







Itinerari segnalati

Sono sentieri circolari che ritornano al punto di partenza, tranne i sentieri indicati con l'asterisco (*). Sono pensati per mostrare la ricchezza del patrimonio naturale e culturale di diversi luoghi del parco e sono adattati, di solito, alle esigenze di un pubblico familiare.

Parco del Garraf

1   4 h 35 min  17,6 km




GR 5 Sentiero dei belvedere. Da Sitges a Olesa de Bonesvalles
Punto di partenza: valico della Fita (Sitges)

2   2 h 30 min  4,5 km

GR 92 Sentiero del Mediterraneo. Percorso costiero
Punto di partenza: la Pleta (Sitges)

3   4 h  3,5 km




GR 92 Sentiero del Mediterraneo. Da La Pleta a La Morella
Punto di partenza: la Pleta (Sitges)

4   2 h 30 min  7 km




GR 92 Sentiero del Mediterraneo. Da Begues a La Morella
Punto di partenza: Begues

5   6 h  22 km


GR 92.3 Da La Clota a L'Arboçar
Punto di partenza: Begues

6   5 h 45 min  25,7 km




GR 92.4 Dal Pla de Querol al sentiero del Mas dell'Artis
Punto di partenza: Pla de Querol (Sitges)

7   5 h 45 min  25,4 km

PR-C 37 Cascine del Garraf*
Punto di partenza: Olivella. Adattato a BT

8   6 h  15,4 km

PR-C 39 Sentiero d'Eramprunyà*
Punto di partenza: cascina di Can Llong (Gavà)

9   4 h  15,8 km

PR-C 143 Sentiero di Sant Pere de Ribes. Dalla Casa del Terme a Olerdola
Punto di partenza: Casa del Terme (Sant Pere de Ribes)

Le distanze degli itinerari sono state calcolate con la piattaforma Gooltracking e possono variare in modo sensibile se si adoperano altri sistemi metrici.

GR: itinerario di lunga percorrenza di oltre 50 km, segnalato con cartelli bianchi e rossi.

PR: sentiero di breve percorrenza tra i 10 e i 50 km, segnalato con cartelli bianchi e gialli.

SL: sentiero locale lungo meno di 10 km, segnalato con cartelli bianchi e verdi.




La vostra opinione ci aiuta a migliorare

Potete compilare il questionario che troverete nel link del QR






Itinerari senyalitzats




10   1 h 24 min  5,8 km




SL-C 100 Castel Vell di l'Olivella*
Punto di partenza: Olivella

11   1 h 20 min  6,1 km

SL-C 99 Da Cal Ganxo a La Morella
Punto di partenza: Cal Ganxo (Castelldefels)

12   30 min  1,3 km

Itinerario artistico di Vallgrassa*
Punto di partenza: Vallgrassa. Centre Experimental de les Arts (Begues)

13   40 min  1,2 km



Itinerario botanico de La Pleta*
Punto di partenza: La Pleta (Sitges). Adattato parzialmente a persone a mobilità ridotta

14   9 min  0,5 km

Itinerario sensoriale di Can Grau*
Punto di partenza: Scuola di Natura Can Grau (Olivella). Adattato a persone con disabilità visiva

15   4 h 5 min  17,1 km




GR 92 Sentiero del Mediterraneo. Da Vilanova i la Geltrú a L'Arboç
Punto di partenza: Vilanova i la Geltrú

16   5 h 30 min  19,2 km

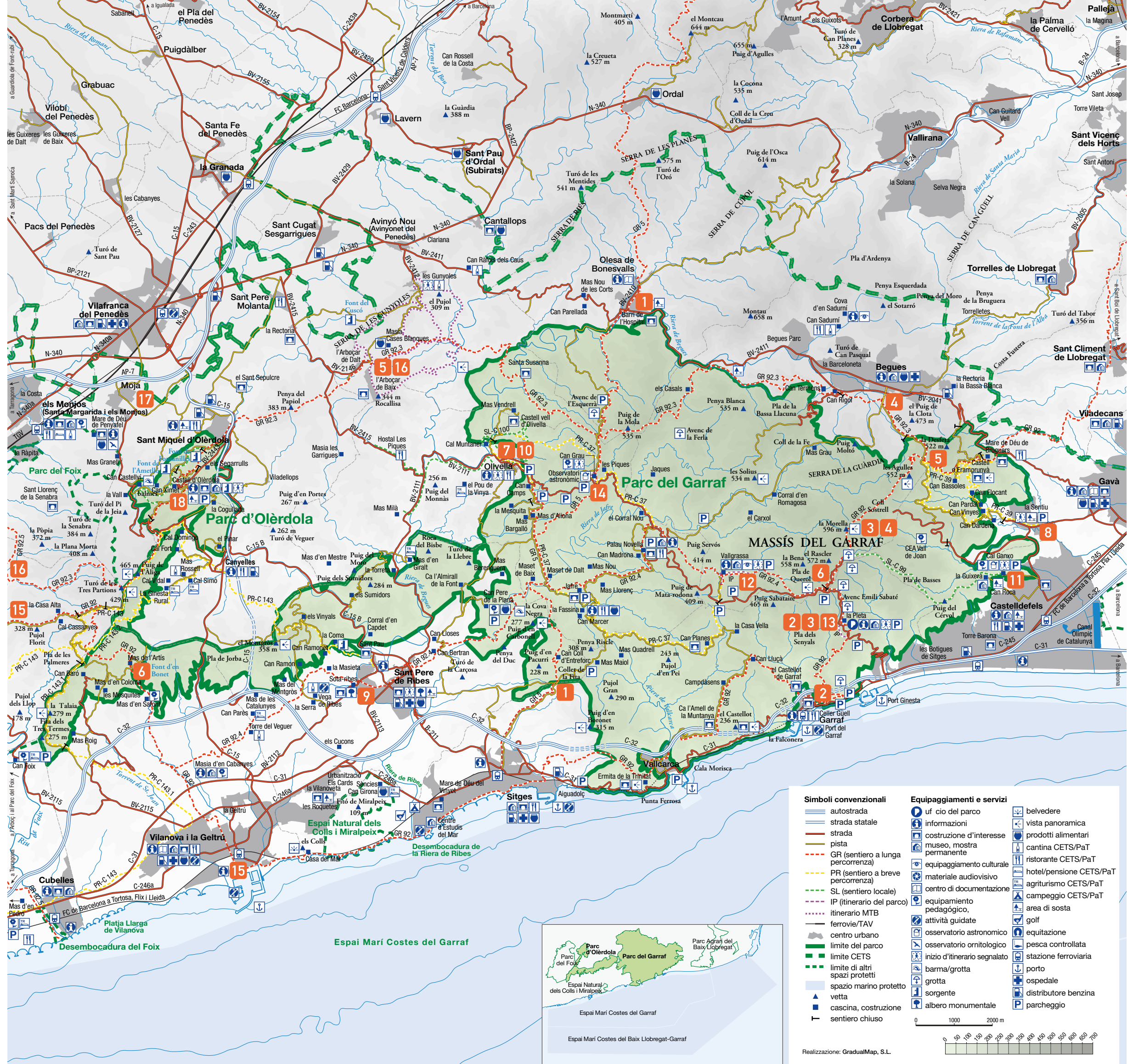
GR 92 Da L'Arboçar a Castellet
Punto di partenza: L'Arboçar

17   6 h 30 min  27,6 km

PR-C** Itinerario dell'acqua e del vino
Punto di partenza: Moja (Olerdola)

18   2 h 30 min  6,5 km

SL-C** Itinerario delle sorgenti e dei fomi
Punto di partenza: castello di Olerdola



Nei Parco d'El Garraf la roccia calcarea ha creato un paesaggio esotico, ricco di forme carsiche – scannellature, doline e campi solcati – e con una vegetazione autoctona. Le capanne in pietra secca e i muretti a secco si confondono tra la pietra bianca e circondano antiche cascine e alcuni dei paesini che si trovano all'interno del parco.

Situato nei contrafforti di El Garraf, il Parco d'Olerdola ha un paesaggio con una serie di campi, brughiere e macchie. Olerdola è una torre di vedetta naturale coronata da un complesso monumentale chiuso da una muraglia, opera successiva di epoca iberica, romana e medievale. Sulla vetta si trova la chiesa di Sant Miquel, il cui corpo principale risale al XII secolo.

Dati principali

PARCO DEL GARRAF
Anno d'approvazione del piano speciale: 1986
Autorità competente: Area degli Spazi Naturali e delle Infrastrutture Verdi del Consiglio Provinciale di Barcellona
Municipi: Avinyonet del Penedès, Begues, Castelldefels, Gavà, Olesa de Bonesvalles, Olivella, Sant Pere de Ribes, Sitges e Vilanova i la Geltrú
Superficie del parco: 12.377 ha

PARCO D'OLÈRDOLA
Anno d'approvazione del piano speciale: 1992
Autorità competente: Area degli Spazi Naturali e delle Infrastrutture Verdi del Consiglio Provinciale di Barcellona
Municipi: Canyelles i Olerdola
Superficie del parco: 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



Consigli utili per il vostro soggiorno nel parco

Le buone pratiche

Gli spazi naturali protetti sono luoghi dove si possono svolgere attività all'aria aperta e conoscere il patrimonio naturale e culturale. Utilizzate la rete di piste e sentieri segnati.

L'uso della bicicletta

- Rispettate la precedenza dei pedoni ed evitate di causare loro dei problemi.
- Adeguate la velocità al tipo di strada. Nelle piste, la velocità massima è di 20 km/h.
- Circolate soltanto per le strade, piste forestali o sentieri di oltre tre metri di ampiezza. Seguite gli stessi consigli della circolazione motorizzata.
- Per motivi giustificati, in determinate zone del parco la circolazione in bicicletta può essere limitata temporaneamente o in modo permanente.

La circolazione motorizzata

- La circolazione di veicoli è limitata alle piste aperte al pubblico e non è consentita attraverso i campi, nelle piste tagliafuoco o nei letti di fiumi e torrenti.
- Moderate la velocità per evitare d'investire persone o fauna selvatica. La velocità massima nelle piste è di 30 km/h.
- Il rumore provocato da alcuni veicoli è nocivo per le specie sensibili, come i rapaci, che possono abbandonare le loro aree di nidificazione.
- L'erosione provocata dagli slittamenti determina la comparsa di buche e fossi lungo la rete viaria. Circolate con attenzione e moderazione, soprattutto nelle discese e in presenza di zone fangose.
- Non parcheggiate davanti alle catene che delimitano l'accesso ai sentieri né sui bordi delle strade.

Visitiamo il parco in sicurezza

- Pianificate l'itinerario e portatevi sempre una cartina per orientarvi.
- Cercate di camminare sempre lungo i sentieri chiaramente indicati o segnalati.
- Indossate scarpe adatte, portatevi dell'acqua, una provvista di cibo, abbigliamento comodo e anche un cappellino, occhiali da sole e protezione solare.
- Se siete in gruppo, non perdetevi il contatto visivo con il resto dei vostri compagni. Non abbandonate e non lasciatevi mai indietro un compagno d'escursione.
- Il vento forte può provocare la caduta di rami e di altri elementi. Sulle creste montane può aumentare il rischio di incidenti. In condizioni meteorologiche di vento intenso, evitate i luoghi esposti.
- In caso di nebbia è facile perdere l'orientamento. Non abbandonate il sentiero principale.

- In caso di piogge o tempeste elettriche, abbandonate le creste delle vette, gli alberi isolati e gli ingressi delle grotte. Un bosco fitto può servirvi da riparo.

Cosa fare con i rifiuti?

- È responsabilità dei visitatori portarsi appresso i rifiuti generati dalla loro attività e riciclarli.

Come possiamo aiutare a prevenire un incendio?

- Non è consentito appiccare fuochi né fare barbecue fuori dagli spazi indicati.
- Bisogna essere molto prudenti con tutto quanto implica un pericolo d'incendio, come i mozziconi di sigarette, la circolazione motorizzata o i rifiuti abbandonati.
- Date l'allarme se vedete del fumo sospetto. Avvisate il 112.

Gli animali domestici

- I proprietari degli animali domestici sono responsabili del loro comportamento e non devono alterare l'attività né degli abitanti del parco né degli altri visitatori.
- I cani devono essere portati al guinzaglio. Dovete fare attenzione al comportamento dei vostri cani o altri animali domestici, soprattutto quando vi avvicinate a persone, a una cascina o a un gregge.
- Cercate di raccogliere gli escrementi degli animali, soprattutto nei luoghi più frequentati dai visitatori.
- Non abbandonate mai gli animali domestici: è un comportamento soggetto a infrazione. Possono diventare animali aggressivi e causare danni agli ecosistemi naturali.
- I cani pericolosi, oltre che essere portati al guinzaglio, devono portare la museruola. I cani pericolosi sono quelli previsti dalla legge, ma anche quelli che hanno un comportamento aggressivo.

La speleologia

- Bisogna rispettare le misure di sicurezza e comunicare quale grotta o scannellatura si ha intenzione di visitare. Si consiglia di possedere una formazione specifica. Quest'attività può non essere permessa in determinati periodi per proteggere la biodiversità dell'ambiente sotterraneo. Troverete informazioni dettagliate nei punti d'accesso.
- All'interno di alcune cavità possono verificarsi attacchi di ipossia a causa di una bassa concentrazione di ossigeno. Si consiglia di portare dispositivi per quantificare l'ossigeno (alla Pleta c'è un servizio di noleggio) e di informare della situazione l'ufficio del parco o la Federazione Catalana di Speleologia.

Ulteriori raccomandazioni

Se c'è il rischio che nevichi o se ha nevicato, consultate lo stato delle strade e delle piste nella pagina web del parco. Guidate con precauzione, rispettate la segnaletica e le indicazioni delle guardie forestali e degli informatori.

Il campeggio libero non è mai consentito, nemmeno ai camper.

La presenza e l'attività umana hanno lasciato un complesso di manifestazioni architettoniche e artistiche nel corso degli anni. Bisogna rispettare questo prezioso patrimonio culturale.

Rispettate la natura e la tranquillità del paesaggio. Bisogna evitare rumori non necessari.

Rispettate le attività agricole e di pastorizia, essendo il sostentamento di molti abitanti del parco.

Lo sfruttamento forestale è un'attività tradizionale nella maggior parte dei parchi naturali. I disboscamenti sono regolati dalla Legge Forestale della Catalogna e dal regolamento dei parchi.

Per proteggere le popolazioni della fauna autoctona è proibito liberare animali domestici o esotici che possano provocarne l'espulsione dal loro habitat.

La caccia è regolata dalla legge ed è permessa soltanto nelle riserve di caccia esistenti. Se incappate in una battuta di cinghiali, dovete rispettare la segnaletica e non allontanatevi dai sentieri.

La circolazione di cavalli va limitata alle piste aperte al pubblico e non è consentita nei campi, nelle piste tagliafuoco o nei letti di fiumi e torrenti.

Se raccogliete dei funghi, non rovinare il bosco usando attrezzi o scavando la terra.

Se trovate qualche tartaruga, rispettatala. Ricordate che è una specie protetta e che la cattura e il possesso sono punite dalla legge.

La palma nana è una specie protetta dalla legge e ne è vietata la raccolta.

L'attività delle scalate è regolata. Rispettate le indicazioni che troverete nei punti d'accesso alle scalate.

Il volo di droni a scopo ricreativo non è consentito negli spazi naturali che fanno parte della Rete dei Parchi Naturali della Diputació di Barcellona, affinché non interferiscano con la nidificazione o il volo degli uccelli. Consultare la normativa sul sito dell'Agenzia Statale per la Sicurezza Aerea (AESA) (www.seguridadeaerea.gob.es).

L'uso dei droni è consentito solo nelle attività professionali che abbiano come obiettivo diretto o indiretto il miglioramento delle misure di prevenzione e conservazione, o quelle di carattere divulgativo che contribuiscano a raggiungere gli obiettivi dei piani speciali di protezione vigenti.

Carta Europea del Turismo Sostenibile

I parchi del Garraf e di Olèrdola hanno ricevuto il riconoscimento della Carta Europea del Turismo Sostenibile (CETS), uno strumento di gestione che garantisce che la fruizione turistica dei parchi si sviluppi in modo compatibile con la conservazione del territorio. Le aziende che ottengono questo riconoscimento europeo partecipano alla strategia turistica dei parchi per offrire servizi di qualità con l'obiettivo di proporre un turismo sostenibile e sono le seguenti:

Alloggi

Càmping El Garrofer. Crta. C-246a, km 39. Sitges. Tel. 633 144 126. www.campingelgarrofer.com

Càmping Sitges. Crta. C-246a, km 48. Sitges. Tel. 938 941 080. www.campingsitges.com

Masia Can Parès. Disseminat Masia Can Parès, 46. Sant Pere de Ribes. Tel. 671 930 516. <https://masiacanpares.com>

Masia Mas d'en Giralt. Crta. BV- 2111, km 9,5. Sant Pere de Ribes. Tel. 697 715 974. www.masdengiralt.com

Masia Pou de la Vinya. Masia Pou de la Vinya. Olivella. Tel. 639 658 986. www.poudeLavinya.com

Residència Casa de Pagès Cal Simó. Fondo de les Alsinès, 109 (Disseminat Can Coll, 20). Canyelles. Tel. 673 208 025. www.masiaruralcalximo.com

Sències Can Girona. Crta. C-246a, km 39,2. Sitges. Tel. 620 804 899. www.sencies.com

Enoturismo

Celler Vega de Ribes. Camí del Montgròs, 18. Sant Pere de Ribes. Tel. 649 480 024. www.vegaaderibes.com

Centre d'Interpretació de la Malvasia de Sitges. Plaça Joan Duran i Ferrer, s/n. Sitges. Tel. 649 929 302. cellerdelhospital.cat/cim-centre-interpretacio-malvasia/

Ristoranti

La Posada de Sant Pere Molanta. C. Sant Pere, 20. Sant Pere Molanta (Olèrdola). Tel. 665 258 254. www.posada-piques.com

Les Piques. Avinguda de Can Turiols, 1A. Olivella. Tel. 665 258 254. www.posada-piques.com

Nòmada Beach. Platja de Sitges. Sitges. Tel. 695 180 187. www.greenplanetnomada.com

El Nàutic. Port Garraf. Escullera de Ponent, s/n. Sitges. Tel. 609 107 331. elnautic.com

Attività ricreative ed educazione ambientale

Associació Cetàcea. Torre de Capitanía, s/n. Passeig de les Drassanes. Sitges. Tel. 666 985 631. associaciocetacea.org

Can Grau Escola de Natura. Pista forestal asfaltada d'Olivella a Plana Novella, km 3,5. Olivella. Tel. 650 540 246. cases.fundesplai.org/equipament/can-grau/

Club Nàutic del Garraf. Port del Garraf. Sitges. Tel. 639 307 919. www.clubnauticgarraf.com

Cova d'en Sadurni. Pla de Can Sadurni, s/n. Begues. Tel. 606 805 537. www.begues.cat/begues/equipaments/cova-de-can-sadurni.html

Descoberta. Rambla de l'Exposició, 107, local 2. Vilanova i la Geltrú. Tel. 661 658 192. descoberta.cat

Edulis. Centre Cívic Moli de Vent, despatx 1. Carrer de l'Aigua, 203-205. Vilanova i la Geltrú. Tel. 630 678 885. www.edulis.cat

Hacia El Sup. Platja de les Casetes, Garraf. Sitges. Tel. 639 649 569. www.haciaelsup.com

Mas d'en Safont. Torrent de la Pastera, km 4. Vilanova i la Geltrú. Tel. 634 676. 787. www.masdensafont.com

Monestir Budista del Garraf. Plana Novella, s/n. Olivella. Tel. 658 431 466. www.monjesbudistas.org

Nootka Kayak. Platja de les Anquines, s/n. Sitges. Tel. 938 100 256. www.nootka-kayak.com

Observatori Astronòmic del Parc del Garraf. Camí d'Olivella a Plana Novella, km 3,5. Olivella. Tel. 651 426 872. www.planetari.cat

Roc Roi. Moll de Ponent, s/n. Vilanova i la Geltrú. Tel. 938 160 351. www.rocroi.com

Saphira Dive. C. Manuel Tomàs, 26, baixos esquerra. Vilanova i la Geltrú. Tel. 657 196 231. www.saphiradive.com

Turismo Vivencial. Rambla de l'Exposició, 59. Vilanova i la Geltrú. Tel. 623 599 388. www.turismovivencial.com

Gastronomia legata al parco

Parc a taula è un programma di sviluppo economico promosso dalla Diputació di Barcellona che si rivolge agli operatori privati che, attraverso la loro attività, contribuiscono alla conservazione, valorizzazione e divulgazione degli spazi naturali protetti. Potete ampliare e scaricare le informazioni su parcs.diba.cat/web/parc-a-taula.



Noleggio di materiale adattato

Nell'Ufficio del Parco d'El Garraf e del Parco d'Olèrdola, la Pleta, troverete un servizio di noleggio di materiale adattato, composto da *handbikes* e terze ruote da adattare al seggiolino dell'utente, e anche diversi materiali pedagogici e divulgativi scritti in Braille. Bisogna compilare il modulo del prestito. Tel. 935 971 819.

Centri e punti d'informazione

PARCO DEL GARRAF

Ufficio e Centro d'informazione la Pleta
Carretera de Ratpenat a Plana Novella, km 3,5
Sitges
Tel. 935 971 895

Vallgrassa. Centre Experimental de les Arts
Carretera de Ratpenat a Plana Novella, km 7,5
Sitges
Tel. 937 440 656

Osservatorio Astronomico del Parco del Garraf
Camí d'Olivella a Plana Novella, km 3,5
Olivella
Tel. 685 233 575

Centro d'Informazione Petit Casal di Begues
Passeig de l'Església, 1
Begues
Tel. 936 392 509

Punto d'Informazione d'Olesa de Bonesvalles
Plaça de la Vila, s/n
Olesa de Bonesvalles
Tel. 938 984 375

Centro d'Informazione la Sala d'Olivella
Plaça Major, s/n
Olivella
Tel. 938 968 465

Punto d'Informazioni Turistiche di Sant Pere de Ribes
Plaça la Vila, 1
Sant Pere de Ribes
Tel. 938 962 857

Punto d'Informazioni Turistiche di Castelldefels
Carrer del Pintor Serrasanta, 4
Castelldefels
Tel. 936 352 727

Punto d'Informazioni Turistiche di Sitges
Plaça d'Eduard Maristany, 2
Sitges
Tel. 938 944 251

PARCO D'OLÈRDOLA

Ufficio e Centro d'informazione la Pleta
Carretera de Ratpenat a Plana Novella, km 3,5
Sitges
Tel. 935 971 819

Museo d'Archeologia della Catalogna – Olèrdola. Punto d'Informazione Conjunt Monumental d'Olèrdola
Tel. 938 901 420 / 934 246 577
675 782 936

Consultate gli orari qui:
parcs.diba.cat/web/garraf
parcs.diba.cat/web/olerdola