Dénia

5 rutes, 5 paisatges...
5 rutas, 5 paisajes...

foto: Luis Carrasco Llopis

1. LA VIA VERDA DE DÉNIA

Antiga via del tren entre tarongers

DESCRIPCIÓ: Transcorre pel traçat de l'antiga via del tren entre Dénia i el Verger. Itinerari alternatiu per a anar a la mar.

ATRACTIUS: Ruta entre camps de tarongers, habitatges rurals, cases senyorials entre pinades. Baixador del Palmar. Passarel·la del riu de l'Alberca. Al llarg de la via s'hi han plantat diferents espècies d'arbres mediterranis.
Zones de descans, d'exercici i miradors. Panells informatius d'interpretació del paisatge i la història del ferrocarril.

OPCIONS DE CONTINUÏTAT: La via verda finalitza als Poblets i al poble del costat, el Verger, comença el carril bici cap a Pego, a través del qual podem endinsar-nos en el Parc Natural de la Marjal i arribar a Oliva. Aquesta ruta no compta amb senyalització específica. Des d'Oliva arribem a Gandia per la via verda de la Safor.

INICI: A prop del principi del camí de Pego, al costat dels vivers de Natura Garden. Una prolongació de 400 m ens acosta al centre urbà per l'antic traçat de la via.

LONGITUD: 6 km.

DESNIVELL: Pla.

TIPUS DE TERRENY: Asfaltat per a bicicletes i arena compactada per a caminants. Exclòs el trànsit de vehicles de motor des de l'inici de la via verda fins a la passarel·la del riu de l'Alberca.

ACCESSIBILITAT: Tot el recorregut és apte per a persones en cadira de rodes.

1. LA VÍA VERDE DE DÉNIA

Antigua via del tren entre naranjos

DESCRIPCIÓN: *transcurre por el trazado de la antigua via del tren entre Dénia y El Verger. Itinerario alternativo para desplazarse a las zonas de playa.*

ATRACTIVOS: *ruta entre campos de naranjos, viviendas rurales, casas señoriales con arboledas y pinadas cercanas. Apeadero del Palmar. Pasarela sobre el río Alberca. A lo largo de la vía se han plantado diferentes especies de árboles mediterráneos.*
Zonas de descanso, ejercicios y miradores. Paneles informativos de interpretación del paisaje y la historia del antiguo ferrocarril.

OPCIONES DE CONTINUIDAD: *la vía verde finaliza en las cercanías de las poblaciones de El Verger y Els Poblets. Desde El Verger parte el carril bici a Pego, que nos permite adentrarnos en el Parque Natural de la Marjal y llegar a Oliva. Esta ruta no cuenta con señalización específica. Desde Oliva llegamos a Gandia por la via verde de la Safor.*

INICIO: *Camino de Pego, junto viveros Natura Garden. Una prolongación de 400 m nos acerca al casco urbano por el antiguo trazado de la via.*

LONGITUD: *6 km.*

DESNIVEL: *llano*

FIRME: *doble tratamiento asfáltico en zona para bicicletas y zahorra compactada en espacio para caminantes. Excluido tráfico vehículos a motor desde inicio via verde hasta pasarela rio Alberca.*

ACCESIBILIDAD: *apta para personas en silla de ruedas en todo el trazado.*

2. PARC DE LES BASSETES-ESCULLERA NORD

Platja de dunes, parc i far de l'escullera

DESCRIPCIÓ: Ruta sols per a caminants, atés que transcorre per la vora de la platja de les Marines i continua per la zona portuària fins a l'escullera nord.

ATRACTIUS: Passeig agradable per la platja més propera al centre urbà, al costat de les dunes en regeneració.

Parc de les Bassetes: 26.000 m2 de zona verda al costat de la mar amb taules per a picnic, amfiteatre, zona de patinatge, engrunsadores, elements de gimnàstica, bar, lavabos. A l'estiu, a la mar trobem una zona de bany adaptat, amb diferents serveis per a persones amb mobilitat limitada.

Escullera nord: El far és un mirador magnífic de la línia de costa del golf de València i les muntanyes pròximes al litoral. Hi destaquen el castell de Dénia, la costa rocosa de les Rotes, el cap de Sant Antoni i la silueta del Montgó, semblant a un elefant adormit. Eixida i entrada d'embarcacions per la bocana del port. Trencs d'alba i postes de sol amb encant.

INICI: Parc de les Bassetes o també rotonda de la plaça de Benidorm, si eixim del centre urbà.

LONGITUD: Parc de les Bassetes-escullera nord. 3,3 km.
Plaça de Benidorm-escullera nord. 1,8 km.
Plaça de Benidorm-parc de les Bassetes. 1,5 km.

DESNIVELL: Pla.

TIPUS DE TERRENY: Arena a la zona de platja i asfalt/ciment a la vorera de la carretera de les Marines i l'escullera nord. Exclòs el trànsit de vehicles de motor a l'últim tram de l'escullera.

ACCESSIBILITAT: Apta per a cadira de rodes, a la vorera, al costat de la carretera de les Marines i escullera nord.

2. PARQUE LES BASSETES-ESCOLLERA NORTE

Playa de dunas, parque y faro de la escollera

DESCRIPCIÓN: *ruta sólo para caminantes, ya que discurre en parte por la orilla de la playa de les Marines y continúa por la zona portuaria hasta la escollera norte.*

ATRACTIVOS: *agradable paseo por la playa más cercana al casco urbano, junto a la zona de dunas en regeneración.*

Parque les Bassetes: 26.000 m2 de zona verde junto a la playa, con mesas para pic nic, anfiteatro, zona de patinaje, columpios, elementos de gimnasia, bar, aseos.

Escollera norte: el faro es un magnífico mirador de la línea de costa del Golfo de Valencia y las montañas cercanas al litoral. Destacan el castillo de Dénia, la costa rocosa de les Rotes, el cabo de Sant Antoni, y la silueta del Montgó, semejante a un elefante dormido. Salida y entrada de embarcaciones por la bocana del puerto. Amaneceres y atardeceres con encanto.

INICIO: *Parque les Bassetes o también rotonda plaza de Benidorm, si partimos del casco urbano.*

LONGITUD: *Parque les Bassetes-Escollera norte: 3.3 km.*
Pza Benidorm-escollera norte: 1.8 km.
Pza Benidorm- parque les Bassetes: 1.5 km.

DESNIVEL: *llano.*

FIRME: *arena en la playa y asfalto/cemento en acera de la carretera de les Marines y escollera norte. Excluido el tráfico vehículos a motor en el último tramo de la escollera.*

ACCESIBILIDAD: *apta para silla de ruedas en la acera junto carretera les Marines y escollera norte*

3. LES ROTES-TORRE DEL GERRO

Cales rocoses i antiga torre de vigilància

DESCRIPCIÓ: Passeig al costat de la mar, vorejant la costa rocosa de les Rotes. La ruta és un passeig freqüentat per nombrosos vianants, per la qual cosa els ciclistes han de moderar la velocitat en els trams no motoritzats. 10 km/h.

ATRACTIUS: Passeig al costat de la platja de la Marineta Cassiana, d'aigua càlida i poc profunda. A l'estiu, compta amb zona de bany adaptat, amb diversos serveis per a persones amb mobilitat limitada.

A continuació, trobem cales rocoses amb composicions capritxoses que ofereixen contrasts agradables de colors. Observació d'aus marines. Els fons marins alberguen una riquesa gran de flora i fauna, cosa que va justificar la declaració del cap de Sant Antoni com a reserva marina.
Hi ha tres zones a les Rotes declarades com a microreserva, ja que hi creixen plantes endèmiques, que només es troben en punts molt concrets. És també un observatori privilegiat per l'albirament de mamífers marins com dofins i balenes rorquals (mireu els panells informatius).

La torre de vigilància del Gerro s'atalluda des del passeig i indica el punt final de la ruta. Des d'allí es contempla una panoràmica excel·lent de Dénia i la costa de les Rotes.

INICI: Rotonda de l'escullera sud.

LONGITUD: 5 km.

DESNIVELL: Pla mentre voregem la costa, excepte rampes en els encreuaments de barrancs. A partir del km 4, s'inicia la pujada a la torre del Gerro, situada a 130 m d'altura sobre el nivell de la mar.

TIPUS DE TERRENY: Passeig amb taulells, asfalt, camí de terra i camí empedrat segons trams. Alguns compartits amb vehicles de motor.

ACCESSIBILITAT: Limitada en alguns trams. Apte per a cadira de rodes al passeig de la Marineta Cassiana o trossos d'asfalt i terra. Més dificultat en el tram empedrat i no apte en encreuaments de barrancs i pujada a la torre del Gerro.

3. LES ROTES-TORRE DEL GERRO

Calas rocosas y antigua torre de vigilancia

DESCRIPCIÓN: *paseo junto al mar, bordeando la costa rocosa de les Rotes. La ruta es un paseo frecuentado por numerosos peatones, por lo que los ciclistas deben moderar la velocidad en los tramos no motorizados. 10km/h.*

ATRACTIVOS: *paseo junto a la playa de la Marineta Cassiana, de aguas cálidas y poco profundas. Zona de baño adaptado en verano, con servicios varios para personas con movilidad limitada.*

A continuación encontramos calas rocosas con composiciones caprichosas que ofrecen agradables contrastes de colores. Observación de aves marinas. Los fondos marinos albergan una gran riqueza de flora y fauna que justificó su declaración como Reserva Marina del cabo de Sant Antoni.

Hay tres zonas declaradas Microreservas de les Rotes, ya que albergan plantas endémicas, que sólo crecen en puntos muy concretos. Es también un observatorio privilegiado para el avistamiento de mamíferos marinos como delfines y ballenas rorcual (ver paneles informativos).

La torre de vigilancia del Gerro, se divisa desde el paseo, indicando el punto final de la ruta. Desde la torre se contempla una excelente panorámica de Dénia y la costa de les Rotes.

INICIO: *rotonda escollera sur.*

LONGITUD: *5km.*

DESNIVEL: *llano mientras bordeamos la costa, excepto rampas en cruce de barrancos. A partir del km.4 se inicia la subida a la torre del Gerro, situada a 130m de altura sobre el nivel del mar.*

FIRME: *paseo con baldosas, asfalto, camino de tierra, camino empedrado, según tramos. Algunos tramos compartidos con vehículos a motor.*

ACCESIBILIDAD: *sólo en algunos tramos. Apto para sillas de ruedas en el paseo de la Marineta Cassiana o tramos de asfalto y tierra. Mayor dificultad en tramo empedrado y no apta en cruce de barrancos y subida a torre del Gerro.*

4. CAMÍ DE LA COLÒNIA

Ruta de muntanya amb vistes panoràmiques

NORMATIVA LEGAL ESPECÍFICA: En aquesta ruta les excursions a partir de 10 persones han de notificar-se al Centre d'Interpretació del Parc Natural del Montgó amb 15 dies d'antelació i, per a grups superiors a 36 persones, amb un mes d'antelació. Telèfons: 966467155 / 679196461.
Al Parc Natural del Montgó està prohibit circular amb bicicleta fora de pistes i carreteres.

DESCRIPCIÓ: Ruta de muntanya per l'antic camí de la colònia agrícola del Montgó, que discorre pel vessant nord, amb un traçat horitzontal de dificultat moderada. Des del nucli urbà de Dénia (plaça de Jaume I) accedim pel camí del Pou de la Muntanya fins a l'ermita del Pare Pere. 100 m amunt s'inicia el camí de terra, on trobem un panell informatiu al costat d'una cadena que impedeix el pas de vehicles de motor.
Una vegada superat el desnivell inicial ens situem en l'horitzontal del camí, i gaudirem d'un recorregut de muntanya sense desnivells apreciables, fins a la cova del Gamell.

ATRACTIUS: L'ermita del Pare Pere, edificada al costat de la caseta de pedra on aquest frare franciscà feia vida contemplativa inspirat per la natura que envolta el lloc. La vegetació de muntanya ha ocupat els bancals on abans es cultivaven vinyes, figueres, ametllers i garrofers, vestigi de la Colònia Agrícola del Montgó.
A la primavera, les flors encatifen el terreny i es fa palesa la biodiversitat del Montgó amb més de sis-centes cinquanta espècies de plantes.
Vistes de muntanya magnífiques sobre Dénia i el castell, la serra de Segària i la línia de costa del golf de València. En dies clars s'atalluda sobre l'horitzó de la mar les muntanyes d'Eivissa i, fins i tot, Mallorca.

INICI: Ermita del Pare Pere.

LONGITUD: 5,5 km des de la cadena fins a la cova del Gamell.

DESNIVELL: Tram inicial ascendent, d'1 km de longitud amb un desnivell de més de 70 m fins a arribar a l'encreuament, on girem a l'esquerra, en direcció a la cova del Gamell. A partir de l'encreuament seguim per un traçat bastant pla amb variacions suaus la resta del recorregut.

TIPUS DE TERRENY: Molta pedra solta a la pujada inicial. Asfalt antic, a la resta del camí, amb pedra bastant compactada. Exclòs el trànsit de vehicles de motor en tot el recorregut.

ACCESSIBILITAT: No apta per a cadira de rodes.

4. CAMÍ DE LA COLÓNIA

Ruta de montaña con vistas panorámicas

NORMATIVA LEGAL ESPECÍFICA: *en esta ruta las excursiones a partir de 10 personas deben notificarse al Centro de Interpretación del Parque Natural del Montgó con 15 días de antelación. Para grupos superiores a 36 personas debe notificarse con un mes de antelación. Teléfonos : 966467155 / 679196461*

En el P. N. del Montgó está prohibido circular en bicicleta fuera de pistas y carreteras.

DESCRIPCIÓN: *ruta de montaña por el antiguo camino de la Colonia Agrícola del Montgó, que discurre por la ladera norte, con un trazado horizontal de dificultad moderada. Desde el casco urbano de Dénia (pza. Jaume I) accedemos por el camí Pou de la Muntanya hasta la ermita Pare Pere. 100 m arriba se inicia el camino de tierra, donde encontramos un panel informativo junto a una cadena que impide el paso de vehículos a motor.*
Una vez superado el desnivel inicial nos situamos en la horizontal del camino y disfrutamos de un recorrido de montaña sin desniveles apreciables, hasta la Cova del Gamell.

ATRACTIVOS: *la ermita del Pare Pere, edificada junto a la caseta de piedra donde este fraile franciscano hacía vida contemplativa, inspirado por la naturaleza que rodea al lugar. La vegetación de montaña ha ocupado los bancales donde anteriormente se cultivaban viñedos, higueras, almendros y algarrobos, vestigio de la Colonia Agrícola del Montgó.*
En primavera las flores alfombran el terreno, haciendo patente la biodiversidad del Montgó con más de 650 especies de plantas.
Magníficas vistas de montaña sobre Dénia y el castillo, la sierra Segaria y la línea de costa del Golfo de Valencia. En días claros se divisan sobre el horizonte del mar las montañas de Ibiza, incluso Mallorca.

INICIO: *ermita del Pare Pere.*

LONGITUD: *5.5 km. desde la cadena hasta la Cova del Gamell.*

DESNIVEL: *tramo inicial ascendente, de 1 km. de longitud superando un desnivel de 70 m de altura hasta llegar al cruce, donde giramos a la izquierda, en dirección a la Cova del Gamell. A partir del cruce seguimos por un trazado bastante llano con suaves variaciones, durante el resto del recorrido.*

FIRME: *mucha piedra suelta en la subida inicial. Asfalto antiguo en el resto del camino, con piedra bastante compactada. Excluido el tráfico de vehículos a motor en todo el recorrido.*

ACCESIBILIDAD: *no apta para sillas de ruedas.*

5. VOLTA AL MONTGÓ: DÉNIA - PORT DE XÀBIA

Paisatge rural que descobreix totes les cares del Montgó

DESCRIPCIÓ: Volta al Parc Natural del Montgó, al llarg de la qual es poden descobrir les diferents cares d'aquesta muntanya emblemàtica mentre travessem un paisatge agrícola de molta bellesa i valor ambiental al voltant de la muntanya. Acaba al port de Xàbia.

Es completa agafant el vaixell de Xàbia a Dénia (consulteu-ne horaris) amb el qual es pot gaudir dels penya-segats impressionants del cap de Sant Antoni, el far del qual s'alça a 160 m sobre el nivell de la mar.

ATRACTIUS: Trobem cases de camp, alqueries, pous i, especialment, els riuraus típics de la comarca. Tarongers, oliveres, ametllers i vinyes dibuixen un mosaic natural de diferents colors en el paisatge agrícola de regadiu i de secà, en contrast amb la silueta imponent del Montgó.
Ermita de Santa Paula, fàbrica de pòrtland abandonada, garrofer gegant de la Xara (si us desvieu cap a aquesta població), riurau, convent i cementeri de Jesús Pobre amb xiprers monumentals. Pont del Llavador de Xàbia, costa del Muntanyar i platja de la Grava al costat del port de Xàbia.
Des del vaixell: Penya-segats del cap de Sant Antoni, cova Tallada, costa de les Rotes i torre del Gerro. En la reserva marina del cap de Sant Antoni conviuen nombroses espècies de peixos, aus i mamífers marins com dofins i balenes rorquals, representatives de tot el litoral valencià.

INICI: Plaça de Jaume I. Hi ha un panell informatiu a l'inici de l'esplanada de Torrecremada (mercat). Ruta amb senyalització específica.

LONGITUD: 25 km.

DESNIVELL: Ruta de dificultat moderada, amb trams plans pràcticament.
1 km abans de Jesús Pobre el camí ascendeix fins a arribar a l'entrada de la població, al voltant de 50 m de desnivell. Abans d'arribar al nucli urbà de Xàbia també hi ha un tram de pujades, de poca dificultat.

TIPUS DE TERRENY: Camins agrícoles asfaltats i 1,5 km de camí de terra. Trànsit de vehicles de motor per tota la ruta, si bé escàs en la majoria del traçat.

ACCESSIBILITAT: Com que és una ruta compartida amb vehicles de motor no és recomanable per a cadira de rodes.

5. VOLTA AL MONTGÓ: DÉNIA - PORT DE XÀBIA

Paisaje rural que descubre todas las caras del Montgó

DESCRIPCIÓN: *vuelta al Parque Natural del Montgó, contemplando las diferentes caras de esta emblemática montaña mientras atravesamos un paisaje agrícola de gran belleza y valor ambiental alrededor del macizo, finalizando en el puerto de Xàbia.*

Se completa cogiendo el barco de Xàbia a Dénia (consultar horarios) admirando los impresionantes acantilados del cabo de Sant Antoni, cuyo faro se yergue a 160m sobre el nivel del mar.

ATRACTIVOS: *encontramos casas de campo, alquerías, pozos y especialmente los típicos riu raus de la comarca. Naranjos, olivos, almendros y viñedos dibujan un mosaico natural de diferentes colores en el paisaje agrícola de regadío y secano, en contraste con la imponente silueta del Montgó.*
Ermita de Sta Paula, fábrica de cemento abandonada, algarrobo monumental de la Xara (desviándose a esta población), riu rau, convento y cementerio de Jesús Pobre, con sus cipreses monumentales. Pont del llavador de Xàbia, costa del Muntanyar y playa de la Grava junto al puerto de Xàbia.
Desde el barco: acantilados del cabo de Sant Antoni, Cova Tallada, costa de les Rotes y torre del Gerro. La Reserva Marina del cabo de Sant Antoni alberga numerosas especies de peces, aves y mamíferos marinos como delfines y ballenas rorcual, representativos de todo el litoral valenciano.

INICIO: *plaza Jaume I. Hay un panel informativo al inicio de la explanada de Torrecremada (mercadillo). Ruta con señalización específica.*

LONGITUD: *25 km.*

DESNIVEL: ruta de dificultad moderada, con tramos prácticamente llanos.
Un km. antes de Jesús Pobre el camino asciende hasta llegar a la entrada de la población, salvando 50 m de desnivel. Antes de llegar al casco urbano de Xàbia también hay un tramo de pequeñas subidas, de menor dificultad.

TIPO DE FIRME: *caminos agrícolas asfaltados y 1.5 km. de camino de tierra. Tráfico de vehículos a motor en toda la ruta, si bien escaso en la mayoría del trazado.*

ACCESIBILIDAD: *no recomendable para sillas de ruedas al ser una ruta compartida con vehículos a motor.*

NORMES I RECOMANACIONS

És obligatori l'ús de casc fora de les zones urbanes.

Cal portar prou aigua, roba còmoda i adequada a la temperatura.

Feu ús de protecció solar.

A l'estiu eviteu fer recorreguts llargs en hores de sol amb temperatura elevada perquè hi ha perill d'insolació.

Als trams compartits amb vehicles de motor, circuleu amb precaució i respecteu els senyals i les normes. La bicicleta és el vehicle més vulnerable. Cal fer-se visible amb jupeti reflector i cal portar llum de nit.

Els ciclistes han de tindre precaució amb els vianants, per tant caldrà moderar la velocitat si vos en trobeu.

Telèfon d'emergències: 112.

NORMAS Y RECOMENDACIONES

Es obligatorio el uso de casco fuera de las zonas urbanas.

Llevar agua suficiente, ropa cómoda y adecuada a la temperatura.

Usar protección solar.

En verano evitar hacer largos recorridos en horas de sol con temperaturas altas. Peligro de insolación.

En los tramos compartidos con vehículos a motor, circular con precaución respetando las señales y normas. La bicicleta es el vehículo más vulnerable. Hacerse visible con chaleco reflectante y llevando luz por la noche.

Los ciclistas han de tener precaución con los peatones, moderando la velocidad a su paso.

Teléfono Emergencias: 112.

Ajuntament de Dénia

DÉNIA CITY OF GASTRONOMY

unesco Member of the Creative Cities Network

DÉNIA A PEU I EN BICICLETA

5 rutes, 5 aventures per a descobrir els nostres paisatges

L'encant natural de Dénia es resumeix en 20 km de platja d'arena i costa rocosa banyades per la Mediterrània, el paisatge agrícola de tarongers, cultius de secà i la silueta emblemàtica del Montgó.

Proposem 5 rutes per a recórrer 5 paisatges diferents caminant o en bicicleta, en un passeig agradable sense pressa, on es pot contemplar la gran riquesa ambiental que ens envolta. La benignitat del clima convida a gaudir de la natura tot l'any, cada estació deixa la seua pròpia empremta i esguita de colors variats el paisatge.

Les rutes tenen un nivell de dificultat fàcil o moderat, ja que transcorren per zones planes principalment, per la qual cosa estan a l'abast de tothom. Alguns trams són aptes per a persones en cadira de rodes o bicicletes adaptades.

És fàcil localitzar el punt d'inici, el trajecte i el final. El trànsit de vehicles de motor està exclòs parcialment en quatre rutes i totalment en una. Hi ha diversos panells informatius en alguns punts.

El mapa mostra també els carrils bici existents, a més dels camins agrícoles principals, en general poc transitats, que conformen una xarxa variada de vies amables per a recórrer a peu o pedalant.

DÉNIA A PIE Y EN BICICLETA

5 rutas, 5 aventuras para descubrir nuestros paisajes

El encanto natural de Dénia se resume apretadamente en 20 km. de playas de arena y costa rocosa bañadas en el Mediterráneo, el paisaje agrícola de naranjos, cultivos de secano y la emblemática silueta del Montgó.

Proponemos 5 rutas para recorrer diferentes paisajes caminando o en bicicleta, en agradable paseo sin prisas, contemplando la riqueza ambiental que nos rodea. La benignidad del clima invita a disfrutar de la naturaleza todo el año y cada estación deja su propia huella, salpicando de colores variados el paisaje.

Las rutas tienen un nivel de dificultad fácil o moderado ya que transcurren por zonas llanas principalmente, por lo que están alcance de todos. Algunos tramos son aptos para personas en silla de ruedas o bicicletas adaptadas.

Es fácil localizar el punto de inicio, trayecto y final. El tránsito de vehículos a motor está parcialmente excluido en cuatro rutas y totalmente excluido en una. Existen paneles informativos en algunos puntos.

El mapa muestra también los carriles bici existentes, además de los principales caminos agrícolas, en general poco transitados, conformando una variada red de vías amables para recorrer a pie o pedaleando.

A DÉNIA ... CAMINA I PEDALEJA!

Salut i benestar en la ciutat i la natura

Utilitza la xarxa creixent de carrils bici i zones de vianants per anar a peu o en bicicleta als teus desplaçaments diaris. Evita l'ús del cotxe, guanyaràs temps, tindrem menys embussos, soroll, fums i accidents per atropellament.

El clima benigne de Dénia i una orografia plana en bona part del terme, fan que la bicicleta siga el vehicle ideal per a desplaçaments quotidians en distàncies curtes i mitjanes, en compte del cotxe.

Així farem una ciutat més amable i agradable per a circular i conviure pel carrer.

També ajudem el planeta si reduïm les emissions de CO2.

Gaudir almenys de 30 minuts al dia, caminant o en bici millora l'estat d'ànim i augmenta l'esperança de vida.

L'exercici moderat redueix els riscos cardiovasculars i evita malalties mentals. En plena natura, envoltats de vegetació, respirem aire pur, combatem l'estrés diari i millorem l'autoestima.

EN DÉNIA ...¡CAMINA Y PEDALEA!

Salud y bienestar en la ciudad y la naturaleza

Utiliza la creciente red de carriles bici y zonas peatonales para ir a pie o en bicicleta en tus desplazamientos diarios. Evitando el uso del coche ganarás tiempo, habrá menos atascos, ruidos, humos y accidentes por atropellos.

El clima benigno de Dénia y una orografía llana en gran parte de su término, hacen que la bicicleta sea el vehículo ideal para desplazamientos cotidianos en distancias cortas y medias frente al coche.

Así haremos una ciudad más amable y agradable para circular y encontrarnos por sus calles.

También ayudamos al planeta, reduciendo emisiones de CO2.

Disfrutar al menos de 30 minutos al día, caminando o en bici, mejora el estado de ánimo y aumenta la esperanza de vida.

El ejercicio moderado reduce los riesgos cardiovasculares y evita enfermedades mentales. En plena naturaleza, rodeados de vegetación, respiramos aire puro, combatimos el estrés diario y mejoramos la autoestima.

TELÈFONS D'INTERÉS / *TELÉFONOS DE INTERES*

OFICINES DE TURISME DE DÉNIA / *OFICINAS DE TURISMO DE DÉNIA*
Carrer de l'Oculista Buigues. Tel. 966422367
Plaça del Consell s/n. Tel. 966423420
touristinfo@denia.net. **www.denia.net**

CENTRE D'INFORMACIÓ DEL PARC NATURAL DEL MONTGÓ
CENTRO DE INFORMACIÓN DEL PARQUE NATURAL DEL MONTGÓ
Finca Bosc de Diana. Camí de Sant Joan s/n. Dénia
Tel. 966467155 / 679196461. parque_montgo@gva.es
www.parquesnaturales.gva.es

PARC NATURAL DE LA MARJAL PEGO-OLIVA
PARQUE NATURAL DE LA MARJAL PEGO-OLIVA
Tel. 966400252 / 679195227
parque_pegooliva@gva.es
www.parquesnaturales.gva.es

JARDÍ MEDITERRANI DE L'ALBARDA
Urb. La Sella. (Pedreguer). Tel. 963523099. fundem@fundem.org
www.jardinalbarda.com

TRANSPORT / *TRANSPORTES*

AUTOBÚS

ALSA
Connexió amb València, Alacant i diverses capitals i ciutats espanyoles. Transport de bicicletes si s'abona suplement.
Conexión con Valencia, Alicante y varias capitales y ciudades españolas.Transporte de bicicletas abonado suplemento.
Tel. 902422242. **www.alsa.es**

VAIXELL / *BARCO*

MUNDO MARINO
Connexió en vaixell entre Dénia i Xàbia. Transport de bicicletes per a completar la ruta. Volta al Montgó. Vaixell operatiu excepte a l'hivern. Consulteu horaris.
Conexión de barco entre Dénia y Jávea. Transporte de bicicletas para completar la ruta. Volta al Montgó. Barco operativo excepto invierno. Consultar horarios.
Tel. 966423066. info@mundomarino.es. **www.mundomarino.es**

BALEARIA
Connexió de Dénia amb Mallorca, Eivissa i Formentera.
Conexión Dénia con Mallorca, Ibiza y Formentera.
Tel. 966428600 / 912660215. **www.balearia.com**

TREN

FERROCARRILS DE LA GENERALITAT VALENCIANA
Dénia-Alacant. Els trens admeten bicicletes. Capacitat limitada. Per a grups consulteu al Centre d'Atenció al Client. Tel. 900720472
Dénia-Alicante. Los trenes admiten bicicletas. Capacidad limitada. Para grupos grandes consultar Centro de Atención al Cliente. Tel. 900720472.
www.fgv.es

RENFE
Línia València-Gandia. Transport gratuït de bicicletes. Consulteu condicions. Tel. 912320320
Línea Valencia-Gandía. Transporte gratuito de bicicletas. Consultar condiciones. Tel. 912320320
www.renfe.es