

Katalonien Tourismus

Grand Tour de Catalunya: Wandern zwischen Meer und Bergen

Catalan Tourist Board Team · Wednesday, October 7th, 2020

Die Vielfalt ganz unterschiedlicher Landschaften lädt dazu ein, Katalonien zu Fuß oder mit dem Rad zu erkunden. Wer keine Lust hat, im Urlaub nur am Strand zu liegen, kann wandernd oder mit dem Fahrrad die schönsten Flecken zwischen Meer und Bergen entdecken. Gemütliche Spaziergänge wechseln hier mit anspruchsvollen Wanderungen ab. Aber immer bleibt Zeit, unterwegs die Flora und Fauna kennenzulernen, denn die Landschaft prägt die Menschen und ist ein Teil unserer Kultur.

Unsere Grand Tour für Outdoorfans führt Sie in sechs Etappen durch Naturparks, zu seltenen Vögeln und Schmetterlingen und in Landschaften, die zum genussvollen Wandern einladen. Sie können diese Rundtour entweder als eine Strecke fahren oder Katalonien in kleinen Abschnitten kennenlernen. Nehmen Sie sich für die einzelnen Etappen einfach so viel Zeit, wie es Ihnen am besten passt. Erkunden Sie die schönsten Wanderstrecken, entdecken sie die Naturparks und genießen Sie die Gran Tour durch Katalonien.

Etappe 1: Girona – Costa Brava

Etappe 2: Barcelona: Montseny und Montserrat

Etappe 3: Tarragona – Costa Daurada

Etappe 4: Lleida und die Sterne

Etappe 5: Pyrenäen – Cadí Moixeró

Etappe 6: Alta Garrotxa – Vulkane in Olot

Etappe 1: Girona – Costa Brava

Cap de Creus

Die erste Etappe der Grand Tour für Naturfreunde beginnt am Cap de Creus, im Nordosten Kataloniens. Die faszinierenden Naturlandschaften des Caps inspirierten schon Salvador Dalí liessen den Künstler Zeit seines Lebens nicht mehr los. Die bizarren Felsen des Pla de la Tudela und die Bucht in Portlligat kommen in zahlreichen seiner Werke vor.

Zu den zahlreichen Wanderwegen am Cap de Creus gehören Strecken wie der GR11 zwischen Port de la Selva und dem Far de Cap de Creus. Gut fünf Stunden geht es hier durch eine karge, felsige Landschaft. Aber gerade diese Steine sind es, die den Naturpark zu etwas Besonderem machen, denn die schroffen Felsen, die man hier findet, liegen normalerweise viele Kilometer unter dem Meeresspiegel. Gewaltige Kräfte brachten die seltenen Gesteine am Cap de Creus vor Millionen Jahren an die Oberfläche. In dieser ganz speziellen Landschaft wachsen natürlich auch Pflanzen wie wilde Pistazien, Stech-Wacholder oder Grasnelken.



(c) Nicole Biarnés

Aiguamolls

Ganz und gar nicht karg, sondern von üppigem Grün bewachsen sind die Wege im Naturpark Aiguamolls. Um kleine und große Vögel zu beobachten, ist das Sumpfgebiet in der Bucht von Roses der ideale Platz für **Birdwatcher**. Schon bei einem kleinen Spaziergang durch das Sumpfgebiet gibt es viele einheimische aber auch exotische Vogelarten zu entdecken. Neben Sturmtauchern, Rohrdrommeln, Purpurhühnern und Löffelenten, sind für Laien die Flamingos einfach hübsch anzusehen, wenn sie vor dem Panorama der Berge hier durch das Wasser stelzen. Sobald die Störche im Frühjahr ihre Nester bauen, wird es hier auch mal laut. Dann übertönt das Geklapper der langbeinigen Zugvögel ihre gefiederten Kollegen und die Störche machen ihrem Namen alle Ehre.

Camins de Ronda

Fast 200 km führt der GR 92 an der katalanischen Küste entlang. Wo sich früher die Schmuggler heimlich von Bucht zu Bucht schlichen, freuen sich heute die Wanderer an der tollen Aussicht. Denn die meisten Streckenabschnitte des GR 92 verlaufen längs der alten **Camins de Ronda**. In den letzten Jahrzehnten wurden immer wieder neue Abschnitte eingefügt und für Wanderer zugänglich gemacht.



(c) Nicole Biarnés

Besonders schön sind die Abschnitte des alten Schmugglerwegs zwischen Begur und Palafrugell. Von Bucht zu Bucht schlängelt sich der Weg direkt an den Felsen der Küste entlang. An den winzigen einsamen Stränden, die man sonst nur vom Wasser aus erreichen kann, darf man zwischendurch ein erfrischendes Bad nehmen.



(c) Nicole Biarnés

Burricleta

Das Baix Empordà und die Reisfelder rund um das malerische Pals laden zu gemütlichen Radtouren durch mittelalterliche Dörfer ein. Hier kann man ein ganz besonderes Fahrrad ausprobieren, die **Burricleta**. Der Name burricleta setzt sich aus burro català, dem traditionellen katalanischen Esel, und dem Wort für Fahrrad bicicleta, zusammen. Das ergibt einen katalanischen Drahtesel, der auch gleich passend für einen lustigen Tag auf dem Land „verkleidet“ ist. Einen Nachmittag sollte man sich für diese Radtour mit dem Ebike unbedingt frei halten.

Eine zentrale Unterkunft, von der aus man alle Wanderstrecken gut erreichen kann, ist das romantische Hotel **El Racó de Madremanya**. Wer mit dem Wohnmobil oder einem Campingbus unterwegs ist, findet in der Bucht von Roses zentrale gelegene Campingplätze wie die **Ballena Alegre**.



(c) Nicole Biarnés

Etappe 2: Rund um Barcelona

Naturpark Montseny

Nur dreißig Kilometer vor den Toren der Metropole Barcelona erstrecken sich die Wälder des Montseny, Heimat der Hexen und Räuber. Bei den Wanderungen im Naturpark kann man nicht nur Gipfel erklettern, sondern viele alte Legenden aufspüren. Ein kleines [Museum](#) erzählt anschaulich die Geschichten des Räubers Serrallonga oder der geheimnisvollen Wasserfrauen, die sich in den zahlreichen Gorgs des Waldes tummeln sollen.

Gipfelstürmer werden es sich nicht nehmen lassen, einen der drei Gipfel des Montseny zu erklimmen. Mit dem Turó de l'Home, Les Agudes und Matagalls wird das Bergmassiv nämlich gleich von mehreren Bergspitzen gekrönt. Von Santa Fe aus geht es in drei bis vier Stunden hinauf zu Les Agudes, einem Gipfel der auf immerhin 1700 m Höhe liegt. Von dort aus kann man bei guten Wetterbedingungen bis zum zweiten Gipfel, dem Turó de l'Home, weiter wandern, ehe man sich wieder an den Abstieg macht.



(c) Nicole Biarnés

Montserrat

Im Montserrat folgen wir auf unserer Wanderung den Spuren der Mönche die früher die kleinen Einsiedeleien oben in den Bergen aufsuchten. Trainierte Bergwanderer finden hier anspruchsvolle Routen wie die Besteigung des Sant Jeroni und die Escales dels Pobres. Weniger geübte Wanderer können mit der [Bahn](#) hochfahren und sich in gemütlichem Tempo auf den Weg zum Kloster machen. Kleiner Tipp: Wer die Wandertour für den Nachmittag plant, kann rechtzeitig zum Vespersgottesdienst den Chor im Kloster miterleben.



(c) Nicole Biarnés

Frühaufsteher können vom [Hostal Abat Cisneros](#) , direkt neben dem Kloster Montserrat gelegen, gleich früh morgens in die Berge aufbrechen. Wer mehr Zeit hat, sollte das Öko-Luxushotel [Can Cuch](#) im Montseny genießen und von dort aus den Naturpark vor den Toren Barcelonas ganz gemütlich erkunden. Um der Metropole selbst noch einen Besuch abzustatten, sollte man einen extra Tag einplanen, denn in Barcelona gibt es viele spannende Museen zu erkunden.



(c) Nicole Biarnés

Etappe 3: Tarragona – Costa Daurada

Penedès

Kaum haben wir Barcelona hinter uns gelassen, schwingen wir uns im Penedès wieder aufs [Fahrrad](#). Wer es sportlich mag, mietet ein Mountainbike, wer es lieber gemütlich angeht, wählt ein hochwertiges E-Bike. Egal für welche Option man sich entscheidet, bei den geführten Touren durch die Weinberge, lernt man alles über die Reblaus und die Geschichte des Cavas. Natürlich besucht man unterwegs auch das eine oder andere Weingut und verkostet neben dem katalanischen Sekt auch die guten Weine des Penedès.



(c) Nicole Biarnés

Delta de l'Ebre

Nicht nur [Birdwatcher](#) werden im Ebrodelta große Augen machen. Dort, wo sich grüne Reisfelder erstrecken, soweit das Auge reicht, sind neben rosa Flamingos auch Schwarzflügelstelze, Ibis, der Europäische Löffler, Fischadler, Wanderfalken, Schwarzmilane oder sogar der Goldene Pirol oder die Europäische Walze zu sehen. Ein Drittel des Schwemmlandes rund um das Flussdelta ist in den achtziger Jahren zum Naturpark erklärt worden. Denn dieses besondere Ökosystem bietet nicht nur den einheimischen Vogelarten eine Brutstätte, sondern dient auch vielen Zugvögeln als Rastplatz auf ihrem Weg in den Süden.



(c) Nicole Biarnés

Priorat, Montsant und Els Ports

Kleine Wanderungen für die ganze Familie können Sie in den Bergen des Priorat unternehmen. Ein schöner Rundweg ist die drei Kilometer lange Strecke von La Bisbal de Falset, die entlang der knorrigen Bäume in den Olivenhainen, über kleine Hügel und an alten Trockenmauern vorbei führt. Eine sehr romantische Route ist die rund dreistündige Wanderung entlang des **Montsant Flusses**, bei der es im Zickzack-Kurs durch Schluchten und Wälder einer unberührten Naturlandschaft geht.

Die Natur einmal ganz bewusst erleben, kann man bei Aktivitäten wie dem **Waldbaden** im Parc Natural dels Ports, wo es außer den über hundert Jahre alten Bäumen auch Gänsegeier und Iberische Steinböcke gibt.



(c) Nicole Biarnés

Wer mit dem Auto unterwegs ist, findet zentral gelegene Hotels wie das [Hotel Priorat – Hostal Sport](#) in Falset oder das romantische [Hotel Peralta](#). Wohnmobillisten werden tolle Stellplätze in den [Weinbergen des Penedès](#) finden. Direkt am Strand, zu Füßen der mittelalterlichen Burg, liegt das [Camping Ressort Tamarit](#). Dort gibt es neben Stellplätzen mit Blick aufs Meer auch gemütliche Bungalows.



(c) Nicole Biarnés

Etappe 4: Lleida

Starlight Reserve Montsec

Ganz entspannt geht es auch in den Bergen des Montsec zu. Die Gegend zählt zu den wenigen Starlight Reserves in Europa, denn hier sind die Nächte noch so dunkel, wie die Natur sie geschaffen hat. Es gibt so gut wie keine Lichtverschmutzung durch Städte oder menschliche Siedlungen. So ein „Lichtschutzgebiet“ ist natürlich der perfekte Ort, um die Sterne zu beobachten. Der [Parc Astronòmic](#) verzaubert mit seinen Ausblicken in den Himmel selbst die kühnsten Wissenschaftler.

Congost de Mont-rebei

Abenteuerlicher wird es nun im Congost de Mont-rebei. Hier führt ein schmaler Weg direkt an der Felswand einer Schlucht entlang. Wanderer sollten besser schwindelfrei sein, um die spektakuläre Aussicht hier zu genießen. Die gesamte Strecke beträgt rund neun Kilometer und ist gut ausgeschildert. Durch die eigentliche Schlucht geht es allerdings nur knapp eine Stunde. Wem die Strecke dennoch zu abenteuerlich ist, der kann den Congost de Mont-rebei auch gemütlich mit dem Kajak durchqueren. Auf dem türkisfarbenen Wasser treibend, kann man dann die Wanderer oben in der Felswand beobachten.



(c) Nicole Biarnés

Für die Übernachtung liegt das ruhige [Monestir de les Avellenes](#) ganz in der Nähe. Dort kann man sich vor dem Besuch der Sternwarte auch gleich mit einem passenden Menü aus „Venuskrater“, „Mitternachtssonne“ und „Kollision der Galaxien“ auf einen Abend unter dem Himmelszelt einstimmen.



(c) Nicole Biarnés

Etappe 5: Pyrenäen – Cadí-Moixeró

Nationalpark Aigüestortes

Echte Gipfelstürmer zieht es natürlich in die Pyrenäen. Der Bergsee Sant Maurici im Naturpark Aigüestortes ist ein prima Ausgangspunkt für anspruchsvolle [Bergwanderungen](#). Alpine Kletterer können hier auf mehrtägigen Routen zwischen den Gipfeln und Bergseen wandern und in den Refugis übernachten. Einer der bekanntesten Wege durch die katalanischen Hochpyrenäen ist [Carros de foc](#), ein Rundweg der insgesamt neun Berghütten miteinander verbindet. Aber aufgepasst: Selbst im Juni kann hier durchaus noch Schnee liegen.



(c) Nicole Biarnés



(c) Nadine Ormo / www.kulturnatur.de

Pedraforca

Vom westlichen Zipfel Kataloniens führt die Grand Tour nun wieder Richtung Osten. Wer nicht gleich mehrere Tage auf den Gipfeln der Hochpyrenäen verbringen will, kann im Naturpark Cadí-Moixeró beeindruckende Berge wie den Pedraforca besteigen. Dieser sagenumwobene Gipfel soll seine Form einem legendären Kampf zwischen Engeln und dem Teufel verdanken. Zurück blieb die markant geformte Spitzel, die wie eine riesige Gabel aus Stein in den Himmel ragt. Von der Abgeschlossenheit der Bergwelt ließ sich schon Picasso inspirieren, der Anfang des letzten Jahrhunderts fast drei Monate lang in Gósol zu Besuch war.

Für die Etappe im Naturpark Aigüestortes bieten sich neben den Carros de foc auch romantische kleine Hotels wie das [Encantats](#) an. Eine zentral gelegene Unterkunft im Naturpark Cadi-Moixeró ist das kleine [Hotel Ca l'Amagat](#) in Bagà. Wenn Sie in dem hübschen Pyrenäendorf übernachten, sollten Sie einen Besuch des Katharermuseums auf keinen Fall versäumen. Campingfreunde finden auf dem Campingplatz [Cadi Vacances](#) einen Stellplatz mit Blick auf den Pedraforca.



(c) Nicole Biarnés

Etappe 6: Alta Garrotxa – Vulkane in Olot

Alta Garrotxa

Je mehr wir uns nun wieder Richtung Mittelmeer bewegen, umso flacher werden die Pyrenäen. Hinter Camprodon sind die Gipfel zwar weniger hoch, dafür aber nicht weniger beeindruckend. In der Alta Garrotxa findet man vereinzelt, kleine Dörfer, die manchmal nur aus drei oder vier Häusern bestehen. Eine perfekte Gegend für alle, die in den Bergen Ruhe und Abgeschlossenheit

suchen. Weil viele der Täler nur wenig bewandert und nicht immer leicht zugänglich sind, lohnt es sich mit einem einheimischen **Trekking Guide** unterwegs zu sein. Sehr lohnenswert ist eine Tageswanderung von Beget nach Oix. Dabei können Sie einsame Bergkirchen wie Sant Andreu de Bestracà entdecken und die unglaubliche Aussicht bis nach Empuriabrava genießen. Anspruchsvolle Wanderer können eine Tagestour vom mittelalterlichen Pont de Llierca bis zur Ermita Sant Aniol d'Aguja unternehmen.



(c) Nicole Biarnés

Vulkan-Garrotxa

Vor mehr als zehntausend Jahren spukten in der Garrotxa viele kleine Vulkane ihre Asche in die Luft. Längst sind die feuerspeienden Berge unter grünen Hügeln verschwunden, doch an manchen Stellen sind die Spuren der vulkanischen Aktivitäten noch deutlich zu erkennen. Professionelle Naturguides kennen nicht nur die schönsten Wanderwege, sondern auch die besten Stellen, an denen die eindrucksvolle Geschichte dieser einmaligen Landschaft zutage tritt, wie auf der „Route der drei Lavaströme“ in **Sant Joan de les Fonts**. Bei einem Tagesausflug kann man in den Krater des Vulkans Santa Margarida blicken, in **Santa Pau** die berühmte vulkanische Küche genießen und auf dem Rückweg einen Blick in den aufgeschnittenen Vulkan Croscat werfen.

Wer noch nicht genug gesehen hat, kann von der Garrotxa aus noch einen Abstecher zum See von Banyoles machen. Dort führt ein sieben Kilometer langer Spazierweg einmal um den See herum und dauert nur rund eineinhalb Stunden.

Müde Wanderer und Radfahrer übernachten günstig in rustikalen kleinen Hotels wie dem **Sant Bernat** zu Füßen des Vulkans Montsacopa in Olot, oder im romantischen Cal Sastre in Santa Pau.



(c) Nicole Biarnés