

Costa Brava – På egen hånd



Afgange i 2008: Dagligt fra marts til juni og fra september til november

(Andre datoer på forespørgsel – minimum 2 personer)

Ref. number: -

Last edited by: OK, 15/01/08

Indledning:

Gå med et stykke af vejen ad den berømte vandresti GR-92, som begynder i Italien og følger Middelhavskysten helt ned til Sydspanien.

Turen går gennem den charmerende Empordà region i det nordøstlige Spanien, der med sine maleriske middelalderlandsbyer, fyrretræsklædte bjerge og bakker, sine små charmerende bugter og hvide strande er indbegrebet af Katalonien. Når vandredagen går på hæld er der rig lejlighed til at slappe af i skøn natur og nyde det katalanske køkkens små mirakler på de mange lokale restauranter. Denne tur er et rigtig godt valg, hvis det er første gang, du skal på vandreferie.

Særlige højdepunkter på turen:

- **Begur** – Bugten langs kysten af Begur, der ligger mellem Aiguablava og Sa Riera, går for at være en af de smukkeste i hele Costa Brava.
- **Calella de Palafrugell** – Er en af de tre pragtfulde strande i Costa Brava (de andre er Llafranc og Tamariu.)
- **Palamos** - Palamos et moderne feriested bygget omkring havnen. Byen stammer oprindeligt fra år 1277, og har både bevaret en gammel bydel såvel som bygget mere moderne del til.
- **Cap Roig botaniske Have** blev grundlagt af Madame de Woevodsky helt tilbage i 1924, hvor der blev plantet 40ha fyrretræer, bygget et slot og anlagt en have.
- **Torroella de Montgrí** Byen ligger lidt inde i landet og er opkaldt efter bjerget af samme navn.
- **Pals** En hyggelig middelalder by beliggende på en bage kun få km fra kysten. Byen blev ødelagt under borgerkrigen, men mange af husene er

smukt restaurerede og byen emmer af atmosfære.

Turen dag for dag

Dag 1: Ankomst til lufthavnen i Girona. (ca. 95 km nordøst fra Barcelona). Med offentlig transport til La Fosca i Palamos (distance: 45km). Mulighed for at bestille privat transfer gennem Penguin Travel. Kørerplan findes på følgende link: http://www.sarfa.com/paginas/aeroporto_CENTRO.html
Overnatning på hotel.
/aftensmad/

Dag 2: Palamos – Calella de Palafrugell

Feriers første trek er en kortere tur fra La Fosca til Calella de Palafrugell. Efter vandreturen er der tid til afslapning og dukkert. Aftensmad på hotel Sant Roc med fantastisk udsigt over fiskerlejet.
Distance; 10 km, vandretid; 2½ t.
/morgenmad, aftensmad/

Dag 3: Calella de Palafrugell – Calella de Palafrugell

Dagens trek er en cirkeltur, hvor du både får mulighed for at nyde den fantastiske kystlinie og komme lidt længere ind i landet, hvor du kommer forbi ruinerne af den Iberiske by Castell. Undervejs vil passere Cap Roig og besøge en botanisk have. Aftensmad på hotellet.
Distance; 18 km, vandretid; 4t.
/morgenmad, aftensmad/

Dag 4: Calella de Palafrugell – Begur

Efter morgenmaden sættes bagagen i receptionen, hvorefter den vil blive transporteret til det næste hotel. Ruten går i dag ad GR-92 til Begur, en interessant landsby med "indianske" huse bygget af catalanere, der kom hjem fra Amerika i starten af det 19. årh. med

penge på lommen. Undervejs vil du kunne nyde synet af de smukke fyrstårne i Sant Sebastià og Cala Pedrosa. Overnatning på hotel i Begur.

Distance: 13 km, vandretid: 3 t.
/morgenmad, aftensmad/

Dag 5: Begur – Sant Feliu de Boada

Turen fortsætter ad GR-92 gennem vin- og rismarker til den lille landsby Sant Feliu Boada inde i landet. Undervejs passerer den charmerende middelalderlandsby Pals, der absolut fortjener et stop for at nyde en enestående og særdeles intakt arkitektur. Ikke at forglemme den fantastiske udsigt over Medes- og Montgribjergene. Dagens mål er byen Sant Feliu de Boada, hvor bagagen venter på dig på det skøn landssted, hvor du skal overnatte.

Der findes flere gode spisesteder i byen (aftensmad på egen hånd).
Distance: 10 km, vandretid; 2½ t.
/morgenmad/

Dag 6: Sant Feliu de Boada – Sant Feliu de Boada

I dag går turen over i forholdsvist flat terræn tover Peratallada til Ullastret, hvorfra vi vandrer tilbage til Sant Feliu de Boada.

Aftensmad på egen hånd på en af byens mæge hyggelige restaranter.
Distance: 19 km, vandretid; 5½ t.
/morgenmad/

Dag 7: Efter morgenmaden er der afgang til Girona/Barcelona (Det er muligt at tage af sted på egen hånd eller bestille transfer hos Penguin.)

/morgenmad/

DETALJERET ROAD BOOK OG VANDREKORT PÅ ENGELSK UDLEVERES VED ANKOMSTEN

Kost og logi

4 nætter på 3*** hotels, og 2 nætter på guesthouses med en-suite faciliteter, halvpension i 4 dage og morgenmad i 2 dage.

Bagagetransport

Din bagage vil blive transporteret til det næste hotel. Husk at medbring en dagsrygsæk.

Tur type: IT - På egen hånd

Sværhedsgrad: B - Moderat

Anbefalet rejseperiode: Marts-juni og september-november.

Vejret:

En af de største attraktioner i Costa Brava er det varme og behagelige Middelhavsklima året rundt. Juli og august er særdeles varme måneder med temperaturer over 30 grader. Augustmåned er den måned, hvor de fleste spaniere holder ferie, så hvis man gerne vil være omgivet af lidt færre turister er forårs eller efterårsmånederne at foretrække. Både oktober og November måned kan være regnfylde med lidt kølige temperaturer, men stadig med en del solskin.

Generelle bemærkninger:

- Programmet er tilrettelagt sådan at du vandre mellem 10-19 km pr. dag.
- Ruterne er klart afmærkede med røde og hvide mærker (GR92) + retningsangivelser.

Udstyr og beklædning

Nødvendigt udstyr: Mobiltelefon til brug for nødstilfælde i bjergene. Se detaljeret udstyrsliste under punktet "Generelle oplysninger".

Rejseforsikring:

Vær opmærksom på, at det gule sygesikringskort ikke dækker hjemtransport og at det derfor er nødvendigt at tegne en rejseforsikring.

Vaccination:

Se under punktet "Generelle oplysninger".

Gruppestørrelse: Min. 2 personer.

Prisen på landarrangement inkluderer:

kost og logi iflg. program, vandrekort og road book på engelsk, bagagetransport under hele turen, alle skatter og afgifter

Prisen på landarrangement inkluderer

ikke: fly, måltider uden for programmet, drikkepenge, drikkevarer entreer som ikke er nævnt i programmet og andre personlige udgifter.. Rejse- og afbestillingsforsikring er ikke inkluderet i prisen.

Ekstra services:

Transfers til og fra lufthavnen:
Barcelona lufthavn – Palamos
156 Euro (1-4 personer)
Girona lufthavn – Palamos
57 Euro (1-4 personer)
Sant Feliu de Boada – Barcelona lufthavn
180 Euro (1-4 personer)
Sant Feliu de Boada – Girona lufthavn
68 Euro (1-4 personer)
2 nætter i Barcelona på 2-3* hotel i centrum (Bed & Breakfast).
Sant Feliu de Boada – Flaca togstation
35 euro.

GENERELLE OPLYSNINGER

Turtype

IT – På egen hånd

Der er ingen guide på denne type ture. Du rejser alene, men vi sørger for overnatning og /nogle/ transfers. Nogen gange vil du komme til at rejse sammen med andre. Guide kan arrangeres efter ønske. Vi tager det for givet, at du er i stand til at læse kort.

Sværhedsgrad

For at du får det størst mulige udbytte af din rejse, er det vigtigt, at du vælger en tur, der passer til både din form og din erfaring med at vandre, cykle eller ride. Uanset hvordan du vælger at færdes i bjergene, stiller det krav til din kondition, og vi anbefaler derfor, at du forbereder dig hjemmefra enten ved at svømme, cykle, gå ture eller andre motionsformer. Det er vigtigt både for dig selv og af hensyn til gruppen, at du vælger en sværhedsgrad, der passer til dig

B: Moderate

Kan du vandre en weekend, kan du gennemføre en tur på dette niveau. Du skal have et godt helbred og ikke være i alt for dårlig form. Der er enten tale om længere dage med let vandring eller kortere dage med lidt sværere vandring. Noget af vandringen vil typisk foregå i højden. Vandrestierne er som regel i god stand. På enkelte dage kan man også vælge at lade sig transportere i bus sammen med bagagen.

Udstyr og beklædning:

Vi anbefaler at du rejser så let som muligt, således at din rygsæk ikke vejer mere end 10 – 15 kg.

Anbefalet udstyr: Vandtæt rygsæk (60 l) & en dagsrygsæk (35 l); vandtætte vandrestøvler der støtter omkring anklerne; sandaler; Shorts (gerne letvægts shorts); gemacher; Behagelige løstsiddende bukser til at vandre i; regntøj; fleece jakke der er både vind-og vandtæt – gerne letvægt (åndbarhed og komfort er vigtigt!); solhat/kasket; solbriller med UV beskyttelse; solcreme og læbepomade; vandflaske; pandelampe, lommelygte; mobiletelefon; undertøj (ikke bomuld); myggenet; vandrestave.

Vaccination

På disse adresser: www.vaccination.dk; www.dlvs.dk kan du finde oplysninger og anbefalinger om hvilke vaccinationer, der kan være aktuelle for dig på dette rejsemål. Det er altid en god idé at kontakte din egen læge.

Valuta og personlige udgifter:

I Spanien betaler man med Euro og cents. De fleste steder accepterer udenlandske

kreditkort, men når man besøger små landsbyer og lokale markeder/små forretninger, er det altid godt at have kontanter på sig, hvis man skulle lade sig friste af de lokale specialiteter.

Derudover er det en god ide at have valuta i mindre sedler.

Priseksempel:

- Kaffe – 1.5 Euro
- Te – 1.5 Euro
- Øl - 1 Euro
- Sodavand – 1Euro
- Kildevand - 0.6 Euro
- 1 flaske god rødvin (local) (0,75 l) – 8-10 Euro
- Tre-retters-frokost – 10-15 Euro
- Frokostpakke – 5 Euro

Mobildækning

Generelt er der mobildækning i hele Spanien. Dog er der enkelte mindre områder med udfald eller helt manglende dækning – typisk i bjergene.

Elektricitet

Standarden i Spanien er 220 volt, men også 115 volt findes stadig i landet. For begge del gælder det, at man skal benytte runde to-benede stik. Jordstik er ikke så almindelige i Spanien og der findes ofte stikkontakter i vådrum og andre steder, hvor der bør udvises stor forsigtighed ved brug af elektriske artikler. Uden for byerne kan der under fx kraftigt blæsevejr ske udfald af strømmen. Det er muligt at benytte elektriske artikler købt i Storbritanien, mens det ikke er muligt at benytte 110V artikler fra USA.

Kort om Spanien:

Areal – 504 782 km².
Grænser: Nord – Atlanterhavet, Nordøst: Frankrig (623), Andorra (63.7 km), Øst og Syd – Middelhavet, Gibraltar (1.2 km), Vest: Portugal (1,214 km)
Kyststrækning: 4,964 km
Relief: laveste punkt: Atlanterhavet 0 m, **højeste punkt:** Pico de Teide (Tenerife) på Kanarie Øerne.s 3,718 m, landets længste flod: Tagus – 1 010 km
Indbyggere – 40,448,191 (July 2007)
Hovedstad - Madrid (5 603 292)
Største byer – Madrid (5 603 292), Barcelona (5 328 395), Valencia (1 465 081), Sevilla (1 294 081), Malaga (1 019 292) etc.
Etniske grupper – Spaniere – 72,3 %, Catalanere – 16,3 %, Galiciere 8,1 %, Baskere – 2,3 %, andre – 1 %
Religion – Romersk Katolsk 94%, andre 6%

Erhvervsområder – frugt og grønt, industri, fiskeri og turisme.

Sprog: Catalansk spansk (official) 74%, Catalansk 17%, Galicisk 7%, Baskisk 2%.

Beskyttede områder: 13

Nationalparker og hundrederevis af nature parker, reservater og andre beskyttede områder.

Klima:

De kendte kystområder Costa Brava, Costa Blanca og Costa del Sol coasts er omfattet af det varme middelhavsklima (over 20C om sommeren) og her findes pragtfulde lange hvide sandstrande.

Temperaturkurve over Costa Brava

