

## De Begur a Aiguafreda i Sa Tuna

(Baix Empordà)



**Horari:** entre 2 h i 2h 40 min en funció de si visitem Sa Tuna.

**Desnivell:** aproximadament uns 250 m

**Dificultat:** senders locals ben marcats, fàcils de seguir. No hi ha fonts, però a la línia de mar trobarem algun bar.

**Època:** tot l'any. A l'estiu podem compensar la calor amb un bany a qualsevol de les cales.

**Cartografia:** Baix Empordà, conjunt de 2 mapes a Esc. 1: 30.000. Editorial Piolet.

**Accés:** hem de sortir del nucli urbà de Begur. Per anar a Begur cal prendre la sortida de l'AP-7 a Vidreres i seguir successivament les autovies C-35, C-65 i C-31 al llarg dels grans nuclis turístics del Baix Empordà. La C-31 passa pel nucli de Regencós on prenem la GI-653 fins a Begur. Alternativament podem sortir a Palafrugell i prendre la GIV-6531.

**Descripció:** a l'oficina de turisme de Begur ofereixen un fulletó informatiu anomenat Senderisme a Begur. És molt complet, descriu 5 itineraris i inclou un mapa d'ubicació per descobrir l'Espai d'Interès Natural de la serra de Begur. La ruta proposada aquí, coincideix en bona part amb l'itinerari número 1. El nucli antic de Begur té un gran interès patrimonial que cal visitar. El castell, construït sobre un cim, domina el poble i ofereix vistes fins al massís del Montgrí i les Medes. També sorprenen quatre grans torres de defensa contra la pirateria barbaresca, l'església gòtica o les cases dels Indianos que van fer les Amèriques. La nostra ruta comença a l'ermita de Sant Ramon, a 216 m, sota el vessant NW del castell. Prenem en baixada el carrer Carmen Amaya, sortim del poble deixant a la dreta el gran Mas d'en Pinc, també amb una torre fortificada. Al final del carrer seguim rectes per una pista i deixem a la dreta el trencall asfaltat cap a la deixalleria. A la pista, a més de pals indicadors trobem marques verdes i blanques, pròpies d'un sender local com el que seguim. Anem perdent altura fins que un trencall (indicador) ens desvia a un corriol. En tres minuts de pujada a través del bosc assolim el Turó Rodó de 183 m on hi ha el Mirador del Puig de la Creu amb grans vistes cap a les platges de Pals i les Medes. Iniciem aquí una baixada per carrers de la urbanització fins a arribar a una cruïlla amb un indicador just a l'inici del carrer de s'Antiga. L'itinerari 1 proposa anar cap a la Reserva Marina de ses Negres en anada i tornada. Nosaltres encarem directament la cala d'Aiguafreda. Aquesta opció ens du a la carretera GIV-6534 que acaba al cap Sa Sal ocupat per un gran hotel. Per unes escaletes baixem al camí de ronda que, arran de mar, ens porta a la bonica cala d'Aiguafreda, a l'estiu plena de banyistes. Revoltem la cala i aquí hem de decidir si emprenem el retorn a Begur o si seguim pel camí de ronda perfectament empedrat i amb escales fins a la cala de Sa Tuna. Aquesta segona cala, distant quinze minuts, és simplement encisadora. La tanca la imponent i rocallosa Punta des Plom, té una bona platja, una ermita, petits restaurants i una arquitectura força respectuosa amb l'entorn. Desfem camí fins a la cala d'Aiguafreda i emprenem el camí de retorn a Begur (marques verdes i blanques). Remuntem durant prop d'una hora la solitària i silenciosa vall de la riera d'Aiguafreda entre pins i alzines. En arribar a unes passeres de fusta trobem els panells didàctics del Parc Ambiental Mediterrani del Mas d'en Pinc. Una ràpida pujada ens porta al mas i al punt d'inici.

