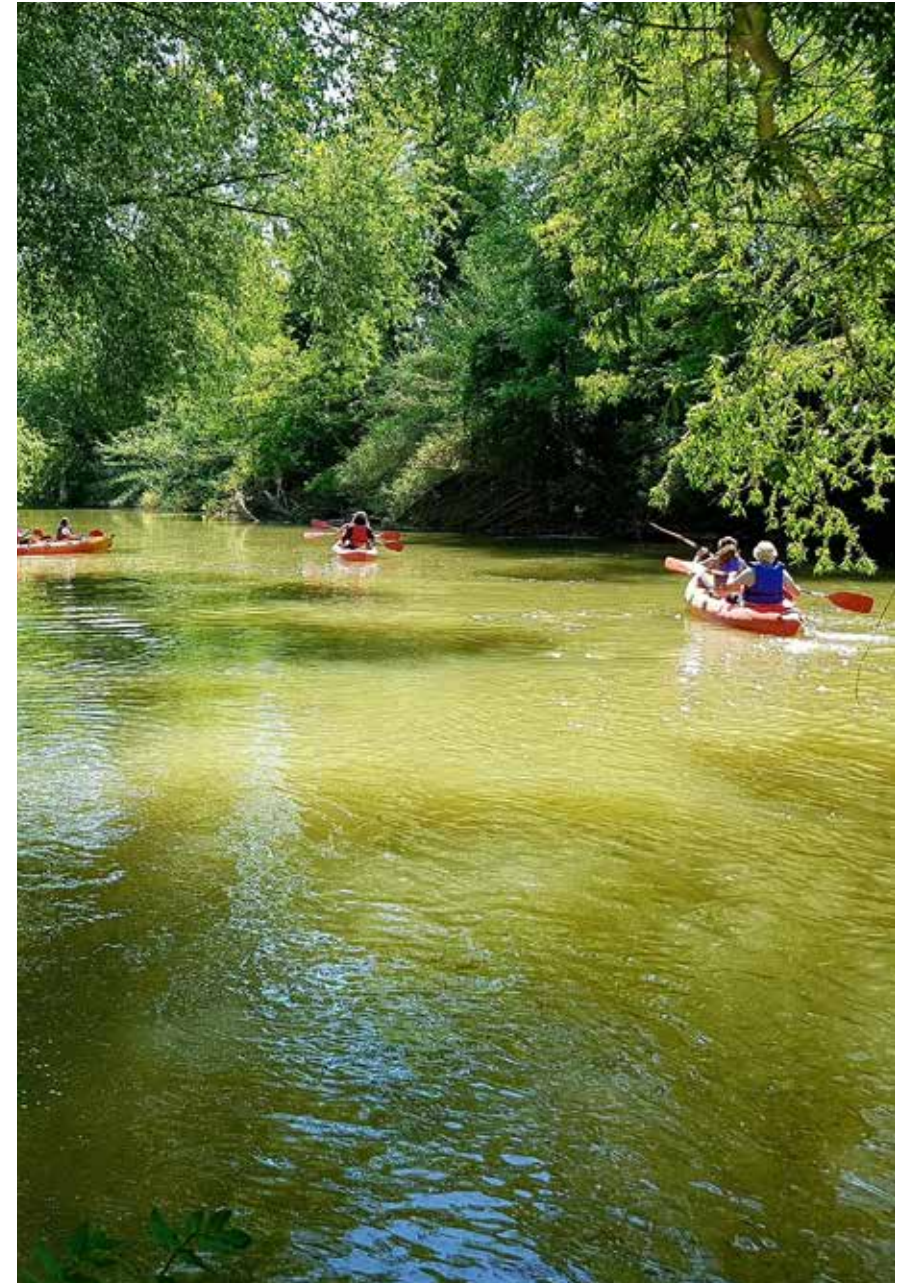


CONTACT

Tél. +34 662 159 469

E-mail info@kayakdelter.com

Web www.kayakdelter.com



iPad Duathlon Costa Brava

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 heures



Toute l'année ;
recommandé d'avril
à octobre



12 min. / 60 max.



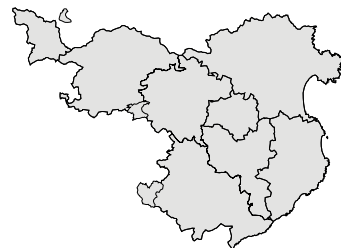
À partir de 80 €/pax

Nous proposons un jeu qui parcourt le littoral de la Costa Brava depuis deux points de vue différents et complémentaires : la terre et la mer. Sous forme de gymkhana ou de chasse au trésor, et à l'aide d'iPad, chaque équipe partira sur les sentiers du littoral et les chemins de ronde, et se déplacera au moyen d'un *big SUP* (*paddle surf* géant) ou d'un kayak afin de trouver les différentes épreuves géolocalisées dans des sites intéressants.

Comprend :

- » Matériel nécessaire pour réaliser l'activité : iPad, *big paddle surf* ou kayaks, gilets de sauvetage, sacs étanches et combinaisons (le cas échéant).
- » Visites liées au lieu où se déroule l'activité.
- » Dégustations (sur demande).

Partout



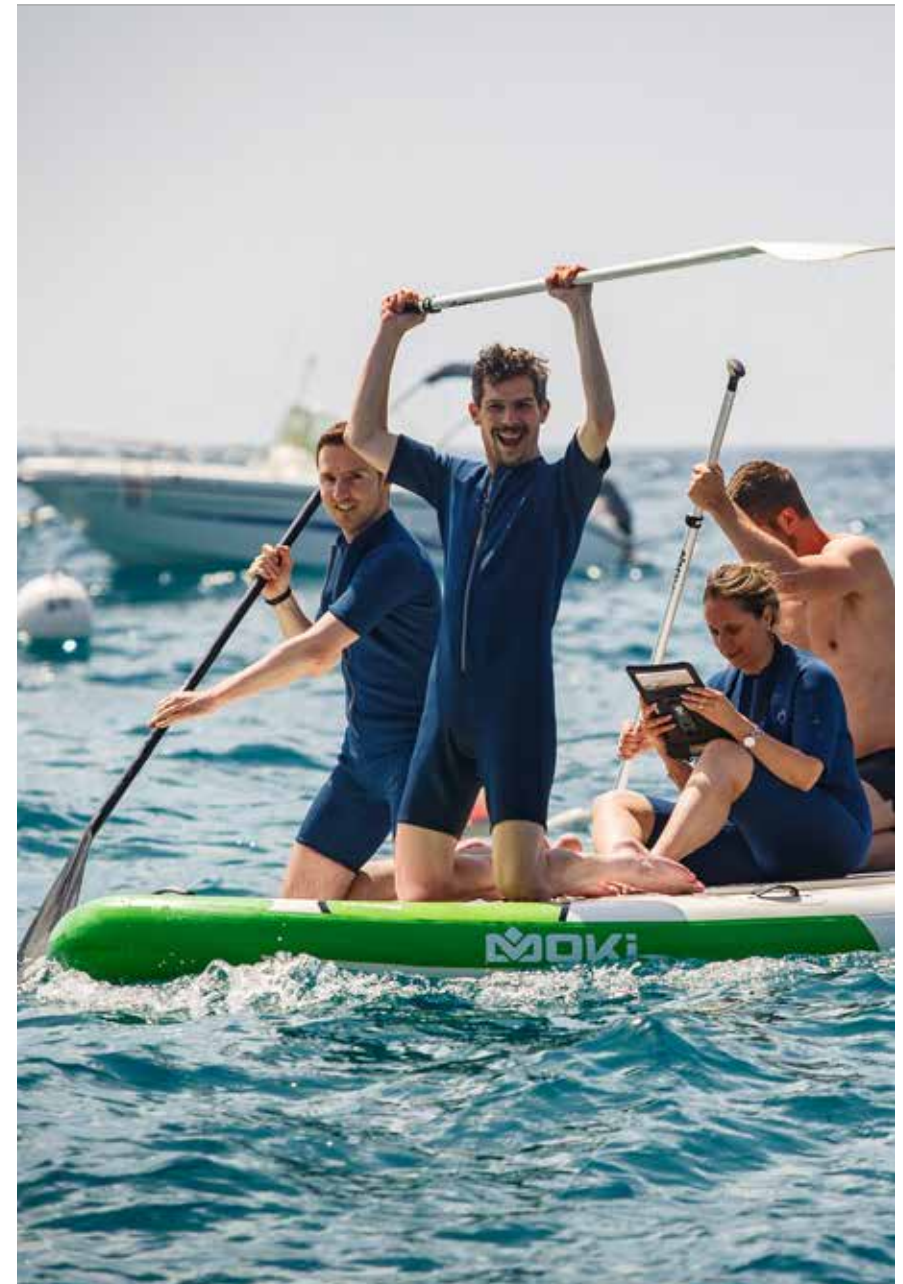
CONTACT



Tél. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



L'aventure du Nautilus

SUBAQUATIC VISION



1,5 heures



Toute l'année



15 min. / 150 max.

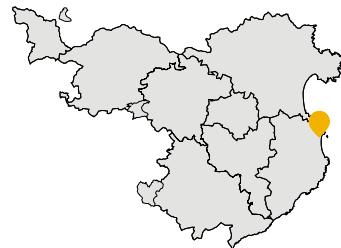


À partir de 12 €/pax

Croisière sous-marine dans la réserve naturelle des îles Medes et sur la côte du massif du Montgrí, en passant par la pointe de la Barra, la pointe Salines, le cap d'Oltrera, la crique Pedrosa et la Roca Foradada.



📍 L'Estartit



CONTACT

Tél.	+34 972 751 489
E-mail	nautilus@nautilus.es
Web	www.nautilus.es

L'incroyable sensation de voler. Vol indoor

WINDOOR REAL FLY



2 heures



Toute l'année



10 min. / 100 max.



À partir de 39 €/pax

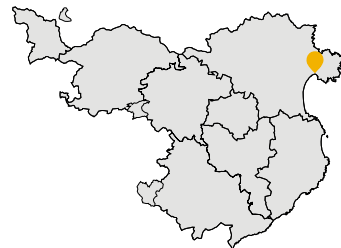
Chez Windoor, nous vous donnons des ailes pour voler.

Expérimentez avec votre équipe l'inégalable sensation de voler sans aucun risque. Expérience adaptée à tous les publics. Volez avec nous et profitez de tout ce dont votre groupe peut avoir besoin : salles de réunion, service de traiteur et de restauration, parking gratuit. Une expérience qui, sans aucun doute, motive les participants, stimule la confiance et renforce l'esprit de travail en équipe, encourage la communication et l'intégration entre départements et membres d'une même organisation, entraîne la capacité de concentration et augmente la confiance entre collègues.

Comprend :

- » Briefing de l'activité.
- » Tout le matériel et l'équipement nécessaires pour réaliser l'activité.
- » Diplôme de vol.

Empuriabrava



CONTACT



Tél. +34 972 454 040

E-mail empresa@windoor-realfly.com

Web www.windoor-realfly.com



Mindfulness. Connectez avec votre bien-être grâce à la nature

MINDFULKIT



2,5 heures



Toute l'année



8 min. / 50 max.



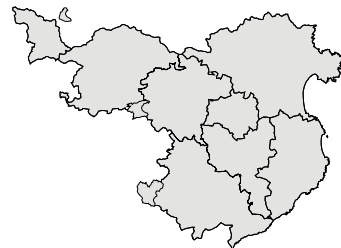
À partir de 300 € pour
des groupes de moins
de 25 pax

Vous aimez sentir comment la nature réveille vos sens et vous apporte le calme dont vous avez besoin ? Mindful Natura est une activité amusante sur le bien-être, qui associe des techniques de *mindfulness* à des sons harmoniques de la nature. Une expérience pour sentir et profiter au-delà de nos sens, renforcer notre concentration et notre intuition, diminuer le stress, équilibrer notre rythme cardiaque et augmenter notre créativité. Vous vous amuserez, vous surprenez et prendrez soin de vous.

Comprend :

- » Dégustation de thés (sur demande et selon disponibilité).

Partout



CONTACT

Tél. +34 606 579 826

E-mail edgar@mindfulkit.com

Web www.mindfulkit.com



Nouvelles sensations dans la rivière d'Osor : à la découverte du canyoning

AVENTURA GIRONA



3 heures



Toute l'année



2 min.



*

La rivière d'Osor est le cours d'eau au plus fort débit du massif des Guilleries et se jette dans le fleuve Ter en passant par Sant Hilari Sacalm, Anglès et Osor.

Il s'agit d'un torrent très divertissant et de faible difficulté où nous bénéficierons d'un environnement sauvage et solitaire en plein massif des Guilleries, en sautant depuis différentes hauteurs et en pratiquant la descente en rappel. C'est une activité

accessible à tout le monde, idéale à faire entre collègues de travail et amis.

Comprend :

- » Matériel et équipement de sécurité homologués par l'UIAA.
- » Guide agréé.
- » Reportage photographique.
- » Assurance accident.
- » Boissons en fin d'activité.

*

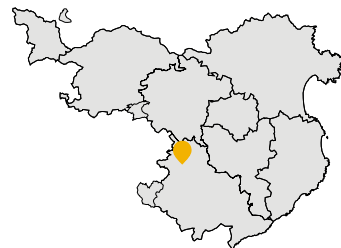
Groupes de 2 à 3 pax : 60 €/pax

Groupes de 4 à 10 : 45 €/pax

Groupes de 11 à 20 : 40 €/pax

Groupes + 20 pax : 35 €/pax

Osor



CONTACT



Tél. +34 633 161 679

E-mail info@aventuragirona.com

Web www.aventuragirona.com



Pêche-tourisme sur la Costa Brava

MUSÉE DE LA PÊCHE



Voir description



Mai-septembre,
de lundi à vendredi



1 min. / 24 max.



Voir description

La « pêche-tourisme » est une expérience unique et en même temps une façon de travailler pour la durabilité des ressources et du secteur de la pêche lui-même.

C'est une opportunité pour atteindre une diversification plus grande, obtenir une amélioration économique et promouvoir les produits de la pêche. Pour toutes ces raisons, l'activité est encouragée parmi les citoyens depuis différents points de vue : culturel, gastronomique, technologique et social.

En pratiquant la pêche-tourisme, vous profiterez d'une journée de pêche à bord d'une embarcation professionnelle du port de Palamós.

- » **Activité de pêche au chalut** : de 7 à 18 h environ ; 70 €/pax.
- » **Activité de pêche artisanale** : de 6h30 à 13h30 ; 66 €/pax.
- » **Activité de pêche à la crevette de Palamós** : de 6h30 à 18 h ; 88 €/pax.

CONTACT

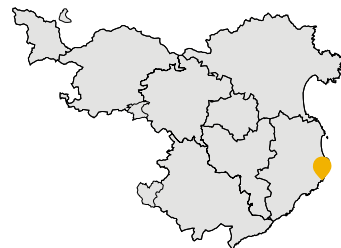


Tél. +34 972 600 424

E-mail infomuseu@palamos.cat

Web www.pescaturismepalamos.org

● Palamós



Photochallenge. Plongez dans les îles Medes

MEDAQUA



3 heures



Mai-septembre



8 min. / 50 max.



À partir de 30 €/pax

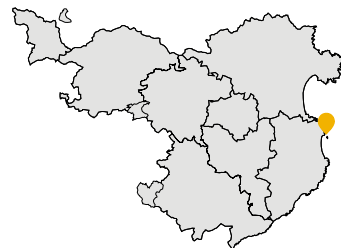
Le *snorkeling* est ce que l'on connaît habituellement comme la nage et la plongée avec un tuba et une masque. Grâce à cette activité si amusante, vous réaliserez un concours de photographie aquatique.

Vous prendrez des photos d'ambiances et de détails de la nature sous-marine de la Costa Brava. Il y a deux prix : l'un à la photographie d'ambiance et l'autre à la photographie de détail. Nous recherchons ainsi l'ouverture des sens et la découverte d'un moyen différent où les petits détails sont les plus importants.

Comprend :

- » 1 combinaison de plongée par personne.
- » Vidéo explicative de la réserve marine et du snorkeling.
- » Cours de photographie mobile.
- » Prix pour les gagnants.

📍 L'Estartit (îles Medes)



CONTACT



Tél. +34 972 752 043

E-mail info@medaqua.com

Web www.medaqua.com



Pirates et corsaires de la Méditerranée

MEDAQUA



4 heures



Février-novembre



8 min. / 50 max.



À partir de 30 €/pax

Nous quitterons L'Estartit en bateau, en direction des falaises.

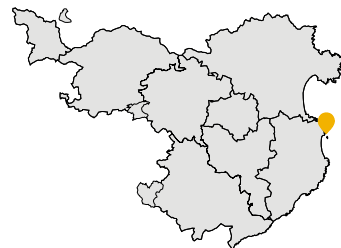
Durant le trajet, le capitaine pirate vous expliquera l'histoire qui entoure les corsaires. Une fois arrivés à une des criques perdues du Montgrí, vous débarquerez pour commencer le gymkhana d'orientation. L'activité consiste à localiser, grâce à différentes bornes, un trésor que les pirates ont oublié à L'Estartit.

Pour que ce soit un peu plus difficile, à chaque borne, vous trouverez une épreuve (physique ou mentale) que vous devrez surmonter pour pouvoir continuer.

Comprend :

- » Trajet en bateau.
- » Déguisements.
- » Gymkhana.

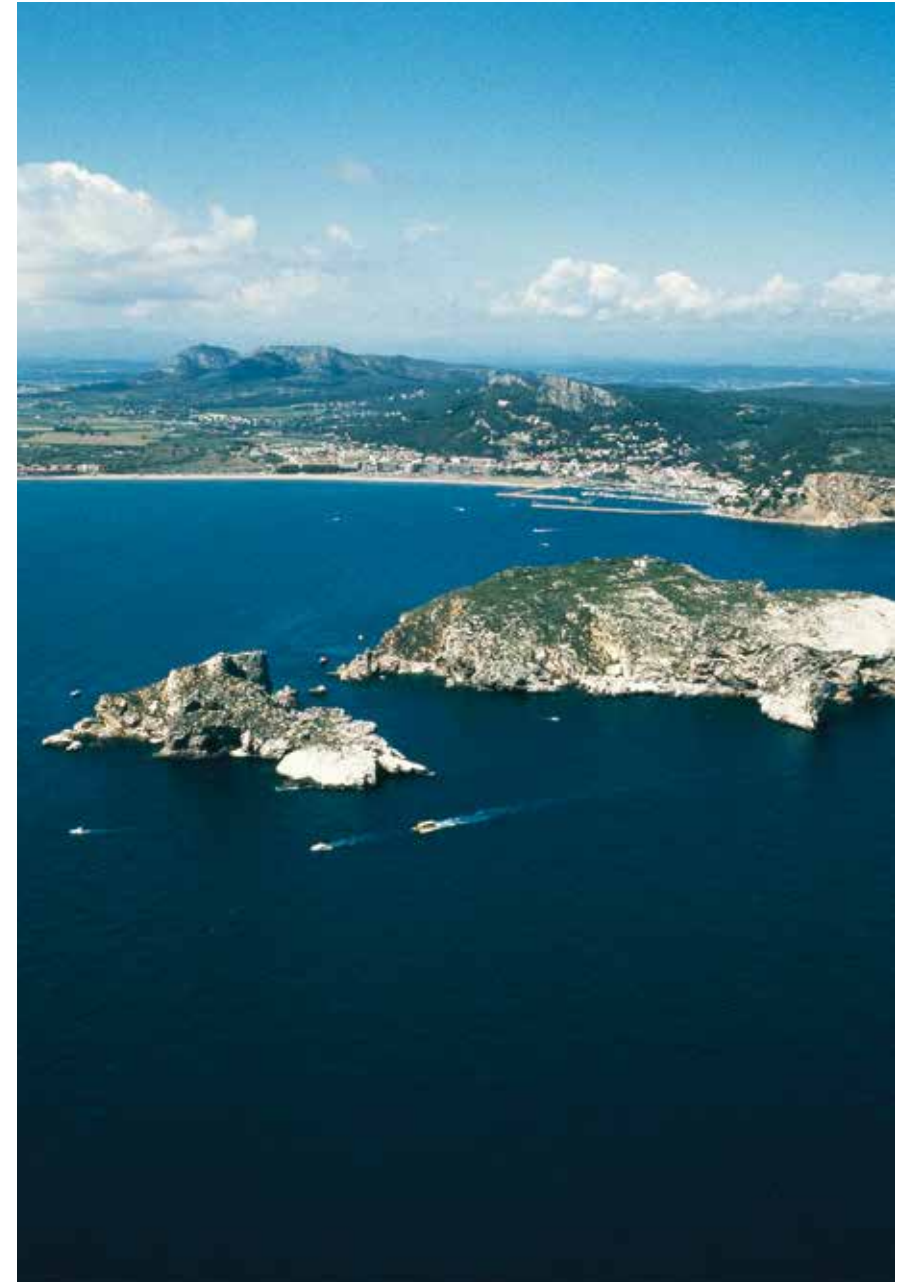
📍 L'Estartit



CONTACT



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



Stage de sport sur la Costa Brava

STAGEWEEK



À partir de 6 heures



Septembre-juin



12 min. / 30 max.



À partir de 120 €/pax

Stageweek est un stage de tennis, padel et golf pour adultes, qui a lieu dans les installations du club de tennis Llafranc et du club de golf de Gualta, sur la Costa Brava.

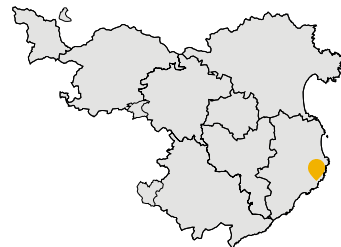
L'activité dure de 1 à 5 jours (hébergement dans un hôtel de la région compris). En tennis et padel, nous regroupons les joueurs par niveau et nous travaillons avec des techniciens professionnels et à l'aide d'enregistrements vidéos afin de réaliser les corrections adéquates. Entraînement et match quotidien (système de ligue). Pour l'option golf, il s'agit d'un stage d'initiation dans les installations du pitch & putt de Gualta, avec pour objectif en fin de semaine

d'obtenir les connaissances élémentaires afin de commencer à pratiquer ce sport. Pour compléter la proposition, nous avons organisé un ensemble d'activités d'aventure au choix : vélo, plongée, randonnée pédestre, triathlon, kayak, pêche, atelier de paella, yoga, jeux de plage, etc.

Comprend :

- » Vélo à assistance électrique pour les déplacements et les excursions.
- » Repas.
- » Visites.
- » Hébergement (sur demande).

♦ Llafranc (Palafrugell)



CONTACT



Tél. +34 609 038 409

E-mail se@stageweek.com

Web www.stageweek.com



Venez toucher le ciel avec nous ! Baptême astronomique

OBSERVATORI ASTRONÒMIC ALBANYÀ



1,5 heures



Mars-décembre



5 min. / 130 max.



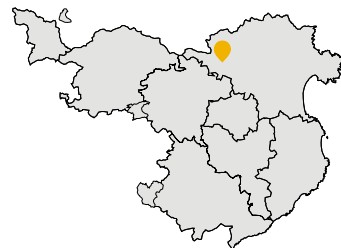
À partir de 18 €/pax

Vivez une expérience sensorielle unique à l'Observatoire astronomique Albanya. Notre équipe d'astronomes résidents, dirigée par le prestigieux astrophotographe Juan Carlos Casado, vous guidera dans un parcours audiovisuel dans le firmament, en adaptant le contenu du baptême astronomique aux conditions météorologiques du moment et de la saison pour que l'expérience soit inoubliable.

Comprend :

- » Vidéo-astronomie en direct.
- » Narration de l'astrophotographe Juan Carlos Casado.

Albanya



CONTACT



Tél. +34 972 542 020

E-mail info@observatorialbanya.com

Web www.observatorialbanya.com



Volcano Challenge. Vol en montgolfière entre les volcans

NIT | VOL



5 heures



Toute l'année



10 min. / 60 max.



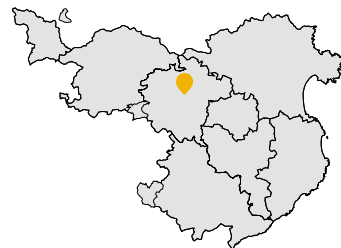
À partir de 170 €/pax

Une compétition par équipes dans l'air durant laquelle les participants doivent surmonter une série d'épreuves tout en survolant les volcans de Catalogne. Une expérience unique à vol d'oiseau pendant laquelle vous trinquez au *cava* et vous contemplez une vue panoramique de 360° avec les Pyrénées en toile de fond et les volcans à vos pieds. L'activité allie la prise de décisions, le leadership et la collaboration à l'émotion et l'aventure d'un vol en montgolfière en pleine nature, survolant le Parc naturel de la Zone volcanique de la Garrotxa. Une activité pour des incentives et le *team building*.

Comprend :

- » Café et viennoiserie avant le vol.
- » *Cava* et galette aux rillons durant le vol.
- » Transport en 4x4 depuis la piste d'atterrissage jusqu'aux installations.
- » Petit-déjeuner du terroir.
- » Diplôme de vol.

📍 Santa Pau



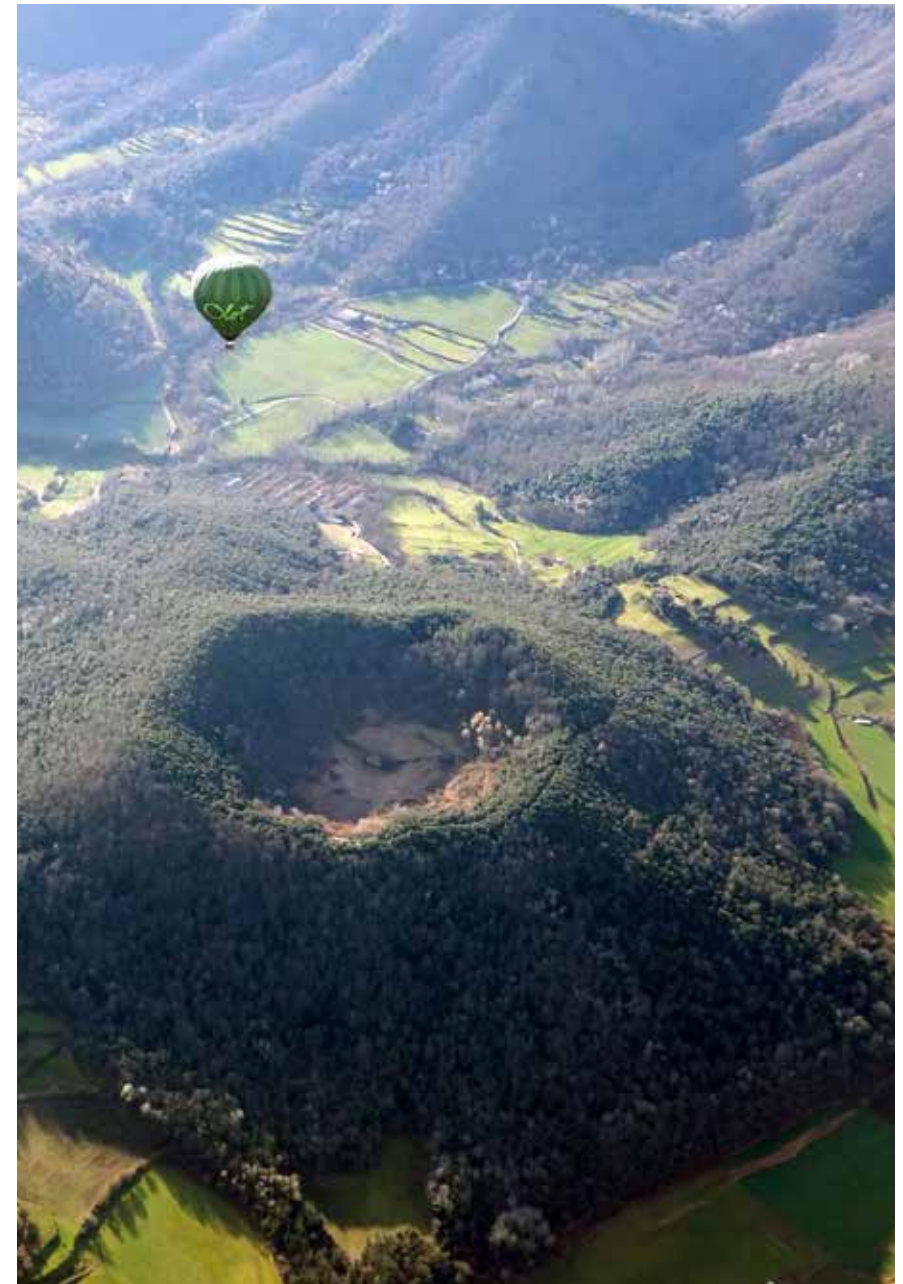
CONTACT



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

E-mail comercial@voldecoloms.com

Web www.voldecoloms.cat



SAVOUREZ



1. Gastrovolcans
2. L'œnogastronomie au cœur de l'Empordà
3. L'univers du ratafia
4. Atelier de cuisine de la mer
5. La fête de la vendange
6. La Gérone gastronomique
7. Les tapas des fabricants de bouchons
8. Master Chef
9. Molecular Appetizers
10. Salaison d'anchois sur la Costa Brava
11. Dégustation de produits de la mer sur un voilier



Savourez
Stimulez vos sens

Gastrovolcans

TURISME GARROTXA



6 heures



Toute l'année



8 min. / 30 max.



À partir de 50 €/pax

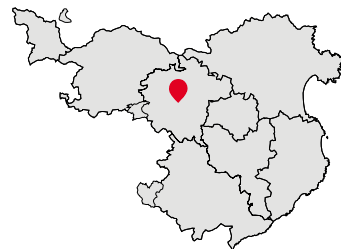
Gastrovolcans est l'activité parfaite pour découvrir les produits et les producteurs de la région de la Garrotxa, terre de cuisiniers aux étoiles Michelin et des restaurants de la Cuina Volcànica. Une expérience personnalisée qui consiste à visiter le centre d'Olot et la Plaça Mercat, aux nombreux magasins et stands de charcuterie, viande, légumes secs, légumes verts, ratafia, etc. de production artisanale. Sur la même place du marché, vous choisirez ensuite une des deux options proposées :

option A : participer à un atelier où vous apprendrez à préparer les produits et vous les dégusterez, tout en écoutant les commentaires d'une cuisinière de la région ;
option B : manger dans le restaurant du marché où l'on cuisine uniquement avec les produits des stands de celui-ci.

Comprend :

- » **Option A :** atelier-déjeuner avec dégustation de produits de la Plaça Mercat.
- » **Option B :** visite des magasins les plus emblématiques de produits de la terre au centre-ville d'Olot ; visite de la Plaça Mercat d'Olot ; déjeuner à base de produits locaux au restaurant de la Plaça Mercat.

♥ Olot



CONTACT



Tél. +34 972 271 600

E-mail info@turismegarrotxa.com

Web www.trade.turismegarrotxa.com



L'oenogastronomie au cœur de l'Empordà

RESTAURANT SALA GRAN



5 heures



Mars-décembre,
de lundi à vendredi



15 min.



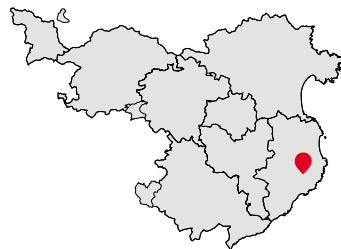
À partir de 49 €/pax

Visite guidée à Mas Oller, avec un parcours dans la cave et dans les vignes, ainsi qu'une dégustation de vins. Ensuite, vous vous déplacerez au restaurant Sala Gran pour profiter d'un menu élaboré par le chef Isaac Sabrià, avec des produits de la région, marié à des vins du Mas Oller.

Comprend :

- » Dégustation de vins.
- » Entrée au Mas Oller.
- » Repas au restaurant Sala Gran.

• Torrent/Llofriu



CONTACT



Tél. +34 972 301 638

E-mail info@salagran.com

Web www.salagran.com



L'univers du ratafia

DOMUS SENT SOVÍ



7 heures



Toute l'année



8 min. / 20 max.



À partir de 50 €/pax

Sortie avec Evarist March, notre guide spécialisé en gastrobotanique, afin de connaître les herbes et plantes avec lesquelles est élaboré le ratafia, la liqueur traditionnelle catalane. Ensuite, vous pourrez déguster différents ratafias, avec les membres de la Confrérie du ratafia (entité pour la promotion de cette boisson), et pour finir, vous participerez à un atelier de cuisine avec des cuisiniers locaux spécialisés en recettes à base de ratafia. Enfin, vous dégusterez les plats et recettes élaborés.

Comprend :

- » Introduction aux herbes et plantes utilisées dans l'élaboration du ratafia.
- » Dégustation de différents ratafias.
- » Atelier de cuisine.

CONTACT



Tél. +34 972 874 165

E-mail centre@domussentsovi.cat

Web www.domussentsovi.cat

Hostalric



Atelier de cuisine méditerranéenne

ESPÀI DEL PEIX



2,5-3 heures



Toute l'année



14 min. / 30 max.



À partir de 30 €/pax

L'atelier de cuisine méditerranéenne se fera en deux équipes (si le groupe est de 30 personnes, il sera divisé en deux). Dans chaque équipe une personne sera choisie comme chef de cuisine. Cette personne devra diviser son équipe en trois parties afin d'élaborer un menu complet : section entrée, section plat principal et section dessert. Tout sera élaboré à base de ressources de la pêche provenant du port de Palamós et de produits du terroir.

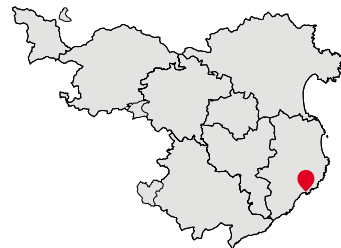
Les recettes seront remises au chef de cuisine, qui les donnera à chaque section et sera également chargé de tout organiser. Une fois les plats terminés, vous les monterez

et servirez. Chaque équipe goûtera les plats préparés par l'équipe adverse, ce qui renforcera la motivation pour cuisiner le mieux possible. L'évaluation finale sera faite par les cuisiniers de l'Espai del Peix.

Comprend :

- » Atelier de cuisine.
- » Dégustation des plats.

♥ Palamós



CONTACT

Tél. +34 972 600 424

E-mail infomuseu@palamos.cat

Web www.espaidelpeix.org



La Fête de la vendange

LA VINYETA



2 heures



Du 20 août au 10 octobre



15 min. / 50 max.



À partir de 45 €/pax

Le monde du vin a toujours été entouré d'une magie fascinante. La cave La Vinyeta vous propose de participer au processus d'élaboration du vin avec deux activités : la Fête de la vendange et « CEnologue pour un jour ».

Après de longs mois à s'occuper des vignes, avec dévouement et amour, arrive le moment tant attendu de la vendange.

C'est un moment de joie. Le raisin est mûr et ne peut plus attendre : il faut commencer la vendange. C'est maintenant l'occasion pour vous de vivre la fête de la vendange avec l'équipe de La Vinyeta.

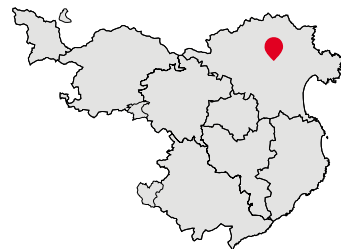
Vous cueillez le raisin à la main, entourés du parfum des vignes. Ensuite, vous le transportez délicatement à la cave où vous l'écrasez avec les pieds, comme autrefois.

L'effort sera récompensé d'un petit-déjeuner du terroir dans les vignes. Finalement, à l'aide d'une presse ancienne, vous obtenez le moût que les dieux transformeront en vin.

Comprend :

- » Vendange traditionnelle.
- » Dégustation du premier moût.
- » Visite guidée de la cave.
- » Dégustation de vins et d'huiles.

● Mollet de Peralada



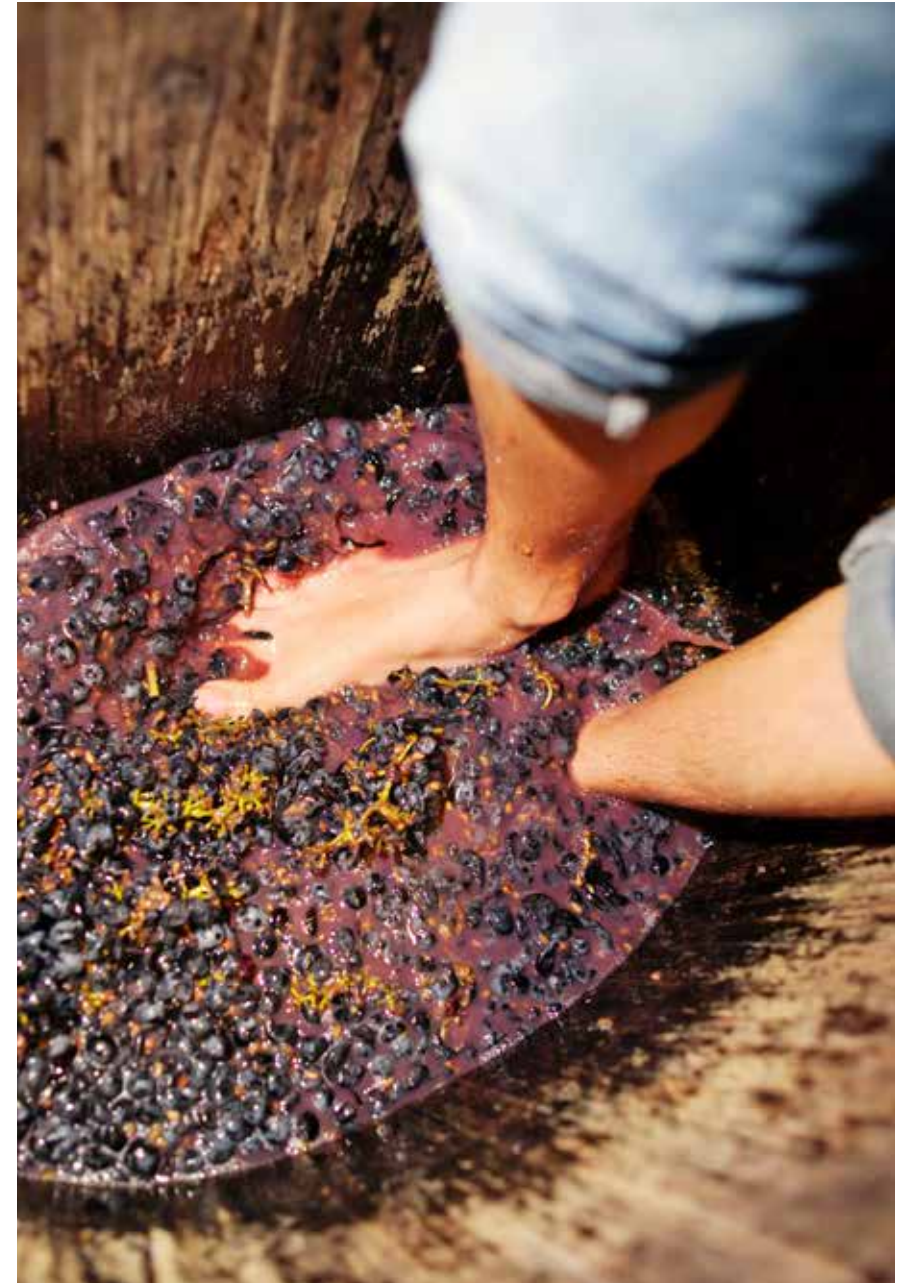
CONTACT



Tél. +34 647 748 809

E-mail celler@lavinyeta.es

Web www.lavinyeta.es



La Gérone gastronomique

GIRONA FOOD TOURS



4 heures



Toute l'année,
de lundi à samedi
(sauf jours fériés)



2 min. / 12 max.



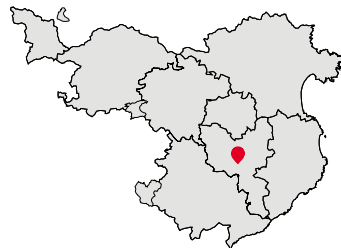
À partir de 69 €/pax

Découvrez les secrets de Gérone, son histoire, la culture locale et surtout sa tradition culinaire lors d'une visite guidée très complète. Dégustez des plats traditionnels, tapas, vins, *cavas*, charcuterie, desserts et bien plus encore, tout en profitant des lieux les plus emblématiques de notre région. Une expérience unique ! Nous vous offrons également des services personnalisés : atelier de coupe et de dégustation de jambon ibérique, visites du marché local, itinéraires gastronomiques dans la région, gymkhanas gastroculturels, pique-niques, dégustations de vins, visites de caves et de fermes de fromages, cours de cuisine traditionnelle, etc. Groupes nombreux et sur mesure sur demande (*tailor-made*).

Comprend :

- » Transport (pour les activités en dehors de Gérone).
- » Boissons et repas.
- » Guide.

♥ Gérone



CONTACT



Tél. +34 972 664 649

E-mail info@gironafoodtours.com

Web www.gironafoodtours.com



Les tapas des fabricants de bouchons. Vous souhaitez connaître la cuisine de l'époque de l'industrie du liège ?

RESTAURANT SALA GRAN



5 heures



Mars-décembre,
de lundi à vendredi



15 min.



À partir de 32 €/pax

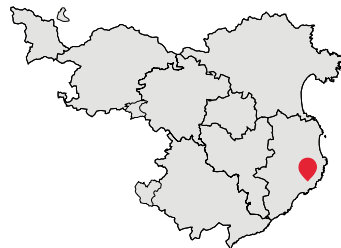
Nous vous proposons un mariage entre culture, patrimoine et gastronomie. Vous pourrez connaître de première main l'ancien métier des fabricants de bouchons et visiter le site patrimonial du bouchon le plus important d'Europe, et notamment le bâtiment du musée. Lors du parcours guidé, l'importance de la gastronomie dans le mode de vie des travailleurs de l'industrie du bouchon sera évoquée. Ensuite, au restaurant Sala Gran de Llofriú, vous pourrez vivre une expérience culinaire menée par le chef Isaac Sabrià. Vous pourrez déguster

une sélection des plats habituels parmi les habitants de la région : les tapas des fabricants de bouchons, une proposition depuis la mémoire.

Comprend :

- » Visite guidée du Musée du bouchon.
- » Repas.

Palafrugell/Llofriú



CONTACT



Tél. +34 972 301 638

E-mail info@salagran.com

Web www.salagran.com



Master Chef - Défi riz en cassolette

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 heures



Toute l'année



12 min. / 150 max.



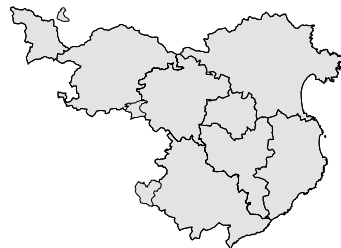
À partir de 55 €/pax

L'objectif de cette expérience est de plonger dans le monde de la gastronomie populaire de Gérone grâce à un des plats les plus traditionnels et les plus variés, le riz. La culture du « tirer parti » à base d'ingrédients du potager (légumes), de la ferme (viande) et un peu de poisson ou de fruits de mer ont facilité l'enracinement des plats de « mer et montagne ». Avec l'aide de nos cuisiniers et divisés en équipes, les participants disputeront une compétition de riz en cassolette, le plat typique de la région de Gérone, et réaliseront des propositions créatives.

Comprend :

- » Tous les ingrédients pour la préparation du riz (légumes, viande de ferme, différents poissons et fruits de mer).
- » Matériel de cuisson, ustensiles de cuisine, cuisiniers professionnels en tant que moniteurs et animateurs de l'activité.
- » Visites liées au lieu où se déroule l'activité (sur demande).
- » Entrées, desserts et boissons (sur demande, afin de pouvoir remplacer un repas).

Partout



CONTACT

Tél. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



Molecular Appetizers. Gastronomie locale sphérifiée

HUMANSIDE EXPERIENCES



2-3 heures



Toute l'année



12 min. / 60 max.



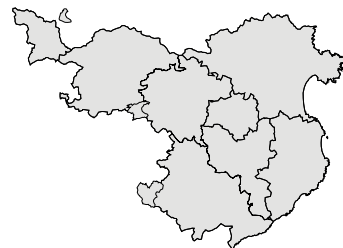
À partir de 45 €/pax

Une extraordinaire opportunité pour vivre une expérience de travail en équipe en testant les dernières techniques de la gastronomie : arriver à manipuler les états de la matière et offrir de nouvelles sensations aux invités. Le groupe est divisé en équipes réduites, lesquelles doivent créer des sphérifications à partir d'un apéritif typique de notre terroir, que tous les assistants dégusteront à la fin de l'activité. Proposition de mises en bouche sphérifiées : gazpacho de pastèque et fromage de chèvre ; olives vertes et anchois de L'Escala ; vermouth fait maison et orange ; pain à la tomate ; melon et jambon ; brandade de morue et olive noire.

Comprend :

- » Tous les ingrédients pour la préparation des mises en bouche.
- » Kit de sphérification.
- » Cuisinier professionnel pour superviser et animer l'activité.
- » Visites liées au lieu où se déroule l'activité (sur demande).

Partout



CONTACT

Tél. +34 630 991 199

E-mail experiences@humanside.biz

Web www.humanside.biz



Salaison d'anchois sur la Costa Brava

FIL MEDITERRANEAN TRAVEL DESIGNERS



3 heures



Toute l'année



10 min. / 50 max.



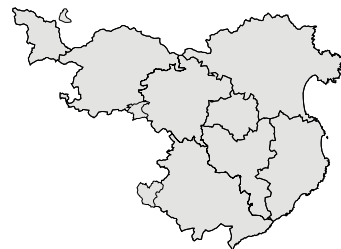
À partir de 96 €/pax

La tradition de la salaison du poisson sur la Costa Brava remonte à il y a très longtemps et fait encore partie aujourd'hui des pratiques locales. Le poisson est encore salé et conservé comme autrefois dans plusieurs villages de la Costa Brava. L'anchois méditerranéen est bien connu pour cette tradition et ce type de conserve. Nous vous proposons une expérience locale, avec toutes les saveurs de la mer.

Comprend :

- » Visite du port de pêche pour connaître les barques et les systèmes de pêche.
- » Sur le quai, l'atelier de conserve d'anchois à l'huile d'olive et autres formules traditionnelles.
- » Cuisine de la mer à la halle aux poissons.
- » Assistance personnalisée.

Costa Brava



CONTACT



Tél. +34 654 424 338

E-mail hola@filtraveldesigners.com

Web www.filtraveldesigners.com



Dégustation de produits de la mer sur un voilier

TELA MARINERA



4 heures



Dégustation de crevettes toute l'année ; dégustation d'oursins d'octobre à mars



6 min. / 36 max.



À partir de 35 €/pax

Basés au port de Palamós, nous sommes spécialisés dans la gestion d'embarcations classiques et la diffusion de nos traditions marinières. Nous proposons une navigation active : nos passagers collaborent dans toutes les manœuvres à bord, tout en découvrant une autre façon de naviguer, ainsi que les recoins les plus emblématiques de la Costa Brava. À bord de l'embarcation *Rafael*, construite en 1915, et la goélette *Jolie Biche*, nous naviguons vers les îles Formigues et nous mouillons sur la plage de Castell pour déguster les oursins comme autrefois : fraîchement pêchés, avec du pain, de la *botifarra* (saucisse catalane) et un bon vin de l'Empordà. Selon l'époque de l'année, nous vous proposons de déguster les fameuses crevettes de Palamós fraîchement pêchées. Nous accompagnons tout d'abord nos passagers à la halle aux poissons et au marché du poisson, puis nous embarquons,

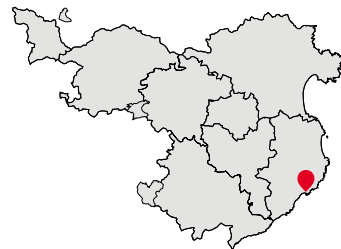
mouillons, nous baignons (en fonction de l'époque de l'année) et cuisinons à la plancha, sur un lit de sel, 150 grammes de grandes crevettes par personne, accompagnées d'un vin blanc de l'Empordà.

Tela Marinera offre la possibilité de naviguer, sans hâte ni stress, à bord de bateaux classiques, authentiques, où l'histoire des hommes qui les ont dirigés se mélange avec un paysage géographique et culturel qui ne laisse jamais indifférent.

Comprend :

- » Petit-déjeuner typique catalan.
- » Dégustation d'oursins et/ou de crevettes.

● Palamós



CONTACT



Tél. +34 609 307 623

E-mail joan@telamarinera.es

Web www.telamarinera.es





Culture

Parler de culture sur la Costa Brava et les Pyrénées de Gérone équivaut à remonter aux origines de la civilisation. Par ordre chronologique, vous découvrirez des monuments mégalithiques dans les montagnes de l'Albera et les Gavarres, grottes préhistoriques à Serinyà, villages ibériques, grecs et romains près de la mer, spécialement à Empúries, ou des éléments romans, gothiques, baroques et modernistes présents sur tout le territoire. Du Moyen Âge, nous conservons des traces aussi impressionnantes que Sant Pere de Rodes ou Ripoll, qui respirent encore l'air d'expériences millénaires.

Les dernières années, le regard des artistes, et en particulier le grand Salvador Dalí, a ouvert une nouvelle perspective dans la vision de notre environnement culturel et paysagère. Au total, plus de 55 musées et 550 monuments remplissent cette terre de culture et de tradition.

Le Triangle dalinien permet de profiter d'un voyage quasiment métaphysique dans un monde de nature tourmentée et dans un site idyllique et singulier.



Gastronomie

La gastronomie de la région de Gérone est un des grands attraits de cette terre. Elle est sans aucun doute à la hauteur de la beauté du paysage et c'est un facteur de succès pour les rencontres d'affaires.

La grande tradition culinaire de la région est très ancienne et est basée sur une géographie et un climat privilégiés permettant d'obtenir des ingrédients excellents de la mer et de la montagne : poisson méditerranéen, viande de première qualité, charcuterie artisanale, une grande variété de légumes, champignons, huile et de bons vins AO Empordà.

De plus, la gastronomie de Gérone est aujourd'hui synonyme de créativité. De la même façon que Salvador Dalí a surpris le monde avec son œuvre surréaliste, un autre

génie, Ferran Adrià, du restaurant El Bulli, a émerveillé tout le monde avec ses recettes.

Actuellement, la cuisine de Gérone, située en première ligne de la gastronomie mondiale, compte sur les frères Roca, du Celler de Can Roca, avec trois étoiles Michelin, comme une de ses grandes références.

*Dans la région de Gérone,
la cuisine a toujours
été bonne grâce à son
patrimoine historique
et à des matières
premières propres.*

Nature

Les caractéristiques géographiques singulières de la Costa Brava et des Pyrénées de Gérone permettent de profiter de tout type d'activités terrestres, maritimes ou aériennes comme complément à toute rencontre d'affaires ou voyage de motivation.

Les expériences sont illimitées. Des excursions guidées en Segway, à cheval, en quad, à vélo, à pied ou avec des raquettes, selon le niveau des participants, pour découvrir des paysages d'une grande beauté. Des sorties en kayak ou à bord d'un voilier, gymkhanas d'orientation sur la plage ou des repas exclusifs dans une crique cachée de la Costa Brava. Des vols en petit avion aux vues incroyables, vols en montgolfière

dans des espaces naturels uniques (avec dégustation de produits locaux) ou sauts en parachute pour les plus aventureux.

L'offre en activités comprend également des propositions comme des séjours dans des stations thermales et spas, journées de golf, cours de cuisine avec dégustations de produits du terroir ou visites à des caves de l'AO Empordà, marchés, musées, jardins botaniques, châteaux, monastères et de nombreux autres points de grand intérêt. Les possibilités sont infinies et nous vous conseillons à tout moment pour concevoir une activité en fonction de vos objectifs, pour encourager l'esprit d'équipe ou récompenser le travail d'une façon originale et inoubliable.

*Les espaces protégés
représentent plus de 30 % de
la superficie totale de la
destination.*



Golf

La Costa Brava offre un cadre idéal pour que les amateurs de golf puissent pratiquer leur sport préféré.

L'offre de golf comprend treize terrains et onze pitch and putt répartis sur la Costa Brava et les Pyrénées de Gérone.

Cinq terrains de golf de trois clubs (PGA Catalunya Resort, Empordà Golf Resort et Golf Platja de Pals) apparaissent parmi les cinquante meilleurs d'Europe, selon le classement professionnel britannique Top 100 Golf Courses.

La cerise sur le gâteau, quant aux reconnaissances, est pour le PGA Catalunya Resort, récompensé comme meilleur *resort* de golf d'Europe en 2016.

*Treize terrains, treize
parcours le long
d'une géographie
incomparable.*





Costa Brava Girona Convention Bureau

Le Conseil général de Gérone, le Patronat de tourisme Costa Brava Girona et les chambres de commerce de Gérone, Palamós et Sant Feliu de Guíxols travaillent ensemble pour renforcer le tourisme d'affaires dans la région de Gérone sous la marque Costa Brava Girona Convention Bureau.

De plus, ils disposent du soutien de 140 entreprises et entités associées, toutes spécialisées dans l'organisation d'événements.

Le Costa Brava Girona Convention Bureau offre les services suivants :

- » Conseil impartial et gratuit à l'organisateur dans le choix du siège, logement, activités complémentaires et autres services.
- » Collaboration dans les visites d'inspection pour les organisateurs d'événements.

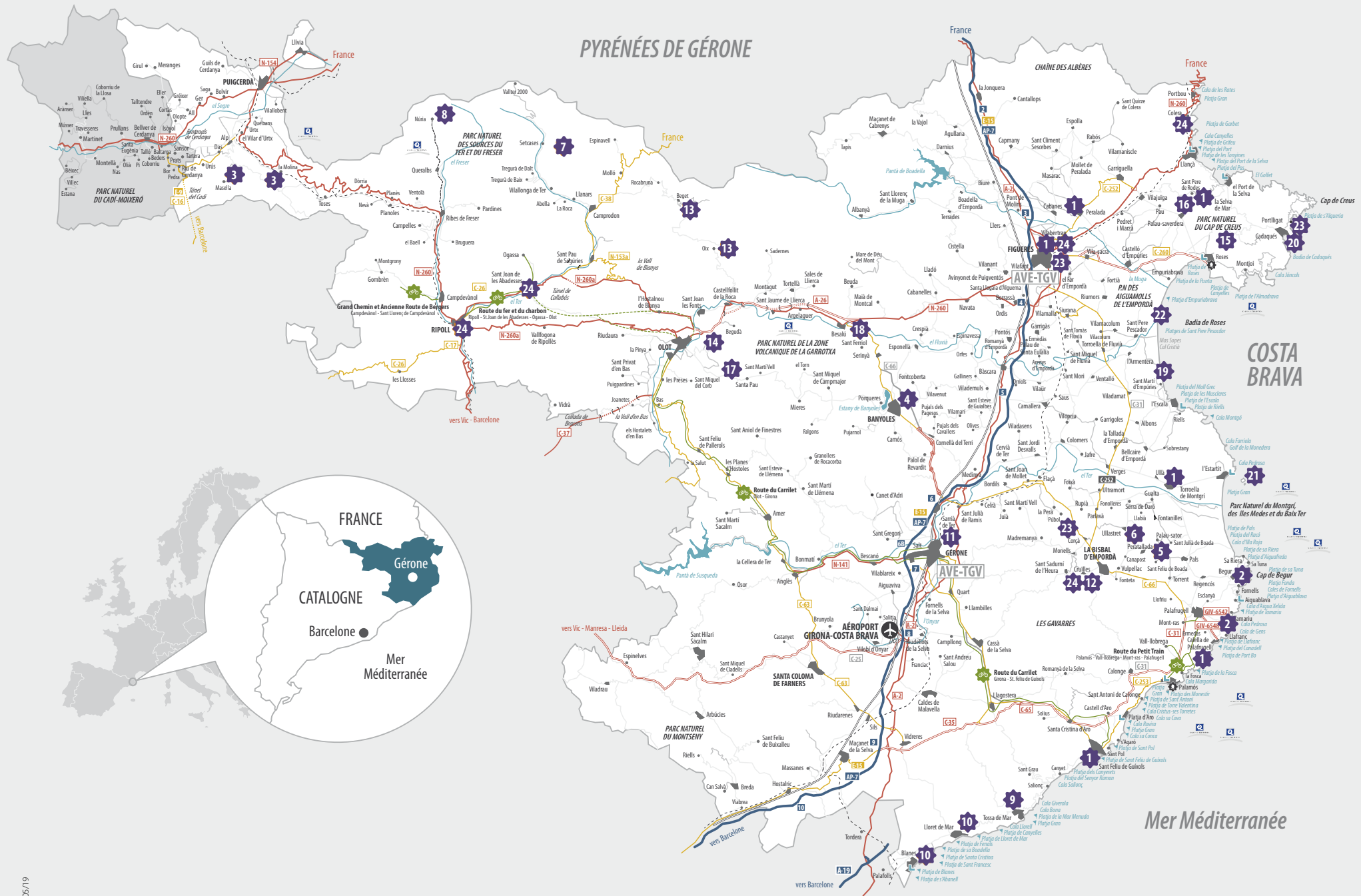
- » Conseil dans l'élaboration de programmes pour des voyages de motivation et initiatives culturelles et de loisirs pour les délégués et accompagnants.

- » Soutien dans l'élaboration et présentation de candidatures pour des congrès et événements.























- » Édition et diffusion de publications spécifiques pour le tourisme d'affaires.

- » Lien avec les entreprises associées, organismes et institutions locales.

- » Coordination dans la remise de matériel touristique pour les assistants.



Légende carte

	Autoroute à péage
	Route nationale
	Voie rapide
	Voie prioritaire
	Route régionale
	Route locale
	En construction
	Autres routes
	Rivière
	Train à crémaillère
	Code d'autoroute
	Sortie d'autoroute
	Code de route nationale
	Code de route régionale
	Code de voie régionale prioritaire
	Codage remplacé
	Gare TGV
	Limite régionale
	Chemin de fer
	TGV
	Voie verte
	Tunnel



Plages d'extrême qualité 2019

Écolabel décerné par l'Union européenne garantissant la qualité des eaux et des services que les plages offrent aux usagers.



Port Pavillon Bleu



Port de croisière



Système de management environnemental et d'audit EMAS 2019

Begur : Club Nàutic Aiguablava · **Blanes** : Club Vela Blanes et port de Blanes · **Calonge** : calanque Can Cristos - Ses Torretes, plage de Torre Valentina, plage de Sant Antoni, plage d'Es Monestri et promenade en bord de mer municipale · **Castelló d'Empúries** : plage d'Empuriabrava · **El Port de la Selva** : Club Nàutic Port de la Selva et port d'El Port de la Selva · **L'Escala** : port de L'Escala et Club Nàutic L'Escala · **Llançà** : Club Nàutic Llançà et port de Llançà · **Palafrugell** : plages de Port Bo, Canadell, Llafranc, Tamarü et Calella de Palafrugell · **Palamós** : plages, calanques, Port Esportiu Marina Palamós, port de Palamós, promenade en bord de mer et parcs urbains · **Platja d'Aro** : Club Nàutic Port d'Aro · **Roses** : plages de Santa Margarida, El Salatar, El Rastrell, Nova, La Punta, Els Palangrers, Canyelles-Bonifaci et L'Almadrava, calanques naturelles Murtra, Rostella, Calís, Montjoi, Calitjàs, Pelosa, Canadell et Jóncols, port de Roses, port de plaisance de Roses, port de pêche de Roses et promenade en bord de mer · **Sant Feliu de Guíxols** : port de Sant Feliu de Guíxols · **Torroella de Montgrí-L'Estartit** : port de L'Estartit, plage principale de L'Estartit, Club Nàutic Estartit et promenade en bord de mer de L'Estartit



ICTE Label « Q » de qualité touristique 2019

Calonge : plage de Sant Antoni · **Castell-Platja d'Aro** : plage principale de Platja d'Aro et plage de Sa Conca · **Castelló d'Empúries** : plage d'Empuriabrava · **Torroella de Montgrí** : plage principale de L'Estartit · **Cerdanya** : station de ski et de montagne de La Molina · **Garrotxa** : Parc naturel de la Zone volcanique de la Garrotxa · **Ripollès** : station de ski Vall de Núria

- 1 Festivals de musique de Torroella de Montgrí et Peralada
Peralada, Cap Roig, Torroella de Montgrí, Porta Ferrada de Sant Feliu de Guíxols, Sant Pere de Rodes, Schubertiade
- 2 Calanques de Begur, Palafrugell et phare de Sant Sebastià
- 3 La Molina - Masella
- 4 Lac de Banyoles
- 5 Cités médiévales de Pals et Peratallada
- 6 Village ibère d'Ullastret
- 7 Vallée de Camprodon
- 8 Vallée et sanctuaire de Núria
- 9 Vila Vella (vieille ville) de Tossa de Mar
- 10 Jardins de la Costa Brava (Santa Clotilde, Pinya de Rosa et Marimurtra)
- 11 Vieux quartier de Gérone
- 12 Céramique de La Bisbal
- 13 Alta Garrotxa (Oix et Beget)
- 14 Parc naturel de la Zone volcanique de la Garrotxa
- 15 Parc naturel du Cap de Creus
- 16 Sant Pere de Rodes
- 17 Santa Pau
- 18 Besalú
- 19 Ruines d'Empúries
- 20 Cadaqués
- 21 Zone protégée des Îles Medes
- 22 Parc naturel des Aiguamolls de l'Empordà
- 23 Triangle dalinien (musées de Figueres, Portlligat et Púbol)
Santa Maria de Ripoll, Sant Joan de les Abadesses, Sant Quirze de Colera, Santa Maria de Vilabertran, Sant Miquel de Cruïlles
- 24 Art roman
- 25 Gastronomie : « mer et montagne » (global)

Légende des icônes



Durée de l'activité



Saison



Le nombre
minimum et
maximum de
personnes



Prix

Édition

Patronat de Turisme Costa Brava Girona

Design et production

Minimilks

Traduction et correction

Traduccions Link

Impression

Gràfiques Alzamora, SA

Dépôt légal

GI 689-2017

Photographie

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 et Mocal Palay

Photos cédées par

Arxiu Imatges PTCBG, Fondation Salvador Dalí, entreprises membres du Costa
Brava Girona Convention Bureau

COSTA BRAVA ET PYRÉNÉES DE GÉRONA

GENUINE CORPORATE EXPERIENCE

www.costabravagironacb.com

Av. de Sant Francesc, 29, 3r. 17001 Girona

Tél. +34 972 208 401

convention@costabrava.org

 @costabracb

 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

