

TURISME ACTIU I DE NATURA

Comunitat Valenciana



COMUNITAT
VALENCIANA

SUMARI

04	La muntanya de la Mediterrània
10	Senderisme
14	Escalada
18	Carrera per muntanya

Cicloturisme	20
Centres BTT	24
Turisme eqüestre	28
Turisme ornitològic	30
Altres esports	32





Comunitat Valenciana

LA MUNTANYA DE LA MEDITERRANIA

El turisme actiu és la manera més bona de descobrir les joies secretes de la natura del territori valencià

Activa't a la natura

Un lloc perfecte on fruit de la natura mitjançant la **pràctica esportiva**. La Comunitat Valenciana és una terra on disfrutar de la **mar**, de la **mntanya** i també de **rius** plens d'emoció. A **Alacant**, **València** o **Castelló**, qualsevol moment del any és bo per a posar-se les **botes de muntanya**, descobrir **paratges quasi màgics**, gaudir de la temperada **Mediterrània**, sobrevolar **mntanyes** i travessar **torrents, rius, pous** i cascades... Ix de casa i activa't en la natura valenciana practicant l'**esport d'aventura** que més t'agrade



Per què ací?

- A la Comunitat Valenciana hi ha un **clima mediterrani moderat**, amb una mitjana de 2.730 hores de sol a l'any, i una temperatura mitjana durant el dia entre 12° i 20° a l'hivern i entre 24° i 32° a l'estiu.
- **Al voltant del 40% del territori es supera els 600 metres d'altitud.** Castelló, situada al nord, és la segona província més muntanyosa d'Espanya, i és, per tant, una destinació ideal per a practicar els esports de muntanya.
- La Comunitat Valenciana, a la vora de la Mediterrània occidental, **es troba ben comunicada per autovies, tren d'alta velocitat i avió** amb la resta de l'estat i amb els principals països europeus.
- **Bona connectivitat aèria** en tot el territori.
- **Xarxa Tourist Info:** vora 200 oficines de turisme interconnectades per a atendre les demandes d'informació dels nostres visitants.
- Àmplia **oferta d'allotjament de totes les tipologies** (hotels, apartaments, càmpings, albergs, cases rurals).
- **Empreses de turisme actiu** amb les quals fruit de les activitats a la natura.
- I, per descomptat, gojar d'una **gastronomia mediterrània** ben bona.



Seguix-nos en:

-  facebook.com/comunitatvalenciana
-  twitter.com/c_valenciana
-  instagram.com/comunitat_valenciana

Més informació en:

www.comunitatvalenciana.com
experiencias.comunitatvalenciana.com
<http://comunitatvalenciana.com/ofertas-experiencias>





Descobrix llocs meravellosos en els quals practicar el teu **esport favorit** a la Comunitat Valenciana. O simplement **recorre cada racó** i fruïx dels **paisatges** magnífics i embolcalla't d'una **natura de pau** que et transportarà a una desconnexió absoluta. **Zones verdes, paisatges inoblidables i llocs únics** que et deixaran sense alé.



Consulteu les activitats a la natura en:
www.comunitatvalenciana.com/que-hacer/turismo-activo



Espais naturals protegits

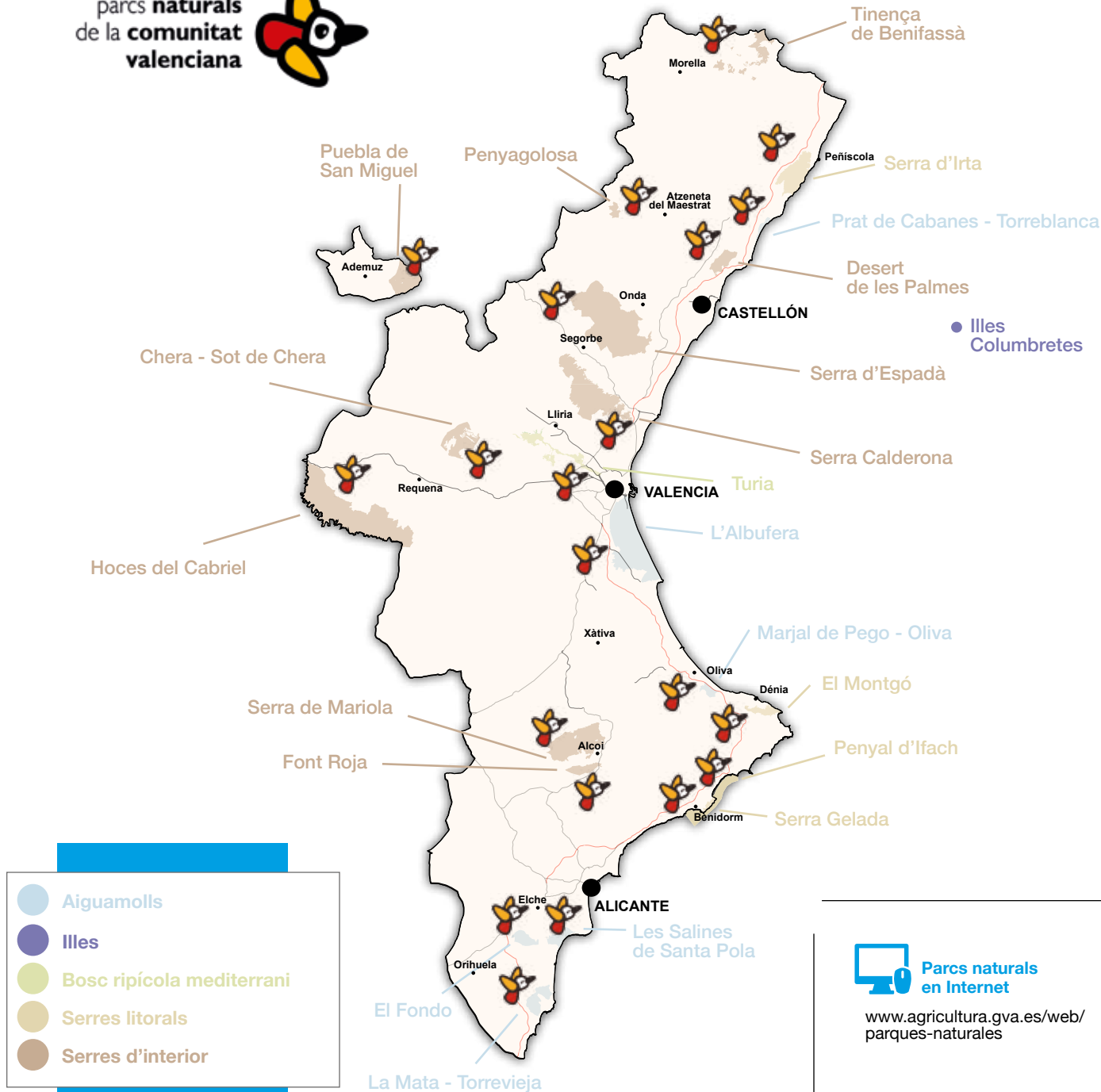
La Comunitat Valenciana, amb una superfície de 2.325.500 ha, es caracteritza per la **gran diversitat de litologies** que hi ha al llarg del territori, que originen, en molts casos, orografies **abruptes** on els principals rius llauren **goles estretes**.

Això, junt amb el marcat clima **mediterrani que s'accentua** per l'orientació nord-sud, genera una elevadíssima **biodiversitat** amb **nombrosos hàbitats**.

Varietat d'hàbitats i biodiversitat elevada associada es veuen perfectament representats en els **parcs naturals** i les **reserves naturals** declarats per la Generalitat Valenciana.

Un total de **22 parcs naturals** repartits entre **illes, aiguamolls, serres litorals, serres d'interior** i que també inclouen un **bosc ripícola mediterrani**.

A més, altres figures de protecció ambiental com són els **paratges naturals municipals**, els **paisatges protegits** o els **monuments naturals** completen l'oferta d'**espais naturals protegits** de la Comunitat Valenciana.



Parcs naturals
en Internet

www.agricultura.gva.es/web/parques-naturales



SEMPRE MÉS S

La Comunitat Valenciana pas a pas



El territori valencià ofereix una infraestructura excel·lent per al senderisme: hi ha més de 5.000 quilòmetres de sendes homologades

Sendes que aguaiten a la mar des de **penya-segats** i sendes que s'endinsen en els paratges més **remots i solitaris** d'una terra sorprenentment muntanyosa.

Una oferta que abasta tant **sendes de gran recorregut** que permeten fer travessies ben interessants de més d'una jornada com sendes de **curt recorregut i sendes locals**. Totes ens permeten conèixer el **patrimoni natural i cultural** al ritme que vullguem.



En la Comunitat Valenciana les sendes es classifiquen en **tres categories**:



Sendes de gran recorregut (GR)

Es tracta de camins amb una longitud superior als cinquanta quilòmetres.



Sendes de curt recorregut (PR)

Són recorreguts amb una longitud entre deu i cinquanta quilòmetres. Pensades per a fer en una o dos jornades com a màxim.



Sendes locals (SL).

Són itineraris senyalitzats de distàncies inferiors als deu quilòmetres. Són sendes senzilles, generalment temàtiques per a recórrer en una sola jornada.



Les marques de pintura

Les marques de pintura (senyalització horitzontal) **ens guiaran durant tot el recorregut**. Les trobaràs en **suports naturals**: pedres, arbres, etc.

Senyal de continuïtat:



Dos rectangles paral·lels, amb una separació l'un de l'altre; el superior es destina al color blanc i l'inferior al que corresponga segons el tipus de senda (roig per a la de GR, groc per a la PR i verd per a la SL).



Senyal de canvi de direcció:

Dos traços paral·lels en angle que simulen el gir de la senda. El traç interior és del color que corresponga segons la senda i el traç exterior de color blanc.



Senyal de direcció equivocada:

Composició en aspa. El traç inferior és del color que corresponga al tipus de senda i el superior, de color blanc.



Marxa Nòrdica



La marxa nòrdica és un esport de **resistència** i una forma **d'exercici a l'aire lliure** que consistix a caminar amb l'ajuda de **bastons** similars als que es gasten en l'esquí.

Per vora mar, vies verdes, pistes forestals, camins agrícoles... tot un ventall de possibilitats per a fer esta activitat a la Comunitat Valenciana. Les **associacions Nordic Walking Comunitat Valenciana i Nordic Walking d'Espanya** n'ofereixen informació detallada.



FENVA

www.nordicwalkingcv.com/
www.nordicwalking-ane.es/

INWA

<https://prodemonatura.wordpress.com/nordic-walking/>
<http://nordicwalkinginwafederacion.blogspot.com.es/>

Sendes de gran recorregut més importants a la Comunitat Valenciana

GR 7 (E-4) Camí que té l'origen al Peloponés i que travessa el territori valencià de nord a sud, amb un recorregut de 600 quilòmetres, dividit en 36 etapes entre Fredes i el Pinós.

GR 10 (E-7) Travessa la península Ibèrica d'est a oest, unix la Mediterrània i l'Atlàntic. Des de Puçol recorre el parc natural de la serra Calderona i ix de terres valencianes per la població d'Andilla; hi ha un total de 112 quilòmetres.

GR 33 Senda de la Lluna Plena. Unix Castelló de la Plana amb el cim d'una de les muntanyes mítiques del territori valencià: el Penyagolosa, a Vistabella. Coincidix des de les Useres amb el camí que cada any recorren els pelegrins de les Useres. En total, 56,5 quilòmetres d'un gran interès.

GR 36 Serra d'Espadà. Senda amb un total de 60 quilòmetres que recorre el parc natural de la serra d'Espadà, enllaça amb la GR 7 al municipi de Montanejos.

GR 37 Vies pecuàries dels Serrans. Antics assagadors senyalitzats formen esta senda circular que recorre part dels Serrans.

GR 125 Senda del poeta. És una ruta de 75 quilòmetres en homenatge a Miguel Hernández, que recorre l'extrem sud del territori valencià.

GR 160 Camino del Cid. Itinerari turístic cultural que seguix les empremtes de Rodrigo Díaz de Vivar i que fa servir com a principal guia de viatge el *Cantar de mio Cid*, un dels grans poemes èpics medievals de la literatura universal. La ruta comença en un poblet vora Burgos, d'on partí per al desterrament, i acaba amb la mort del Cid a València, amb la possibilitat de seguir fins a Oriola.

GR 231 Ruta de «Pinares a Sabinares». La senda partix de la vila de Jérica i arriba fins a la localitat aragonesa de Sarrión. 63 quilòmetres llargs entre les comarques de l'Alt Palància i Gúdar Javalambre, a Terol, apta per a fer en tres etapes.

GR 232 Volta al terme de Santa Pola. Punt de trobada dels senderistes que s'acosten a Santa Pola, és un recorregut circular que partix de la zona de Gran Playa i passa per llocs com ara el port pesquer, el cap de Santa Pola, el clot de Galvany o les salines del braç del Port.

GR 236 Ruta dels Monestirs. Ruta turística que unix cinc monestirs valencians al llarg de 75 quilòmetres, entre Alzira i Gandia.



GR 237 **Massís del Caroig.** Senda circular que unix vint-i-tres municipis de l'interior amb un recorregut total de 350 quilòmetres.

GR 238 **Tierra del vino.** Senda que recorre 250 quilòmetres de la comarca d'Utiel-Requena, terra de vinyes.

GR 239 **Camí de Sant Jaume.** Senda que discorre per la ruta que seguien els pelegrins des de València per a arribar fins a la llunyana tomba de l'apòstol sant Jaume a Galícia. La ruta completa té un total de 1.138 quilòmetres dels quals 140 transcorren per la Comunitat Valenciana, pensats per a fer en cinc etapes.

La **Via Augusta** encara que no està homologada com a GR, també està senyalitzada amb marques blanques i blaves. És la calçada romana més important que hi ha al territori valencià, i és una de les rutes més llargues, tant a escala estatal com valenciana per a practicar el cicloturisme, el senderisme i les rutes equestres.

Altres infraestructures com les vies verdes o les rutes per a ciclistes i vianants ens permeten recórrer la Comunitat Valenciana, tant a peu com amb bicicleta.



Senderisme en Internet

www.comunitatvalenciana.com

<http://blogs.comunitatvalenciana.com/senderismo/>

Diputació Provincial de Castelló

www.turismodecastellon.com

Diputació Provincial de València

www.valenciaturisme.org

Diputació provincial d'Alacant

www.senderosdealicante.com

www.caminodelcid.org

www.vieiragrino.com

Descarrega la guia de senderisme



Sent el vertigen de l'aventura

El **nostre territori** és ideal per a practicar l'escalada per les **temperatures suaus** que hi ha durant

la major part de l'any i les **moltes parets amb orientació sud** que hi ha, idònies durant els mesos més freds de l'any.

El **tipus de roca** predominant és la **calcària**, però també hi ha **vies en parets d'arenisca o rodono**. A la Comunitat Valenciana hi ha nombroses **oportunitats** per als amants de l'esca-

lada: des d'**assequibles escoles** de vies esportives ben equipades i amb una àmplia varietat de graus, passant per zones imprescindibles per als amants de la **escalada clàssica**, fins a la possibilitat d'experimentar l'ambient d'**alta muntanya** en vies d'eminent **caràcter alpi**.



Chulilla, Montanejos o Sella són tres de les àrees d'escalada principals. Si bé l'escalada **en roca** és la que oferix més possibilitats al llarg del territori, els adeptes a altres modalitats com el **búlder** o el **psicobloc** també trobaran zones per a fer-ne.





Escalada en via ferrada

Les vies ferrades permeten fruir de la **sensació d'altura** sense exigir tant de compromís gràcies a l'equipament de les parets amb **escalons metàl·lics** a manera d'escala que faciliten la progressió dels participants que van **assegurats mitjançant cordes** i amb un **dissipador**

que va lligat a un **cable (línia de vida)**.

Hi ha un bon nombre de **zones habilitades** com a vies ferrades al llarg del **territori**: Chulilla, Dos Aguas, Embalse de Loriguilla Peppoli e Pepinno, Fantasma, Fuente del

Chorríco-Tous, V Aventura, Via Ferrata cara norte del Cid, Moleta Redona, Via Ferrata de les Marujes, Molón, Via Ferrata de Pirata, Peña del Figue-ret, Ponoig-Ponoch, Roca Figueras, Vall d'Uixó, Villena-Sierra de la Villa, Via Ferrata de Xorret de Catí.



Escalada a Castelló

- Morella: Devesa / Penya Alta
- Xert
- Cervera del Maestre: Morral de l'Àngel
- Peñíscola: Castillo
- Vistabella del Maestrat : Penyagolosa
- Montanejos: Chillapájaros / Maimona
- Ribesalbes
- Castelló de la Plana: Castellet
- Jérica
- Borriol

Escalada a Alacant

- Agres: Frare de Muro
- Cocentaina: Mas de la Penya
- Onil: Reconco / Agulla rotja
- Ibi: Barranco Molinos
- Sella: Penyó divino
- Finestrat: Puig Campana
- Polop: Penya Roc
- Calpe: Peñó d'lfach / Toix
- Altea: Mascarat
- Alcoi: Uxola / Bc. del Cint
- Sax: Cabrerars
- Salinas: Alto don Pedro
- Elda: Marín
- Petrer: El Cid Sur / Foradà / Penya del Corb
- Busot: Cabeçó d'Or
- Hondon de las Nieves: Sierra en Medio
- Callosa d'en Segura: El Polígono / Cueva Ahumada
- Redován: El Rut
- Orihuela: Pared Negra / Triángulo Rojo



Escalada a València

- Chulilla
- Puçol: Penyes de Guaita
- Salem: Benicadell / Bc. de Masella
- Buñol: Agulla rotja / Carcalín
- Corbera
- Montesa: Mola / Tormo Gros
- Bellús: Barranc Fondo – Cova Petxina – l'Altet
- Mondúver: La Drova
- Gandia: Bovedón / Marxuquera
- Genovés-Alboi: Aventador
- Ontinyent: Barranc Avern
- Alzira: Tallat Roig
- Chestre: Cuchillo
- Cortes de Pallás: Embalse / Cueva Mora
- Jarafuel: Tollo Pillete



Escalada en Internet

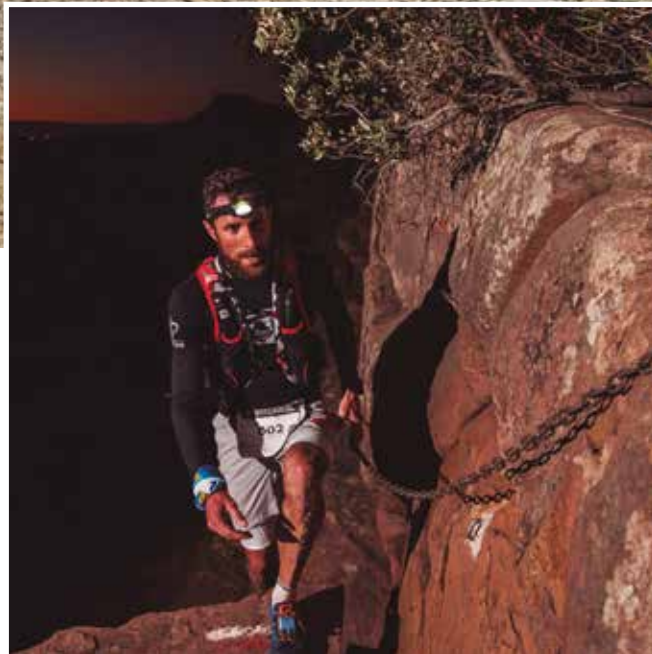
www.comunitatvalenciana.com

www.senderosdealicante.com/delaroca/



Corre...

Les carreres per muntanya són una modalitat esportiva que consistix a recórrer **a peu** un circuit determinat per **terreny de muntanya**, en el menor temps possible, en la qual els esportistes han de demostrar **velocitat, habilitat i resistència**. En els darrers anys hi ha hagut un gran auge de proves i participants. Una modalitat que a la Comunitat Valenciana es remunta als anys 30; l'any 1999 la **Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana** va ser pionera a establir el primer circuit federatiu d'Espanya.



Carrera per muntanya en Internet

Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana
<http://www.femecv.com/tecnificacion/carreras-por-montana>



Actualment, hi ha **tres modalitats** de carrera per muntanya: en línia, vertical i ultra (llarg recorregut). Tenint en compte la relació entre la distància total i el desnivell positiu i la dificultat es dividixen en **baixa**, **mitjana** i **alta** amb un factor de grau segons el tipus de camins pels quals es corre.

COMPETICIONS DE CARRERA VERTICAL.

Destaca el **KM Vertical del Puigcampana**, a **Finestrat**, la referència més important, que ha arribat fins i tot a formar part del **Campionat d'Europa** de la disciplina, única homologada a la Comunitat Valenciana, en tindre menys de cinc quilòmetres de distància i mil metres de desnivell entre l'eixida i la meta, al cim. També destaca la **Carrera Vertical de Gandia** en la qual participen més de mil corredors i els **mitjos KM Vertical de Simat de la Valldigna i Borriol**.

CARRERES EN LÍNIA. Són les més populars amb moltíssimes carreres que han sorgit els darrers anys i que apleguen el gran nombre de corredors que s'han aficionat a la modalitat de córrer per la muntanya. Destaquen les clàssiques **K25 Trail de la Calderona** o la **Volta al terme de Fondegulla**. Circuits com la **Lliga Castelló Nord**, **CxM els Serrans** o la **Xitxarra Trail** aglutinen desenes de carreres i són referència per als corredors més populars.

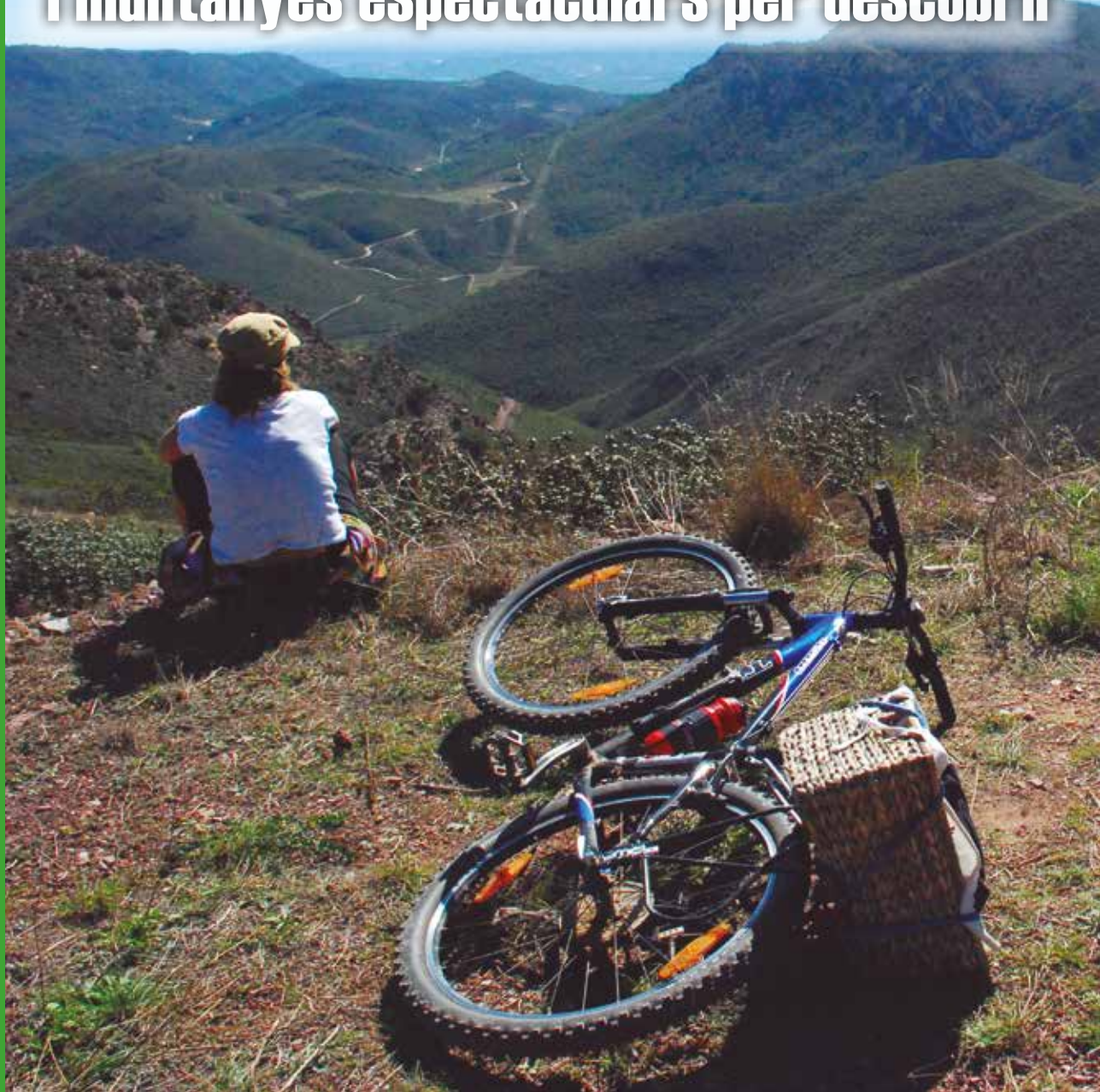
LES CARRERES ULTRA (o de llarg recorregut).

Són les més modernes i alhora en les que hi ha més participació. El referent més important de les carreres de llarg recorregut és la **Marató i mitja Castelló-Penyagolosa** amb 65 quilòmetres, que se celebra des de 1999, i segueix sent la carrera referent de la disciplina. Altres competicions amb gran acceptació són la **GR10-Xtrem** de Puçol a Andilla amb 96 quilòmetres o el **Desafío Aitana** a **Finestrat** amb dos recorreguts de 80 i 120 quilòmetres.



EL MÓN DE LA BIKE

Planes costaneres, tossals suaus
i muntanyes espectaculars per descobrir



CICLO - RUTA



A les vies verdes hem d'afegir més de 400 quilòmetres de vies per a ciclistes i vianants que connecten poblacions properes. Identifiquem amb el logotip CR corresponent a ciclo i ruta, simbologia semblant a la de les sendes que recorren tot Europa conegudes com a sendes GR.

Turisme amb dos rodes

Recórrer la Comunitat Valenciana amb una bicicleta és una de les maneres més agradables per a gojar-ne dels paisatges i conèixer-ne el patrimoni històric i natural. A més de les vies verdes, una xarxa extensa i profusa de carreteres locals, pistes forestals i camins agrícoles fan possible que això siga possible.





Vies verdes

Es tracta d'antics traçats ferroviaris en desús que han sigut condicionats per a ser convertits en itineraris cicloturístics i senderistes. Són recorreguts senzills de poca dificultat tècnica i física. Al nostre territori hi ha més de 250 quilòmetres d'infraestructures ferroviàries adaptades com a via verda.

1. Via verda de Dénia

5,8 quilòmetres. Oferix panoràmiques del parc natural del Montgó i la serra de Segària.

2. Via verda d'Alcoi

10 quilòmetres. Entre pins i viaductes, travessa un bosc mediterrani pel parc natural del carrascar de la Font Roja.

3. Via verda del Maigmo

25 quilòmetres. Discorre per terres de canterers, vinyes i paisatges erosionats pel vent i l'aigua (*badlands*).

4. Via Verda de Torrevecija

6,7 quilòmetres. Passeig urbà que voreja la llacuna salinera del municipi.

5. Via verda d'Ibi

1,5 quilòmetres. En un entorn periurbà on s'alternen bancals d'ametlers i oliveres. L'antiga via discorre per l'ampla vall agrícola que separa les serra del Menejador i la serra de la Caserna.

6. Via verda del Xixarra

42 quilòmetres. Des del santuari de les Virtuts fins al municipi de Biar, és possible fruitir de l'encant d'estes terres i enllaçar, a més, amb el camí de Sant Jaume. Discorre per la serra de Mariola, les Valls del Vinalopó, Agres i el Serpis.

7. Via verda del Serpis

40 km. Des del centre de bicicleta de tot terreny del Comtat recorre l'estret de l'Infern i el Racó del Duc, un dels paratges naturals valencians més espectaculars, fins a les arenes de la Mediterrània.

8. Via verda d'Ojos Negros

67,7 quilòmetres. Discorre entre Terol i la costa i és la via verda més llarga d'Espanya. El tram que travessa el territori valencià discorre des de l'altiplà de Barracas, al peu de la serra de Javalambre, travessa la vall del riu Palància i arriba a les riques hortes vora la Mediterrània.

9. Via verda de la mar

5,7 quilòmetres. Recorre la costa entre Benicàssim i Orpesa.

10. Via Xurra

15 quilòmetres. Una via verda entre tarongers als afores de València, enllaça amb la senda GR 10 que va de Puçol a Lisboa.

11. Via verda de la Safor

7 quilòmetres. Un recorregut entre tarongers per a acostar-se a l'horta de la Safor, entre el laberint de séquies i el perfum de flor del taronger.





VÍAS VERDES



Cicloturisme en rutes senderistes

El traçat d'algunes sendes permet l'ús de la bicicleta com és el cas de la via augusta i del camí del Cid (GR 160). La primera va ser el gran eix vertebrador de la península Ibèrica que va manar construir l'emperador August sobre la base de la Via Heràclia, amb un traçat des de Cadis fins als Pirineus.

Al territori valencià, junt amb la Via Dianium amb el recorregut per la costa, sumen un total de 630 quilòmetres.

La GR del camí del Cid disposa de variants en els trams de senda no accessibles per a les bicicletes.



Vies verdes en Internet

www.viasverdes.com

www.caminodelcid.org

www.senderosdealicante.com/enbici/

www.citma.gva.es/web/carreteras/ciclo-rutas-car





Moltes sensacions per a pedalejar



Una xarxa completa de deu centres BTT repartits per tot el territori que oferixen més de 4.000 quilòmetres en 136 rutes perfectament traçades i senyalitzades.

Què és un centre BTT?



Un centre BTT és un centre d'accés lliure per als **ciclistes de muntanya**, que té associada una xarxa de **rutes senyalitzades** i una sèrie de **serveis addicionals** de suport als ciclistes.

Siga quin siga el **nivell** de l'usuari, els itineraris proposats des dels centres BTT permeten **descobrir les zones més belles** del territori valencià.



Què ofereix un centre BTT?

Els centres BTT ofereixen diversos recorreguts amb **diferents nivells de dificultat** que et portaran per àrees amb **poc trànsit motoritzat**, generalment per camins **sense asfaltar**. Les rutes estan **codificades per colors** segons la dificultat i la majoria dels itineraris són **circulars** amb inici i final en el punt d'acolliment del centre BTT, però també pots **interconnectar o combinar-les** per a viatges més llargs.



Classificació de les rutes

Totes les rutes tenen un complet **sistema de senyalització i abalisament estàndard**, utilitzats en altres centres BTT europeus, format per diferents senyals que se situen **al llarg del recorregut** i especialment als **punts d'intersecció**.

Classificades per **diferents nivells de dificultat** segons diversos paràmetres (longitud, desnivell, naturalesa i estat del terreny, perillositat, etc.), les rutes s'identifiquen amb un **codi de colors** segons la dificultat, des de verd (molt fàcil) fins a negre (molt difícil).



Molt fàcil



Difícil



Fàcil



Molt difícil



Centres BTT en Internet

www.centresbtt.com

[facebook.com/centresBTT](https://www.facebook.com/centresBTT)

twitter.com/centresBTT

[flickr.com/centresBTT](https://www.flickr.com/photos/centresBTT/)

<http://blogs.comunitatvalenciana.com/btt/>



Totes les rutes dels centres BTT les pots descarregar en un GPS:

Centres BTT en wikiloc

Descarrega la guia BTT





La Ruta dels Monestirs - el Pas del Pobre

Ruta circular, d'origen medieval, amb punt d'inici i retorn a Alzira. Al llarg de 142 quilòmetres recupera una antiga ruta de peregrinació i es vertebra a través de monestirs rellevants dels ordes jerònim, agustí, dominic i cistercenc, en tres comarques: la Safor, la Vall d'Albaida i la Ribera Alta.

Hi ha la possibilitat de fer-la en diverses etapes i conèixer-ne el patrimoni cultural, històric i paisatgístic, a través de dèsset municipis. Gojarem d'entorns agrícoles, com l'horta de Gandia i d'abruptes i frondosos boscos dominats per l'impertorbable Mondúver, la muntanya que embolcalla quatre dels cinc monestirs que formen part de la ruta.

Els tracks estan disponibles en <http://es.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=9128766>



Transcentres BTT CV: la Muntanya d'Alacant

Viu-la a la teua manera! Una ruta que enllaça el centre BTT del Comtat, a l'Orxa, amb el centre BTT de la Vall de Pop, a Parcent. La ruta, amb vista a la mar, està dividida en cinc trams perquè pugues configurar-la en etapes, segons el nivell i el temps que tingues.

Són 158 quilòmetres de BTT i ciclable al 95%, amb un desnivell positiu acumulat de 4.612 metres. La ruta està dissenyada per a recórrer-la amb l'ajuda del GPS perquè està georeferenciada. Podràs conèixer l'interior de la Costa Blanca, les cinc valls de la Marina –la vall de Pop, la d'Alcalà, la de Perputxent, la de Gallinera i la d'Ebo–, el patrimoni ben ric que hi ha i també tastar la gastronomia de la zona.

Els tracks estan disponibles en: <http://es.wikiloc.com/wikiloc/user.do?id=134502>

Centre BTT dels Ports (Morella)

Situat a Morella, a la Fàbrica Giner, proposa trenta-huit rutes amb 1.016 quilòmetres senyalitzats. Disposa de quatre punts d'informació situats a les localitats de Sorita, el Forcall, Portell i Cincorres. Hi ha allotjament en alberg i casa rural.

Centre BTT Alt Millars

Situat a Montanejos, a Campuebla Apartaments & SPA. Hi ha huit rutes amb 251 quilòmetres. Destaca el paratge de Fuente Los Baños, l'estret de Chillapájaros, barranc de la Maimona, el paratge del Salto de la Novia a Cirat i l'embassament d'Arenoso, on hi ha un altre punt d'informació.

Centre BTT Els Serrans

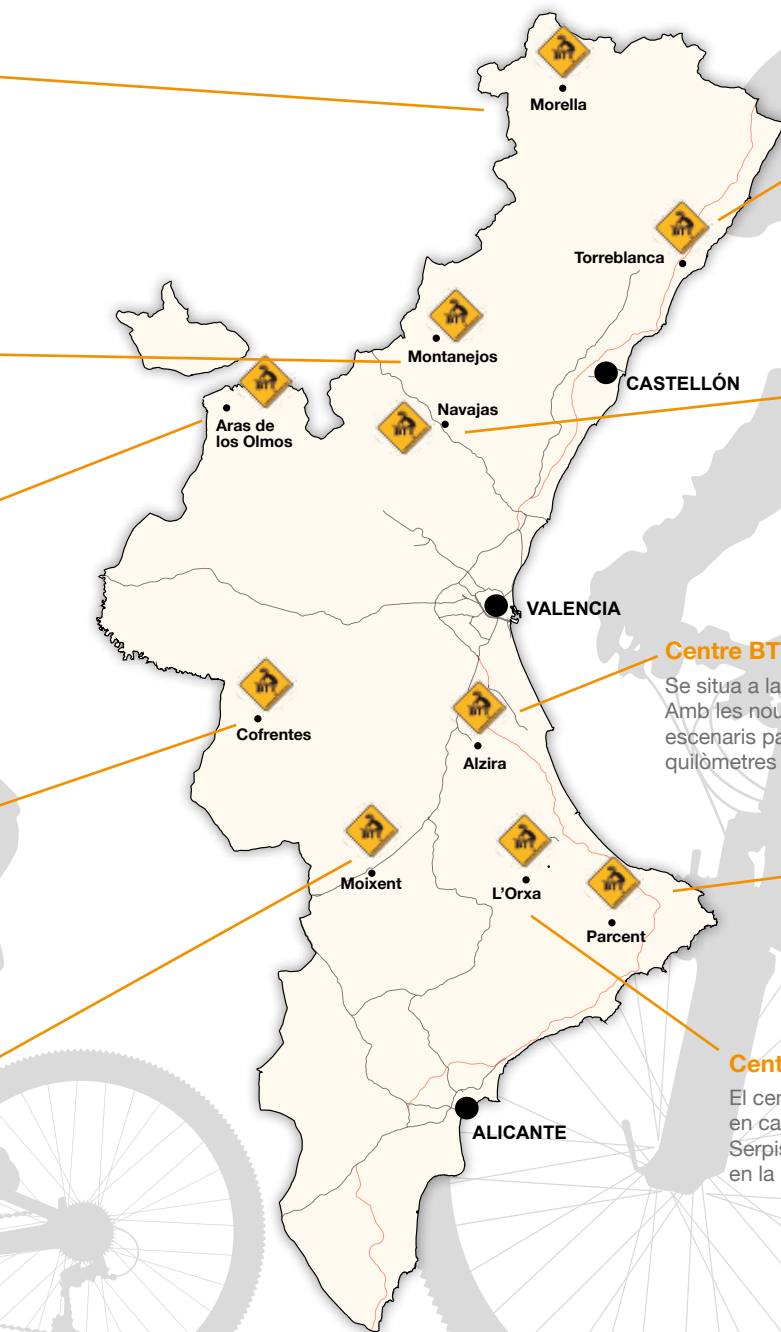
Situat a les instal·lacions del complex turístic Aras Rural a Aras de los Olmos. Proposa setze itineraris amb 467 quilòmetres i hi ha allotjament en hotel i cabanyes de fusta. Les rutes recorren per un enclavament natural delimitat pel riu Túria i els contraforts de la serra de Javalambre.

Centre BTT El Valle

Situat a Cofrentes, a les instal·lacions del poliesportiu municipal. Els nou itineraris proposats tenen com a eix vertebrador els rius Cabriol, Xúquer i Cautabán. Disposa de tres punts d'informació situats a Ayora, Jalance i Jarafuel.

Centre BTT Massís del Caroig

Situat a Moixent, a l'alberg de les Alcusses. Hi ha un total de tretze rutes que recorren per les comarques de la Canal de Navarrés, la Costera i la Vall d'Albaida. Hi ha tres punts d'informació situats a Énguera, Navalón de Arriba i Quesa.



Centre BTT Costa de Azahar

A Torreblanca, al càmping Torrenostira, entre muntanyes i mar, molt prop de la platja. Hi ha deu rutes que ens donen a conèixer tres parcs naturals: el Desert de les Palmes, el Prat de Cabanes-Torreblanca i la serra d'Irta. Oferix allotjament en càmping.

Centre BTT Alt Palància

Situat a Navajas, al càmping Altomira. Hi ha nou rutes de diferent dificultat que ens endinsaran en els parcs naturals de la serra Calderona i d'Espadà. La via verda d'Ojos Negros para a no res del centre BTT.

Centre BTT La Ribera

Se situa a la localitat d'Alzira, a l'hotel restaurant La Casa Blava. Amb les nou rutes proposades podrem recórrer camps de cultiu, escenaris paisatgístics i culturals com la Ruta dels Monestirs, de 142 quilòmetres i que es pot fer per etapes.

Centre BTT Vall de Pop

Un centre BTT situat en un xicotet hotel «amb encant», en una vall deliciosa envoltada de muntanyes i molt prop de la mar, a l'interior de la Costa Blanca. Hi ha deu rutes.

Centre BTT El Comtat

El centre BTT proposa un recorregut de 431 km distribuïts en catorze rutes de diferent dificultat que ixen de l'alberg del Serpis; dos discorren per la via verda del Serpis, que acaba en la població de Vilallonga, pròxima a la costa.



Consulta en els plànols dels centres BTT les localitats d'inici de rutes i, si sou un grup nombrós i heu de recórrer un parc natural, consulteu primer en l'oficina del parc i comuniqueu-vos la vostra visita o tramiteu el permís segons el nombre de bicicletes.

Natura a cavall



Fruïx de la natura i del paisatge d'una manera assossegada, del viatge en grup o en família.

La Comunitat Valenciana, amb una gran **tradició equestre**, ofereix oportunitats per a fer **passejades a cavall** de diferent durada; des de rutes per a genets **poc o gens experimentats** fins a itineraris per a fer en **diverses jornades**, per a fer turisme d'una manera inoblidable.

A més de les nombroses **pistes forestals** o **vies pecuàries** per on cavalcar, hi ha un total de nou itineraris equestres **homologats per la Federació Hípica Espanyola**, els quals han sigut dotats de la **infraestructura turística** i de **serveis** necessària perquè hi fruïm amb els nostres cavalls.



Itineraris equestres homologats per la Real Federació Hípica Española

IE-001 Ruta dels Monestirs

Itinerari de 83 quilòmetres que ix del monestir de Sant Jeroni de Cotalba, a Alfauir, i arriba al monestir de la Murta d'Alzira; recorre la Safor, la Vall d'Albaida i la Ribera Alta.

IE-002 Cofrentes (rius Xúquer i Cabriol)

Recorre les riberes dels rius Xúquer i Cabriol en passar per Cofrentes. Al llarg dels tretze quilòmetres de recorregut, gojarem de l'espectacular bosc de galeria que ens ofereix el municipi i de la vegetació de ribera. A més, la ruta ens permetrà apreciar formacions geològiques d'origen volcànic i sedimentari ben interessants.

IE-003 Cofrentes (ruta volcànica)

Amb set quilòmetres de recorregut, ens porta fins al volcà Cerro de Agrad, un dels atractius principals de Cofrentes. Es tracta d'un volcà visitable (l'únic al territori valencià) que té una altitud de 527 metres.



És l'itinerari eqüestre de major recorregut que ens oferix la població de Cofrentes. Els 26 quilòmetres que té ens descobriren vistes espectaculars de la vall de Cofrents i del canó del Xúquer. Així doncs, podríem dir que es tracta d'un itinerari panoràmic, gràcies a la gran altura que assolix a les zones d'Alcola i Sàcaras.

És una ruta flexible que es pot adaptar a les característiques físiques dels genets i els cavalls, i alhora disponible per a fer l'activitat. Per això, hi ha previstes dos variants en el recorregut amb una distància més curta, i hi ha alternatives per a allargar l'estada a la zona amb excursions complementàries.

Tradicionalment, la ruta s'ha fet a peu, però en l'actualitat hi ha un itinerari eqüestre, en procés d'homologació, que permet recórrer-lo a cavall. Este camí ix del cap i casal valencià.

L'itinerari presenta una dificultat baixa; el pendent és baix i els camins són còmodes i amples per als cavalls. A més, es pot observar una gran varietat d'atractius naturals i culturals. La ruta està proveïda dels serveis equestres i turístics necessaris per a fruit d'una bona excursió i fins i tot poder pernoctar genets i cavalls.

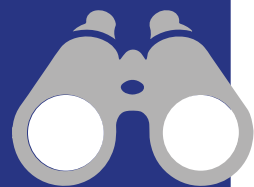
És una ruta senzilla i plana vora riu. Hi ha un pendent inferior al 4% en les zones de muntanya i camins amples que permeten recórrer-la en grup.

L'itinerari eqüestre té una longitud total de 19,4 quilòmetres als quals se'n sumen sis més dels accessos des de l'itinerari IE-031 ruta del Túria, per tant un total de 25,4 quilòmetres.

Itinerari circular de 13,9 quilòmetres. Està senyalitzat en tots dos sentits. Comença i acaba a l'alberg la Parreta, i travessa el paratge natural municipal de Palomita.



<http://www.turismo-ecuestre.es/html/cvalenciana.html>



Apassiona't amb el món de les aus

La diversitat d'ecosistemes en zones protegides possibiliten que la Comunitat Valenciana ofereixca una **àmplia varietat d'espècies**, més de 400, per a observar al llarg de l'any. I diferents **hàbitats** on observar-les: aiguamolls, rocams, llacunes, rius, penya-segats, estepes... Una extensa **xarxa d'espais naturals protegits**, amb **infraestructura específica** per a dur a terme l'observació de manera correcta i còmoda, **per lliure** o amb **guies especialitzats**.



Ornitologia en Internet

La Societat Valenciana d'Ornitologia ofereix informació detallada sobre les espècies que s'hi poden observar.

svornitologia.org

Associació Guies Birding de la Comunitat Valenciana

birdingcv.com

www.birdingalbufera.es

Descarrega la Guia Bird Watching a la Comunitat Valenciana que inclou les principals espècies, zones i èpoques recomanades d'albirament.



Observació d'aus a la Comunitat Valenciana

-  Zones humides
-  Serres interiors
-  Zones estepàries
-  Zones litorals

ZEPA Alt Túria i serra del Negrete

Aus forestals i rapinyaires rupícoles: voltor lleonat, aufrany...

Parc natural Hoces del Cabriel

Aus forestals i rapinyaires rupícoles: àguila reial i cuabarrada.

ZEPA Meca - Mugerón - San Benito

Aus estepàries: sisó, avitarda, soliguer...

ZEPA Moratillas - Almela i els Alforins

Aus estepàries i grans rapaces

ZEPA Clot de Galvany

Aiguamoll xicotet en el qual és fàcil observar aus aquàtiques

Parc natural del Fondó

Aiguamoll i saladar amb gran quantitat d'aus aquàtiques

ZEPA Serra Escalona i Devesa de Campoamor

Gran densitat d'aus rapinyaires: àguila cuabarrada, duc...

Parc natural del Desert de les Palmes

Vint espècies d'aus de rapinya en migració postnupcial

Parc natural de la Tinença de Benifassà

Aus rapinyaires i forestals. S'hi pot visitar un canyet.

Parc natural del Prat de Cabanes-Torreblanca

Passeriformes palustres, aus aquàtiques, esparvers, arpelles...

Parc natural de les Illes Columbretes

Reproducció del falcó de la reina, aprofita la migració de passeriformes.

ZEPA Marjal i estanys d'Almenara

Gran quantitat d'aus aquàtiques i passeriformes palustres.

ZEPA Marjal dels Moros

Accessible. En poc d'espai, gran quantitat d'aus aquàtiques.

Parc Natural de l'Albufera

L'aiguamoll valencià més important.

LIC Cap de Cullera

Punt estratègic per a l'observació d'aus marines.

Parc natural de la marjal de Pego-Oliva

Gran quantitat d'aus aquàtiques. Varietat d'ambients.

Parc natural del penyal d'Ifac

Aus marines al penyal i aus aquàtiques a les salines properes.

Parcs naturals de la Font Roja i la serra de Mariola

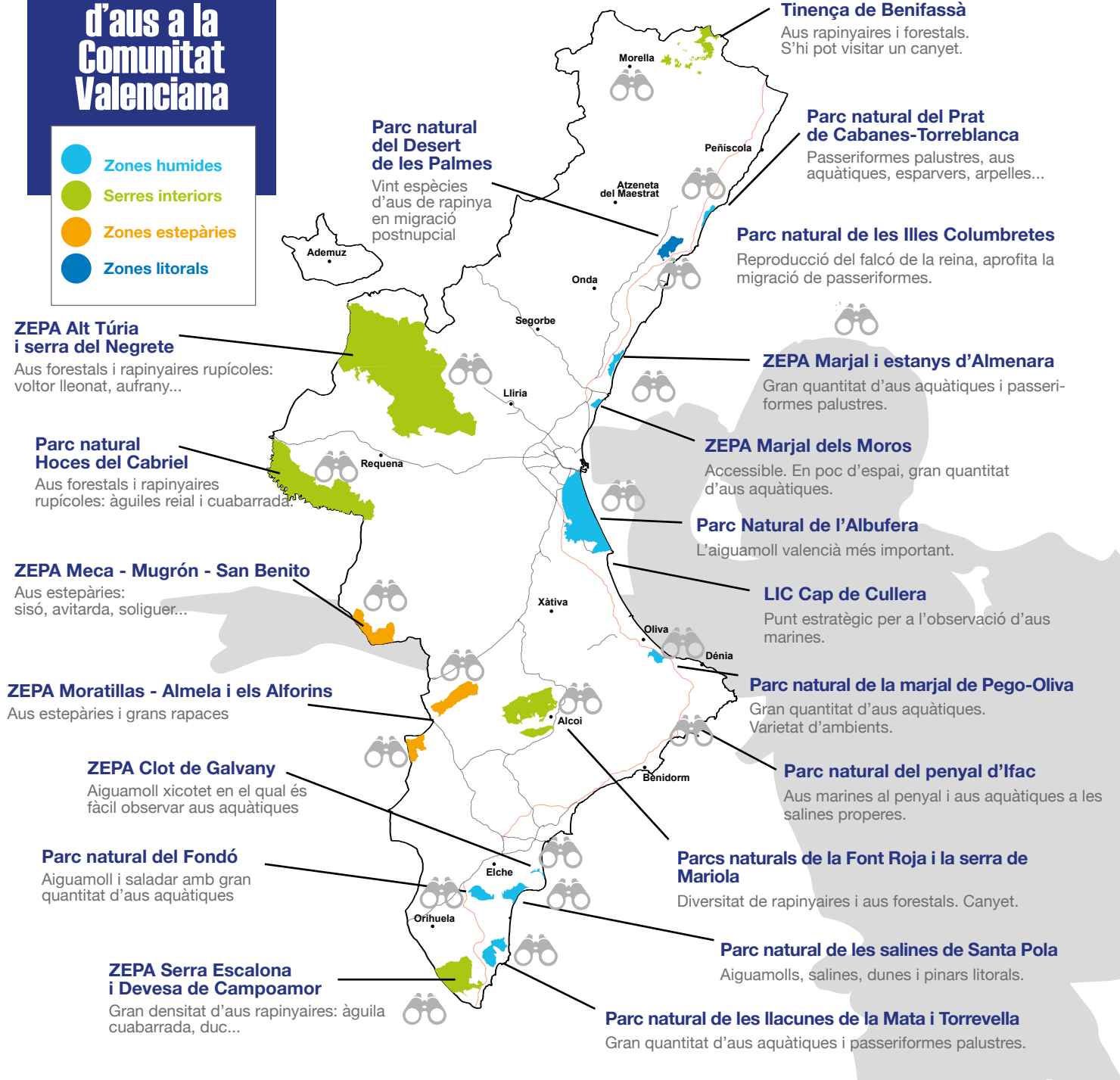
Diversitat de rapinyaires i aus forestals. Canyet.

Parc natural de les salines de Santa Pola

Aiguamolls, salines, dunes i pinars litorals.

Parc natural de les llacunes de la Mata i Torrevella

Gran quantitat d'aus aquàtiques i passeriformes palustres.



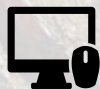


MÉS AVENTURA I NATURA A LA COMUNITAT VALENCIANA

**ALLIBERA ADRENALINA I GAUDIX DE L'AVENTURA,
A L'AIGUA, A TERRA O PER L'AIRE**

Un ventall complet d'activitats que pots fer amb **guies i monitors experts i qualificats**, als **millors paratges** de la Comunitat Valenciana, tant a l'**interior** com al **litoral**.

Tots els esports són aptes per a tot tipus de turistes amb una condició física normal, encara que en la major part de les activitats es pot adaptar el **grau de dificultat** al perfil de cada u. A més, gràcies a un clima privilegiat frueix de les teues activitats preferides al llarg de **tot l'any**.



En la web podràs trobar totes les empreses de serveis que et guiaran en l'aventura:

<http://comunitatvalenciana.com/que-hacer/turismo-activo/aventura>



RAFTING

Descens per rius de cabal fort a bord de **bots pneumàtics** amb capacitat per a diverses persones i propulsats amb **remes**. En esta activitat és molt important el treball en equip, ja que cal dirigir l'embarcació amb **l'acció coordinada** dels remes. Apte per als amants d'emocions més fortes, es pot practicar durant **tot l'any**, sempre amb **equipament** específic.

On es pot practicar?

El riu Millars

Un ràfting d'aigües vives a l'altura de la localitat de Montanejos. És un dels més extrems pels ràpids que hi ha en un recorregut de classe III. Alhora, obtindrem una visió privilegiada de l'entorn de Chillapájaros.

El riu Túria

En el tram de Vilamarxant a Riba-roja de Túria. Afrontarem un descens sense complicacions i igualment divertit que ens permet participar amb tota la família.

El riu Cabriol

A la localitat valenciana de Venta del Moro, on completarem els trams que van des de Tamayo a Tete.



HIDROTRINEU

L'aventura de l'hidrotrineu es basa en una mena de **trineu aerodinàmic** dissenyat exclusivament per a poder navegar per **rius d'aigües vives**. Este suport s'assembla a una post de surf tallada per la mitat i adaptada per a riu; però amb un volum més gran.

Per a practicar-lo es recolza tant el **cos** com els **peus**, en els quals es porten **aletes** que són les que actuen com a mecanisme de **propulsió**.

L'esportista, que està en **contacte continu** amb l'**aigua**, porta en tot moment un **vestit de neoprè** que l'aïlla de la temperatura.

A la Comunitat Valenciana, es pot practicar l'hidrotrineu al **riu Cabriol**.

CAIAC EN AIGÜES VIVES

Consistix a **descendir un riu** amb diferents graus de dificultat en una **piragua individual** equipada específicament, sortejar els **obstacles** naturals per mitjà de diferents tècniques i descobrir espais naturals i llocs inoblidables d'una gran **riquesa paisatgística**.



CANOA

Una canoa és un **bot** relativament xicotet que es mou per mitjà de l'ús de **pales**.

Els palers van de **cara a la direcció desitjada** (a diferència del rem, en què els remers van d'esquena). Hi ha la modalitat de **canoa raft** a semblança de les utilitzades per al ràfting. Es pot practicar als rius **Xúquer** i **Cabriel**.



CAIAC EN AIGÜES TRANQUIL·LES

Activitat reina en el **piragüisme**, ja que és la base d'iniciació a la resta de modalitats en **caiac**. La pràctica en aigües tranquil·les ens oferix una manera **segura i divertida** de conèixer el caiac. És un sistema nou per a **descobrir paratges** diferents i, com a **activitat grupal**, poder gaudir de la resta de companys, amics, família, etc.

Les piragües poden ser **individuals**, **dobles** i de fins a **quatre places**, autobuidables (les més populars i fàcils de manejar per al turista) o **tradicionals amb banyera**, en una i l'altra, la posició del tripulant és **assegut** i es maneja amb **pala doble**.

CAIAC DE TRAVESSIA I MAR

Igual que en aigües tranquil·les la travessia consistix a fer **excursions** de mitjana a llarga distància en **caiacs individual i doble** dissenyats específicament i equipats amb **tambutxos estancs** per a portar utensilis de campament, menjar, aigua, roba, etc.

Tant en **llacs** com en **mar**, es tracta d'una activitat **gratificant i relaxada** alhora que **emocionant** per a descobrir llocs insospitats d'una gran riquesa paisatgística i cultural, modalitat que podríem comparar amb el senderisme terrestre, però al medi aquàtic.



Descarrega la guía náutica



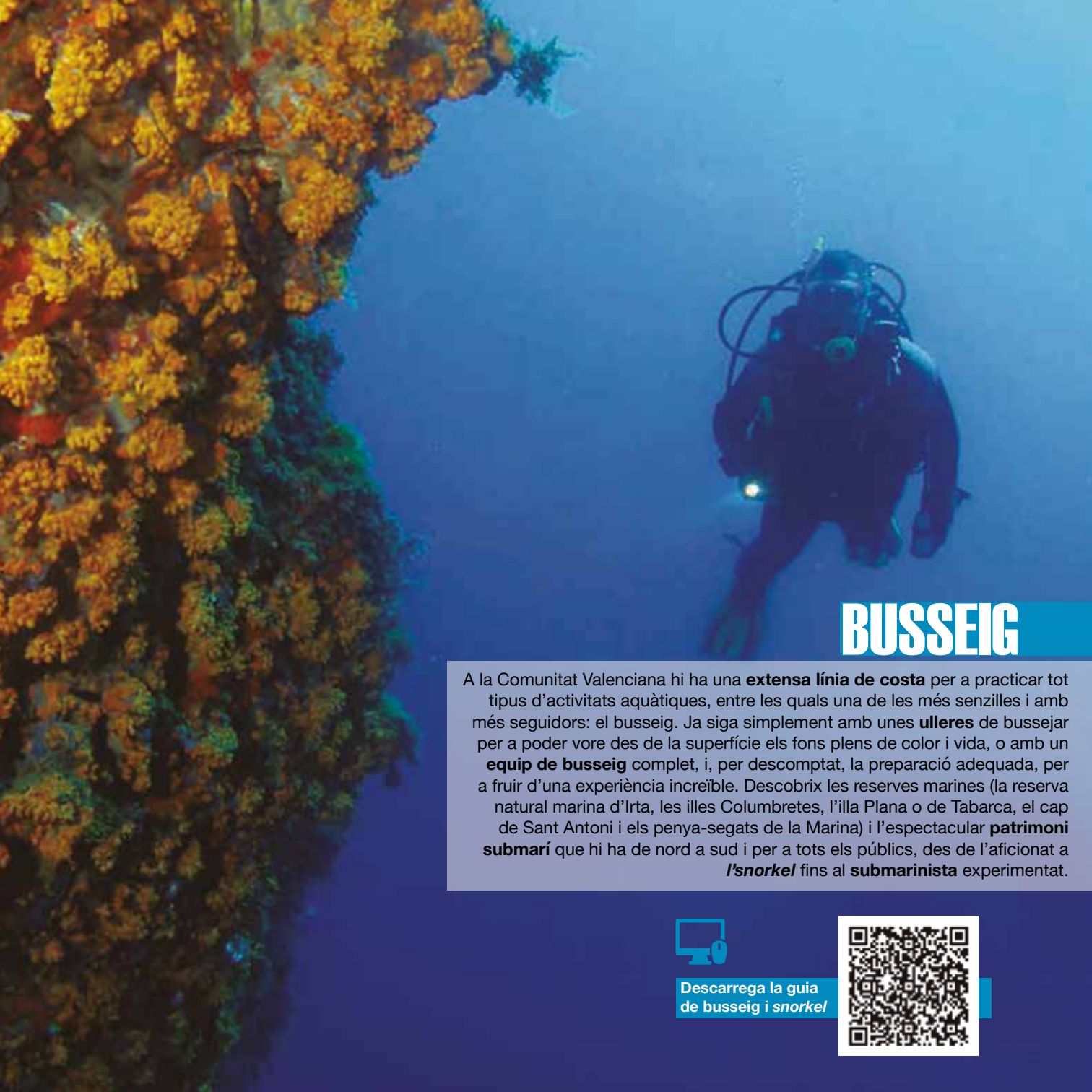
ESCOLA DE VELA

La Comunitat Valenciana és el paradís dels **esports nàutics**.

Les **instal·lacions** de les escoles i els **ports esportius** es troben entre els més bons d'Europa.

Els **vents persistents** i les **temperatures suaus** afavorixen unes **condicions ideals** per a gaudir d'esports nàutics o d'esplai en un marc d'una bellesa incomparable.

Sigues testimoni de les millors regates als clubs i les estacions nàutiques que recorren la **Costa Blanca**, **Benidorm**, **València Turisme** i **Castelló Mediterrani**.



BUSSEIG

A la Comunitat Valenciana hi ha una **extensa línia de costa** per a practicar tot tipus d'activitats aquàtiques, entre les quals una de les més senzilles i amb més seguidors: el busseig. Ja siga simplement amb unes **ulleres** de bussejar per a poder vore des de la superfície els fons plens de color i vida, o amb un **equip de busseig** complet, i, per descomptat, la preparació adequada, per a fruit d'una experiència increïble. Descobrix les reserves marines (la reserva natural marina d'Irta, les illes Columbretes, l'illa Plana o de Tabarca, el cap de Sant Antoni i els penya-segats de la Marina) i l'espectacular **patrimoni submarí** que hi ha de nord a sud i per a tots els públics, des de l'aficionat a l'**snorkel** fins al **submarinista** experimentat.



Descarrega la guia
de busseig i *snorkel*





BARRANQUISME

Barrancs xicotets o grans, fàcils o difícils, tots coincidixen a la Comunitat Valenciana en **bellesa i qualitat** indubtable.

Activitat que consistix a fer una ruta a peu amb equipament específic, i descendir pels **llits de rius, torrents i barrancs**, sortejant els **obstacles naturals** per mitjà de diferents tècniques, tant de **muntanyisme** com d'**espeleologia**. És una oportunitat per a descobrir **paratges** que només es poden vore des d'eixa perspectiva.

La pràctica del barranquisme és apta per a persones de **tot tipus** que mantinguen un estat físic normal, encara que hi ha diferents tipus de **grau de dificultat**, segons el perfil del client. Es pot practicar durant **tot l'any**. Molt acceptat per **col·lectius nombrosos**. A la Comunitat Valenciana, a causa d'una orografia muntanyosa i un sistema hidrològic molt desenvolupat, hi ha un **gran nombre de barrancs** de tot tipus –humits i secs–, on practicar el barranquisme. S'ha de **respectar l'entorn** i la **normativa** vigent.



Barranquisme en Internet

www.comunitatvalenciana.com

ORIENTACIÓ I GEOCERCA

Marxa o **carrera**, normalment **a peu** i **camp a través**, en la qual el participant ha de passar per una sèrie de **punts de control** establits, amb l'ajuda, només, d'una **brúixola**, unes **pistes** i un **mapa**.

La geocerca és l'activitat **d'amagar objectes** al camp o a la ciutat i, en acabant, apuntar les **coordenades geogràfiques** d'eixe punt mitjançant un receptor **GPS** i fer-les públiques perquè altres persones puguin cercar-los.



PONT TIBETÀ



Modalitat d'esport d'aventura amb una estructura tradicional del Tibet per a **travessar canons, rius o passos verticals**.

Està composta per **tres cordes** entrelaçades: dos de paral·leles per a les mans i una altra, d'inferior, per als peus.

El pont tibetà forma part sovint dels **circuits d'aventura** que ofereixen les empreses de turisme actiu.

SALT DE PONT



Salt al buit des d'un pont subjecte amb un **arnés** i una **corda dinàmica** que va d'un costat a un altre de l'ull del pont. En caure, fa com un **pèndol**. Es tracta d'una activitat que requereix un gran **atreuiment** per part de qui la practica; no **exempta de riscos**, s'ha de fer sempre amb la garantia i la supervisió d'un **professional**.

RAIDS D'AVENTURA



Competició **multidisciplinària** que posa a prova la capacitat de resistència, de navegació i de supervivència d'**equips** en completa **autonomia** que han de fer un **recorregut** d'orientació extens en el menor temps possible, superant les dificultats naturals que hi troben, **sense rebre ajuda externa**, ni fer servir mitjans motoritzats. La competició es fa a **peu**, en **BTT**, en **canoa**, etc.

CIRCUIT D'AVENTURA/CANOPING

Combinen la pràctica d'activitats com ara **punts suspesos**, **punts tirolesos**, **passamans**, **punts tibetans**, entre altres. Fa falta certa habilitat, però la vigilància de **monitors experts** de les empreses que ofereixen esta modalitat de turisme actiu convertixen l'activitat en una forma sorprenent de diversió i emoció. Quan estes mateixes tècniques es fan aprofitant l'altura dels **arbres** es denomina **canoping**.



ESPELEOLOGIA

Vora tres quarts parts del territori valencià està format per **roca calcària**, que afavorix la formació de **cavitats** com a conseqüència dels processos de dissolució de les aigües infiltrades fins al subsòl.

Les **coves** contenen **valors ambientals** d'un interès especial, per la qual cosa en l'àmbit valencià gaudixen d'una protecció especial i estan considerades com a **espais naturals protegits**.

La varietat de coves inclou les **coves de caràcter turístic**: les coves de Sant Josep a la Vall d'Uixó, que permeten navegar-hi, la cova de Don Juan a Jalance, la cova del Rull a la Vall d'Ebo, la cova de l'Atzúvia, la de Canelobre a Busot o la cova de les Calaveres a Benidoleig, i també les que es poden visitar amb experts **guies espeleòlegs**.

Empreses de turisme actiu repartides per tota la Comunitat Valenciana ens ofereixen l'oportunitat d'endinsar-nos en el món meravellós i sorprenent de l'espeleologia, des del **respecte al fràgil medi ambient** d'eixos espais i amb les **mesures de seguretat** pertinents.



Espeleologia en Internet

Més informació sobre coves visitables en:

www.cuevasturisticas.es
www.comunitatvalenciana.com



GUERRA DE PINTURA

És un esport en el qual els participants gasten **marcadors** accionats amb aire comprimit, CO2 o altres gasos, per a disparar **boletes plenes de pintura** a altres jugadors. En essència, és un joc d'**estratègia** complex en el qual els jugadors que reben l'impacte de les boles de pintura són eliminats, a voltes de manera transitòria, a voltes de manera definitiva, depenent de la modalitat. Contràriament al que hi ha qui pensa, és un dels esports d'aire lliure més **segurs**.

RÀPEL

Tècnica d'escalada que permet descendir amb una **corda** per **superfícies verticals o desplomades**. A més de la corda, el practicant fa servir un **arnés** i un giny anomenat **descensor**, de disseny molt variable. L'ús de la **tècnica del ràpel** en el descens de barrancs és imprescindible.



ASTROTURISME



La ruta d'astroturisme a la Comunitat Valenciana discorre per les poblacions d'**Aras de los Olmos** i **Alpuente**, a l'interior de la província de València. Tenen una oferta atractiva per a gojar de l'astroturisme en combinació amb **altres activitats**.

Aras de los Olmos és un lloc de gran importància per al món de l'astronomia gràcies a la **qualitat del cel**, un dels més nets de la península i lliure de contaminacions lumíniques. Per això, és un dels principals enclavaments de la Comunitat Valenciana per a **observar les estrelles**, raó per la qual disposa d'un **centre astronòmic**, tres **observatoris** i **plataformes** per a telescopis.



Astroturisme en Internet

Centre astronòmic de l'Alt Túria
www.astroava.org

Observatori astronòmic d'Aras de los Olmos
<http://observatori.uv.es>

TIR AMB ARC

Esport de **precisió** i **concentració** el marc idoni del qual és l'**entorn natural**.

L'arc està compost per un **cos** que acaba en dos **pales flexibles**, a les quals es fixa una **corda** i amb el qual es disparen **fletxes** a una **diana**.

És apte per a totes les edats.



Tir amb arc en Internet

Federació valenciana de tir amb arc:
www.ftacv.org

PONT TIROLÈS



Activitat en la qual el practicant es deixa anar per un **cable d'acer o corda** entre dos punts distants, subjecte per la **cintura**. És una activitat molt demandada en els **circuits d'aventura**.

A la Comunitat Valenciana, al municipi d'**Eslida**, en trobem un **de 200 metres**, el més llarg de la Mediterrània, i molts més distribuïts per tot el territori.

EXCURSIÓ AMB GLOBUS



El vol amb globus és una activitat que es fa amb les **primeres llums del dia**, per a observar com desperta la natura als nostres peus a mesura que el sol ascendeix per l'horitzó. Té una durada aproximada **d'una hora** en la qual es vola a **diferents nivells** per a contemplar els **diferents paisatges** que ens envolten. Apte per a **tot tipus de persones**. Es pot fer **tot l'any**. Una oportunitat única de conèixer el territori valencià des de l'altura.

PARAPENT

Llançar-se al buit aprofitant el **pendent** del vessant d'una **mntanya**, i volar penjat d'una espècie de **paracaigudes especial** que el pilot controla i dirigeix amb unes **cordes**.



PARACAIGUDES

El descens en paracaigudes és el més a prop que podem estar del **vol individual, lliure, sense impediments i sense ginys mecànics**. A la Comunitat Valenciana hi ha diversos **clubs de paracaigudisme** per a posar en pràctica esta modalitat aèria tan apassionant.

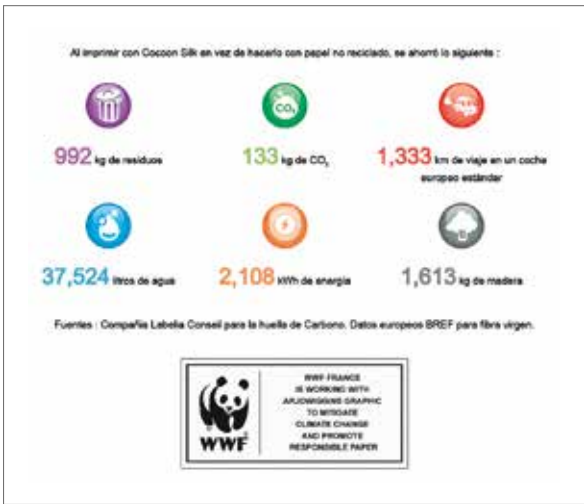
El salt **tàndem** és la manera més **ràpida i segura** que hi ha per a iniciar-se en el paracaigudisme. El tàndem és un salt amb **instructor**, que és qui porta el paracaigudes, i el passatger, que va unit a ell amb un **arnés**. El salt es fa a **4.000 metres d'altura**, i són **cinquanta segons de caiguda lliure**, durant els quals s'arriba a una velocitat de més de **200 km/h**.



Esports aeris en Internet

La Federació d'Esports Aeris de la Comunitat Valenciana té estes activitats entre les diferents disciplines aèries:

<http://www.fdacv.com/>



Fonts d'informació

Agència Valenciana
del Turisme

Fundación Vías Verdes

Departamento para
la promoción del Turismo
Ecuestre en España

Fotografies

Agència Valenciana del Turisme

Andrés Núñez

Bikers L'Alcoià

Carlos Pache

Fernando Prieto

Hugo Merle

José Luis Ibáñez

Kalahari Aventuras

Marco Polo Expediciones

Miquel Giménez

Organización Cursa Entrepapets

Organización Granadella Trail

Saltapins

Salvador Blanco

Skytime

Totglobo

Tururac

Visit Natura

Viu Natura



www.comunitatvalenciana.com