

# Itinéraires balisés

Il s'agit d'itinéraires circulaires qui reviennent à leur point de départ, sauf les itinéraires marqués d'un astérisque (\*). Ils sont conçus pour montrer la richesse du patrimoine naturel et culturel des différents paysages du parc. Ils sont généralement adaptés à toute la famille

## Parc d'El Garraf

**1** 4 h 35 min 17,6 km

**GR 5 Sentier des belvédères.**  
De Sitges à Olesa de Bonesvalls  
Point de départ : col de La Fita (Sitges)

**2** 2 h 30 min 4,5 km

**GR 92 Sentier de la Méditerranée.**  
Chemin des côtes  
Starting point: La Pleta (Sitges)

**3** 4 h 3,5 km

**GR 92 Sentier de la Méditerranée.**  
De la Pleta à La Morella  
Point de départ : La Pleta (Sitges)

**4** 2 h 30 min 7 km

**GR 92 Sentier de la Méditerranée.**  
De Begues à La Morella  
Point de départ : Begues

**5** 6 h 22 km

**GR 92.3 De La Clota à L'Arboçar**  
Point de départ : Begues

**6** 5 h 45 min 25,7 km

**GR 92.4 De la plaine de Querol au chemin du Mas de l'Artis**  
Point de départ : plaine de Querol (Sitges)

**7** 5 h 45 min 25,4 km

**PR-C 37 Fermes d'El Garraf\***  
Point de départ : Olivella. Accessible en V.T.T.

**8** 6 h 15,4 km

**PR-C 39 Chemin d'Eramprunyà\***  
Point de départ : ferme de Can Llong (Gavà)

**9** 4 h 15,8 km

**PR-C 143 Sentier de Sant Pere de Ribes. De la Casa del Terme à Olèrdola**  
Point de départ : Casa del Terme (Sant Pere de Ribes)

Les distances des itinéraires ont été calculées via la plateforme goolTracking et peuvent varier sensiblement si d'autres systèmes de mesure sont utilisés.

GR : sentier de grande randonnée de plus de 50 km, balisé au moyen de marques blanches et rouges.  
PR : sentier de petite randonnée mesurant entre 10 et 50 km, balisé au moyen de marques blanches et jaunes.  
SL : sentier local de moins de 10 km, balisé au moyen de marques blanches et vertes

SL : sentier local de moins de 10 km, balisé au moyen de marques blanches et vertes

**10** 1 h 24 min 5,8 km

**SL-C 100 Castell Vell d'Olivella\***  
Point de départ : Olivella

**11** 1 h 20 min 6,1 km

**SL-C 99 De Cal Ganxo à La Morella**  
Point de départ : Cal Ganxo (Castelldefels)

**12** 30 min 1,3 km

**Itinéraire artistique de Vallgrassa\***  
Point de départ : Vallgrassa. Centre Experimental de les Arts (Begues)

**13** 40 min 1,2 km

**Itinéraire botanique de La Pleta\***  
Point de départ : La Pleta (Sitges). Partiellement adapté aux personnes à mobilité réduite

**14** 9 min 0,5 km

**Itinéraire sensoriel de Can Grau\***  
Point de départ : Ecole de la nature Can Grau (Olivella). Adapté aux personnes malvoyantes

## Olèrdola Park

**15** 4 h 5 min 17,1 km

**GR 92 Sentier de la Méditerranée.**  
De Vilanova i la Geltrú à L'Arboç  
Point de départ : Vilanova i la Geltrú

**16** 5 h 30 min 19,2 km

**GR 92 De L'Arboçar à Castellet**  
Point de départ : L'Arboçar

**17** 6 h 30 min 27,6 km

**PR-C\*\* Route de l'eau et du vin**  
Point de départ : Moja (Olèrdola)

**18** 2 h 30 min 6,5 km

**SL-C\*\* Route des fontaines et des tours**  
Point de départ : château d'Olèrdola

Notre opinion nous aide à nous améliorer

Vous pouvez remplir le questionnaire que vous trouverez en suivant le lien du QR



Itinéraires balisés

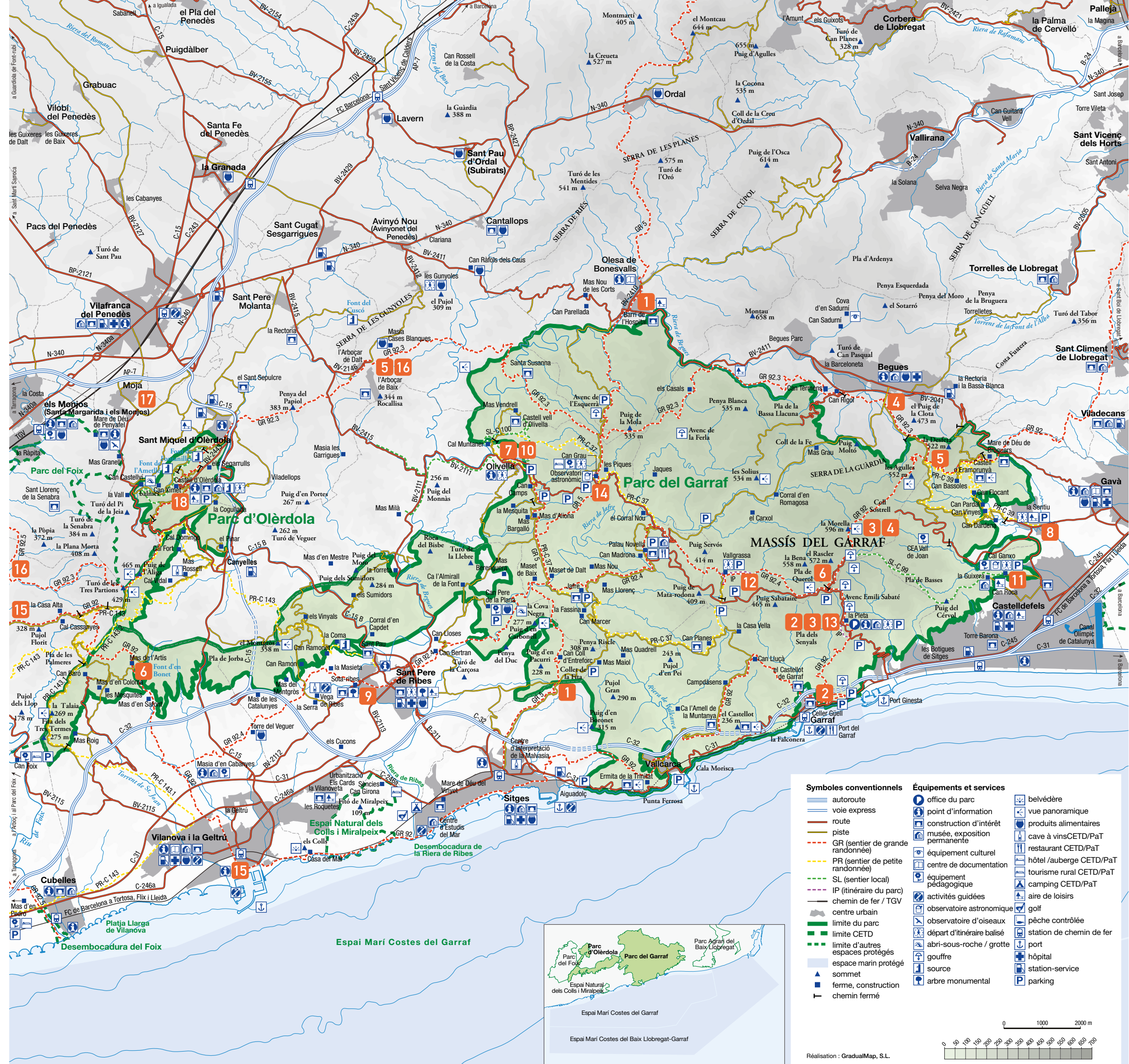
- Itinéraire
- Difficulté faible
- Difficulté moyenne
- Difficulté élevée
- Durée approximative
- Distance totale



@parcgarraf  
@parcsdelgarraf



@parcdelgarraf  
@parcderdola  
@parcsdelgarraf



Dans le parc d'El Garraf, la roche calcaire a créé un paysage exotique, riche en formes karstiques – gouffres, dolines et lapiés – et avec une végétation propre. Les petites cabanes de la vigne et les murs en pierre sèche se cachent parmi la pierre blanche et entourent d'anciennes fermes et certains des petits villages situés à l'intérieur solitaire du parc.

Situé sur les contreforts d'El Garraf, le parc d'Olèrdola possède un paysage composé d'une série de cultures, de buissons et de maquis. Olèrdola est un mirador naturel couronné par un ensemble monumental fermé par une muraille, oeuvre successive des Ibères, des Romains et des hommes du Moyen Âge. À son sommet, se dresse l'église de Sant Miquel, dont le corps principal date du XIe siècle.

## Principaux renseignements

**PARC D'EL GARRAF**  
Année d'adoption du Plan spécial : 1986  
Organe de gestion : Service d'Espaces Naturels et d'Infrastructures Vertes du Conseil provincial de Barcelone  
Mairies : Avinyonet del Penedès, Begues, Castelldefels, Gavà, Olesa de Bonesvalls, Olivella, Sant Pere de Ribes, Sitges et Vilanova i la Geltrú  
Superficie du parc : 12 377 ha

**PARC D'OLÈRDOLA**  
Année d'adoption du Plan spécial : 1992  
Organe de gestion : Service d'Espaces Naturels et d'Infrastructures Vertes du Conseil provincial de Barcelone  
Mairies : Canyelles et Olèrdola  
Superficie du parc : 608 ha



Gerència de Serveis d'Espais Naturals  
Àrea d'Espais Naturals i Infraestructura Verda  
Comte d'Urgell, 187. 08036 Barcelona  
Tel. 934 022 428  
xarxaparc@diba.cat · parc.diba.cat



## Conseils utiles pour visiter le parc

### Les bonnes pratiques

Les espaces naturels protégés sont des endroits dans lesquels il est possible de pratiquer des activités en plein air et de découvrir notre patrimoine naturel et culturel. Utilisez le réseau de pistes et de sentiers balisés..

### L'usage du vélo

- Respectez la priorité donnée aux promeneurs et évitez de les gêner.
- Adaptez votre vitesse au type de voie sur laquelle vous circulez. La vitesse maximale autorisée sur les pistes est de 20 km/h.
- Circulez uniquement sur des routes, des pistes forestières ou des chemins de promenade de plus de trois mètres de large. Veuillez suivre les conseils en matière de circulation motorisée.
- Pour des raisons justifiées, la circulation à vélo peut être restreinte de manière temporaire ou permanente dans certaines zones du parc.

### La circulation motorisée

- La circulation des véhicules est limitée aux pistes ouvertes au public et n'est pas autorisée à travers champ, la coupe-feu ou les lits de torrents et de cours d'eau.
- Modérez votre vitesse afin d'éviter de renverser des personnes ou des animaux sauvages. La vitesse maximale autorisée sur les pistes est de 30 km/h.
- Le bruit provoqué par certains véhicules porte préjudice aux espèces sensibles, comme les rapaces, qui peuvent abandonner leurs zones de nidification pour cette raison.
- L'érosion causée par les dérapages provoque l'apparition de nids-de-poule et de fossés sur le réseau routier. Circulez avec modération et mesure, en particulier sur les pentes et les sols mouillés.
- Ne vous garez pas devant les chaînes qui empêchent l'accès aux chemins, ni le long des routes.

### Visiter le parc en toute sécurité

- Programmez votre itinéraire et emmenez toujours un plan pour vous orienter.
- Essayez d'emprunter toujours des sentiers ou des chemins marqués ou balisés.
- Portez des chaussures appropriées et des vêtements confortables, emportez de l'eau, des provisions, une veste, ainsi qu'une casquette, des lunettes de soleil et de la crème solaire.
- Si vous vous déplacez en groupe, ne perdez pas de vue vos compagnons. N'abandonnez, ni ne laissez jamais derrière vous un compagnon de route.
- Le vent fort peut provoquer la chute de branches et d'autres éléments. Sur les crêtes, le risque d'accidents peut augmenter. En cas de vent intense, évitez les endroits exposés.
- En cas de brouillard, il est facile de se désorienter. N'abandonnez pas le chemin principal.

- En cas d'averses ou d'orages avec foudre, éloignez-vous des crêtes, des arbres isolés et des entrées de grottes. Une forêt dense et luxuriante peut servir d'abri.

### Que faire avec les déchets

- Il incombe aux visiteurs d'emporter avec eux les déchets générés par leur activité et de les recycler.

### Comment nous pouvons aider à éviter un incendie

- Il est interdit d'allumer des feux ou des barbecues en dehors des espaces aménagés à cet effet.
- Il faut être très prudent envers tout élément comportant un risque d'incendie, comme les cigarettes, la circulation motorisée ou l'abandon de déchets.
- Donnez l'alerte si vous détectez un nuage de fumée suspect. Avertissez le 112.

### Les animaux de compagnie

- Les propriétaires d'animaux domestiques doivent veiller à ce que leur comportement ne perturbe ni l'activité des habitants du parc, ni celle des autres visiteurs.
- Tenez votre chien en laisse. Veuillez faire particulièrement attention au comportement de vos chiens ou autres animaux de compagnie, surtout lorsque vous vous trouvez à proximité de personnes, d'une ferme ou d'un troupeau.
- Veuillez ne pas laisser les excréments des animaux par terre, en particulier dans des endroits fréquentés.
- N'abandonnez pas d'animaux domestiques ; cela constitue une négligence considérée comme une infraction. Ils peuvent devenir agressifs et nuisibles pour les écosystèmes naturels.
- Les chiens dangereux doivent porter une muselière en plus d'une laisse. Un chien dangereux est un chien désigné comme tel par la loi, mais aussi tout chien ayant un comportement agressif.

### La spéléologie

- Veuillez renforcer les mesures de sécurité et communiquer la grotte ou le gouffre que vous souhaitez visiter. Il est recommandé de posséder une formation spécifique. Cette pratique peut être interdite à certaines époques de l'année afin de préserver la biodiversité du milieu souterrain. Vous trouverez des informations détaillées aux accès.
- Il est possible que vous souffriez d'hypoxie dans certaines cavités en raison de la faible concentration d'oxygène dans l'air. Nous vous conseillons d'emporter avec vous des appareils permettant de mesurer le taux d'oxygène (à La Pleta, il y en a un en service de prêt) et d'informer l'office du parc ou la Fédération catalane de spéléologie de la situation.

### Autres recommandations

- En cas de risque de chute de neige ou s'il a neigé, veuillez consulter l'état des routes et des pistes sur le site web du parc. Conduisez prudemment, respectez les panneaux de signalisation et les indications des gardes et des informateurs.
- Le camping sauvage est interdit sous quelque forme que ce soit, y compris en camping-cars.
- La présence et l'activité humaines ont laissé un ensemble de manifestations architecturales et artistiques au fil des ans. Il faut respecter ce riche patrimoine culturel.
- Respectez la nature et la tranquillité de l'environnement. Évitez les bruits inutiles.
- Respectez les activités agricoles et d'élevage. En effet, elles constituent le moyen de subsistance de nombre d'habitants du parc.
- Les exploitations forestières sont des activités traditionnelles développées dans la plupart des parcs. L'élagage est régulé par la Loi forestière de Catalogne et la réglementation relative aux parcs.
- Pour protéger la faune autochtone, il est interdit de libérer des animaux de compagnie ou étrangers qui pourraient les chasser de leur habitat.
- La chasse est régulée par la loi et n'est autorisée que sur les terrains de chasse existants. Si vous croisez une battue de sangliers, veuillez respecter les panneaux de signalisation et ne pas vous éloigner des chemins.
- La circulation des chevaux est limitée aux pistes ouvertes au public et n'est pas autorisée à travers champ, les coupe-feu ou les lits de torrents et de cours d'eau.
- Si vous ramassez des champignons, veuillez ne pas endommager la forêt en utilisant des outils ou en creusant la terre.
- Si vous rencontrez une tortue, veuillez la respecter. Nous vous rappelons qu'il s'agit d'une espèce protégée et que la capture et la garde sont sanctionnées par la loi.
- Le palmier nain est une espèce protégée par la loi et il est interdit de l'arracher.
- La pratique de l'escalade est réglementée. Veuillez respecter les consignes que vous trouverez à certains points d'accès aux voies d'escalades.

- Le vol de drones à des fins récréatives n'est pas autorisé dans les espaces naturels faisant partie du Réseau des Parcs Naturels du Conseil Provincial de Barcelone, afin de ne pas perturber la nidification ni le vol des oiseaux. Consultez la réglementation sur le site de l'Agence d'État de la Sécurité Aérienne (AESA) ([www.seguridadaerea.gob.es](http://www.seguridadaerea.gob.es)).

L'utilisation de drones n'est autorisée que dans le cadre d'activités professionnelles visant directement ou indirectement à améliorer les mesures de prévention et de conservation, ou dans le cadre d'activités de sensibilisation contribuant à atteindre les objectifs des plans spéciaux de protection en vigueur.

## Charte Européenne du Tourisme Durable

Les parcs d'El Garraf et d'Olèrdola sont signataires de la Charte Européenne du Tourisme Durable (CETD), un outil de gestion qui permet de garantir que l'usage touristique des parcs s'effectue de manière compatible à la conservation du territoire. Les entreprises suivantes ont obtenu cette reconnaissance européenne et participent à la stratégie touristique des parcs afin de proposer des services de qualité pour un tourisme durable :

### Hébergements

- Càmping El Garrofer.** Crta. C-246a, km 39. Sitges. Tél. 633 144 126. [www.campingelgarrofer.com](http://www.campingelgarrofer.com)
- Càmping Sitges.** Crta. C-246a, km 48. Sitges. Tél. 938 941 080. [www.campingsitges.com](http://www.campingsitges.com)
- Masia Can Parès.** Disseminat Masia Can Parès, 46. Sant Pere de Ribes. Tél. 671 930 516. <https://masiacanpares.com>
- Masia Mas d'en Giralt.** Crta. BV- 2111, km 9,5. Sant Pere de Ribes. Tél. 697 715 974. [www.masdengiralt.com](http://www.masdengiralt.com)
- Masia Pou de la Vinya.** Masia Pou de la Vinya. Olivella. Tél. 639 658 986. [www.poudelavinya.com](http://www.poudelavinya.com)
- Residència Casa de Pagès Cal Simó.** Fondo de les Alsines, 109 (Disseminat Can Coll, 20). Canyelles. Tél. 673 208 025. [www.masiaruralcalximo.com](http://www.masiaruralcalximo.com)
- Sències Can Girona.** Crta. C-246a, km 39,2. Sitges. Tél. 620 804 899. [www.sencies.com](http://www.sencies.com)

### Oenotourisme

- Celler Vega de Ribes.** Camí del Montgròs, 18. Sant Pere de Ribes. Tél. 649 480 024. [www.vegaderibes.com](http://www.vegaderibes.com)
- Centre d'Interpretació de la Malvasia de Sitges.** Plaça Joan Duran i Ferrer, s/n. Sitges. Tél. 649 929 302. [cellerdelhospital.cat/cim-centre-interpretacio-malvasia/](http://cellerdelhospital.cat/cim-centre-interpretacio-malvasia/)

### Restaurants

- La Posada de Sant Pere Molanta.** C. Sant Pere, 20. Sant Pere Molanta (Olèrdola). Tél. 665 258 254. [www.posada-piques.com](http://www.posada-piques.com)
- Les Piques.** Avinguda de Can Turíols, 1A. Olivella. Tél. 665 258 254. [www.posada-piques.com](http://www.posada-piques.com)
- Nòmada Beach.** Platja de Sitges. Sitges. Tél. 695 180 187. [www.greenplanetnomada.com](http://www.greenplanetnomada.com)
- El Nàutic.** Port Garraf. Escullera de Ponent, s/n. Sitges. Tél. 609 107 331. [elnautic.com](http://elnautic.com)

### Activités de loisirs et d'éducation à l'environnement

- Associació Cetàcea.** Torre de Capitanía, s/n. Passeig de les Drassanes. Sitges. Tél. 666 985 631. [associaciocetacea.org](http://associaciocetacea.org)
- Can Grau Escola de Natura.** Pista forestal asfaltada d'Olivella a Plana Novella, km 3,5. Olivella. Tél. 650 540 246. [cases.fundesplai.org/equipament/can-grau/](http://cases.fundesplai.org/equipament/can-grau/)
- Club Nàutic del Garraf.** Port del Garraf. Sitges. Tél. 639 307 919. [www.clubnauticgarraf.com](http://www.clubnauticgarraf.com)
- Cova d'en Sadurní.** Pla de Can Sadurní, s/n. Begues. Tél. 606 805 537. [www.begues.cat/begues/equipaments/cova-de-can-sadurni.html](http://www.begues.cat/begues/equipaments/cova-de-can-sadurni.html)
- Descoberta.** Rambla de l'Exposició, 107, local 2. Vilanova i la Geltrú. Tél. 661 658 192. [descoberta.cat](http://descoberta.cat)
- Edulis.** Centre Cívic Moli de Vent, despatx 1. Carrer de l'Aigua, 203-205. Vilanova i la Geltrú. Tél. 630 678 885. [www.edulis.cat](http://www.edulis.cat)

- Hacia El Sup.** Platja de les Casetes, Garraf. Sitges. Tél. 639 649 569. [www.haciaelsup.com](http://www.haciaelsup.com)
- Mas d'en Safont.** Torrent de la Pastera, km 4. Vilanova i la Geltrú. Tél. 634 676. 787. [www.masdensafont.com](http://www.masdensafont.com)
- Monestir Budista del Garraf.** Plana Novella, s/n. Olivella. Tél. 658 431 466. [www.monjesbudistas.org](http://www.monjesbudistas.org)
- Nootka Kayak.** Platja de les Anquines, s/n. Sitges. Tél. 938 100 256. [www.nootka-kayak.com](http://www.nootka-kayak.com)
- Observatori Astronòmic del Parc del Garraf.** Camí d'Olivella a Plana Novella, km 3,5. Olivella. Tél. 651 426 872. [www.planetari.cat](http://www.planetari.cat)
- Roc Roi.** Moll de Ponent, s/n. Vilanova i la Geltrú. Tél. 938 160 351. [www.rocroi.com](http://www.rocroi.com)
- Saphira Dive.** C. Manuel Tomàs, 26, baixos esquerra. Vilanova i la Geltrú. Tél. 657 196 231. [www.saphiradive.com](http://www.saphiradive.com)
- Turismo Vivencial.** Rambla de l'Exposició, 59. Vilanova i la Geltrú. Tél. 623 599 388. [www.turismovivencial.com](http://www.turismovivencial.com)

## La gastronomie liée au parc

**Parc a taula** est un programme de développement économique promu par le Conseil provincial de Barcelone qui s'adresse aux agents privés qui, par le biais de leur activité, contribuent à la conservation, la mise en valeur et la divulgation des espaces naturels protégés. Vous trouverez de plus amples renseignements que vous pourrez télécharger sur [parcs.diba.cat/web/parc-a-taula](http://parcs.diba.cat/web/parc-a-taula).

## Prêt de matériel adapté

Dans l'office du parc d'El Garraf et du parc d'Olèrdola, à La Pleta, vous trouverez un service de prêt de matériel adapté, qui comprend des vélos à main ou *handbikes* et des troisièmes roues pour adapter le fauteuil de l'utilisateur, ainsi que différents types de matériel pédagogique et de divulgation rédigés en braille. Vous devez remplir un formulaire de prêt. Tél. 935 971 819

## Centres et points d'information

### PARC D'EL GARRAF

**Office et Centre d'information de La Pleta**  
Route de Ratpenat à Plana Novella, km 3,5  
Sitges  
Tél. 935 971 895

**Vallgrassa. Centre Experimental de les Arts**  
Route de Ratpenat à Plana Novella, km 7,5  
Sitges  
Tél. 937 440 656

**Observatoire astronomique du Parc d'El Garraf**  
Chemin d'Olivella à Plana Novella, km 3,5  
Olivella  
Tél. 685 233 575

**Centre d'information Petit Casal de Begues**  
Passeig de l'Església, 1  
Begues  
Tél. 936 392 509

**Point d'information d'Olesa de Bonesvalls**  
Plaça de la Vila, s/n  
Olesa de Bonesvalls  
Tél. 938 984 375

**Centre d'information La Sala d'Olivella**  
Plaça Major, s/n  
Olivella  
Tél. 938 968 465

**Point d'information touristique de Sant Pere de Ribes**  
Plaça la Vila, 1  
Sant Pere de Ribes  
Tél. 938 962 857

**Point d'information touristique de Castelldefels**  
Carrer del Pintor Serrasanta, 4  
Castelldefels  
Tél. 936 352 727

**Point d'information touristique de Sitges**  
Plaça d'Eduard Maristany, 2  
Sitges  
Tél. 938 944 251

### PARC D'OLÈRDOLA

**Office et Centre d'information de La Pleta**  
Route de Ratpenat à Plana Novella, km 3,5  
Sitges  
Tél. 935 971 819

**Musée d'archéologie de Catalogne - Olèrdola**  
**Point d'information. Conjoint Monumental d'Olèrdola**  
Tél. 938 901 420 / 934 246 577  
675 782 936

Consultez les horaires sur :  
[parcs.diba.cat/web/garraf](http://parcs.diba.cat/web/garraf)  
[parcs.diba.cat/web/olerdola](http://parcs.diba.cat/web/olerdola)

