

Cap de Creus

Cotlliure i la maternitat d'Elna

Sant Pere de Rodes

Llançà - Port de la Selva - Cadaqués

Cotlliure i Elna

13 - 14 i 15 de maig

Inscripcions: 7 de gener a la tarda

Cost de l'activitat: socis 395€

Places limitades fins a omplir l'autocar





Parc Natural de Cap de Creus, Cotlliure i la maternitat d'Elna

Santa Helena de Rodes – Castell de Sant Salvador (100 cim de la FEEC) – Monestir de Sant Pere de Rodes

De Sant Pere de Rodes a Port de la Selva pel GR 11

Camí de Ronda de Llançà a Port de la Selva pel GR 92

Camins i cales del Mar d'Amunt – Port de la Selva

Camí de Ronda a Cotlliure pel GR 92 francès

Secció de Senders – UES 13, 14 i 15 de maig de 2026

Parc Natural de Cap de Creus i la Maternitat d'Elna

El Cap de Creus és el paratge més extraordinari de la Costa Brava. Declarat per llei el 1998, es va convertir en el primer parc natural marítime-terrestre de Catalunya.

Cotlliure és una localitat costera de França situada al departament de Pirineus Orientals, a Occitània. Destaca per la seva llum especial i pels molts punts d'interès locals inclosa la tomba d'Antonio Machado.

La Maternitat d'Elna (Maternité Suisse d'Elne) va ser una institució humanitària que va salvar la vida d'aproximadament 597 nens i nenes, fills i filles de refugiades republicanes espanyoles i més tard de dones jueves que fugien del nazisme, durant la Segona Guerra Mundial i l'exili.



Far de s'Arenella

PROGRAMA

- **Dimecres 13 de MAIG**

Sortida des de Sabadell a les 07:00 h de la plaça de Catalunya, davant l'Hotel Sabadell, parada per esmorzar en ruta a l'àrea de servei Empordà AP-7 (160 Km i 2:30 h).

Arribada a Monestir de Sant Pere de Rodes i inici de la ruta al Castell de Sant Salvador de Verdera (100 cims de la FEEC).

Visita al Monestir de Sant Pere de Rodes (pendent de confirmació)

Excursió circular des de Santa Helena de Rodes fins al Castell de Sant Salvador de Verdera i Monestir de Sant Pere de Rodes. 4 Km, desnivell +/- 240 m, dificultat MODERADA.

Baixada (opcional) pel GR 11 a la Selva de Mar i el Port de la Selva. 5,5 Km, desnivell - 500 m, dificultat MODERADA.

Excursió (tarda – vespre, cal portar llum) des del Port de la Selva a Llançà. 8 Km, sense desnivell, dificultat FÀCIL.

Al vespre: entrada a l'hotel la Goleta (Port de Llançà), repartiment d'habitacions, sopar i sobretaula.

Castell de Sant Salvador de Verdera

100 cim de la FEEC



- **Dijous 14 de MAIG**

Esmorzar a l'hotel a les 07:30h i repartiment del pícnic.

Desplaçament en autocar (8 Km i 15') fins al Port de la Selva.

Excursió a les cales del Mar d'Amunt (el Port de la Selva), 13 Km desnivell +/- 350 m, dificultat MODERADA.

Desplaçament en autocar (15 Km i 30'). Dinar de pícnic i visita a Cadaqués

Tornada a l'hotel, sopar i sobretaula.



- **Divendres 15 de MAIG**

Esmorzar a l'hotel a les 07:30h.

Recollida de l'equipatge.

Desplaçament en autocar (50 Km i 1:30 h) fins al poble de Port-Vendres.

Excursió des de Port-Vendres fins a Cotlliure.

12 Km desnivell +/-360 m, dificultat MODERADA.

Desplaçament en autocar (20 Km i 30') fins a Elna.

Visita guiada a la Maternitat d'Elna.

Tornada en autocar (185 Km i 3 h) cap a Sabadell amb parada en ruta.



Maternitat d'Elna

INFORMACIÓ COMPLEMENTÀRIA:

Allotjament a l'hotel la Goleta
(cal portar documentació DNI per a l'hotel)

Adreça: C. Pintor Tarruella, 22, 17490 Llançà, Girona

Telèfon: 972 38 01 25

Web: hotellagoleta.com

Preu de l'activitat per a socis: 395 €

Preu de l'activitat per a no socis: 450 €

Material imprescindible:

- 2 Bastons
- Motxilla per a les excursions
- Cantimplora (1 litre o més)
- Ganyips i/o altres per picar
- Samarretes/pantalons per fer activitat
- Calçat de muntanya impermeable
- Mitjons de muntanya
- Crema solar
- Ulleres de sol
- Barret i/o gorra
- Impermeable
- Jaqueta i roba d'abric
- Petita bossa amb les necessitats mèdiques de cadascú/na
- Llum frontal o llanterna

Sense oblidar, tot allò necessari que penseu que us pot fer falta per passar 3 dies (2 nits) fora de casa.

El programa de sortides podrà ser modificat segons les condicions meteorològiques o estat dels camins.

Cal estar federat/ada per la FEEC.

Cap de les excursions presenta dificultat tècnica al marge que ens trobem en un entorn de mitja muntanya. Cal tenir la preparació física suficient per assolir els quilòmetres i desnivells programats.

Les excursions seran dirigides pels vocals de la Secció de Senders.

EL PREU INCLOU:

Transport (autocar) de tots els dies i allotjament en habitació doble o compartida.

Àpats des del sopar del dimecres dia 13 fins al pícnic del divendres dia 15 (dinar de dijous i divendres en forma de pícnic: entrepà + fruita + aigua).

Visita al Monestir de Sant Pera de Rodes (per confirmar)

Visita a Cadaqués

Visita guiada a la Maternitat d'Elna.

IMPORTANT!

- Cal informar-nos si sou celíacs, vegetarians, vegans o d'altres intoleràncies alimentaries.
- Si teniu preguntes o consultes ens podeu enviar un correu a inscripcions@ues.cat o al grup de WhatsApp

EN CAS D'ANUL·LACIÓ:

- Tota anul·lació d'inscripció comportarà un cobrament del 5% de la inscripció.

- Sense motiu justificat no es retornarà la paga i senyal si no es cobreix la plaça. Les despeses cobrades per serveis externs a la UES (hotels, visites...) no es tornaran en cas de baixa del participant i si no es cobreix la plaça.
- En cas d'anul·lació per part de l'organització es retornarà tot l'import de la inscripció.

Properament:

LA DESCRIPCIÓ DETALLADA DE LES EXCURSIONS LES TROBAREU AL Wikiloc – ORG de la UES. PODEU ACCEDIR HI AMB ELS CODICS QR D'AQUEST DOSSIER.

Costa de Port-Vendres





Parc Natural de Cap de Creus

Cotlliure i maternitat d'Elna

Sant Pere de Rodes
Llançà - Port de la Selva - Cadaqués
Cotlliure i Elna
13 - 14 i 15 de maig

