



girona



IMPRESCINDIBLES

- 1 Catedral
- 2 Basílica de Sant Feliu
- 3 Call jueu
- 4 Banys Àrabs
- 5 Sant Pere de Galligans i Sant Nicolau
- 6 Cul de la lleona
- 7 Muralla
- 8 Cases de l'Onyar
- 9 Pujada de Sant Martí
- 10 Jardí de l'Àngel

MUSEUS

- 11 Museu d'Història dels Jueus
- 12 Museu Tresor de la Catedral
- 13 Casa Masó
- 14 Museu d'Història de Girona
- 15 Museu del Cinema
- 16 Museu d'Art

OFICINES DE TURISME

- 1 Oficina de Turisme
- 2 Punt de Benvinguda Girona Gironès

HOTELS

- *****
 - 1 Ac Palau de Bellavista
 - 13 Europa
- ****
 - 2 Carlemany
 - 14 Ibis Girona Nord
- 3 Ciutat De Girona
- 4 Double Tree By Hilton
- 5 Gran Ultònia
- 6 Històric
- 7 Melià Girona
- 8 Museu Llegendes de Girona
- 9 Nord 1901
- ***
 - 10 Costabella
- **
 - 11 Peninsular
- *
 - 12 Ultònia
- 15 Margarit
- 16 Condal

 Aeroport Internacional de Girona - Costa Brava

 AP 7 sortida sud

 Estació de tren TAV

 7 1,6 km

 13 600 m

 2 550 m

 16 550 m

 15 400 m

 1 750 m

BENVINGUTS!

no-te com els de girona

Et donem la benvinguda a Girona, una ciutat universitària de dimensions humanes, amable, tranquil·la, però amb l'atractiu de les grans ciutats. Girona és una ciutat amb moltes cares, amb una àmplia oferta per a tots els gustos i edats.

Aquesta guia et servirà per conèixer de forma ràpida i accessible tots els actius que ofereix la ciutat. Una ciutat encantada de rebre't!



ÍNDEX

perquè no et perdís res!

INFO	Girona essencial	07
	Girona en 1 dia	09
	Girona en 2 dies	11
	Top 10 imprescindibles	13
CULTURA	Museus per descobrir	15
	Ciutat de cinema	17
	Llegendes, festes i tradicions	19
OCI	Temps de Flors	21
	365 dies per gaudir	23
GASTRONOMIA	Gastronomia de tres estrelles!	25
COMPRES	Keep Calm & Shopping	27
ESPORTS	Turisme actiu i de natura	29
	Destinació de Turisme Esportiu	31
ACCESSIBILITAT	Ciutat accessible	33
CONGRESSOS	Congressos amb personalitat	35
	Organitzar un congrés a Girona	37
OCI	Afterwork com si fossis de Girona	39
INFO	Connexions	41
	Adreces d'interès	42

GIRONA essencial

Et donem quatre pistes per moure't per la ciutat com si fossis de Girona.

Moure't per la ciutat és fàcil si saps com, a les oficines de turisme trobaràs tota la informació per fer més completa la teva estada!



GIRONA IN APP | GUIA DE GIRONA

Dues apps en què trobaràs tota la informació sobre l'agenda, compres, trànsit i molts més serveis de la ciutat.



WI-FI GRATUÏT

Girona ofereix gratuïtament el servei de Wi-Fi Girona Free Wi-Fi, distribuït en més de 170 punts de la ciutat.



CLIMA

La ciutat és de clima mediterrani, de la zona temperada. Les temperatures mitjanes oscil·len entre els 15 °C i els 19 °C.



MONEDA

Pots canviar euros a tots els bancs.



OFICINES DE TURISME

Rambla de la Llibertat, 1 - T. 972 01 00 01
Berenguer Carnicer, 3 - T. 972 01 16 69
A/e: turisme@ajgirona.cat



GIRONA WALKS, VISITES GUIADES

De març a novembre. De dimarts a diumenge. Sortides cada dia a les 10.15 h des del Punt de Benvinguda Girona-Gironès. Durada: 2 h. Preu 12 €.



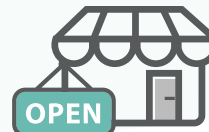
LLENGUA

La llengua pròpia és el català. També és oficial el castellà. En el sector turístic, la majoria d'empreses ofereixen els seus serveis en diferents idiomes, principalment anglès i francès.



ZONA HORÀRIA

Girona es troba a la zona horària UTC+01:00, la mateixa que Madrid, París, Roma, Brussel·les, Berlín, Varsòvia o Copenhagen.



HORARIS D'OBERTURA

L'horari d'obertura habitual dels comerços és de dilluns a dissabte de 9.30 a 13.30 h i de 16.30 a 20.30 h. Les grans superfícies obren de 10.00 a 22.00 h.



GIRONA CITY TOUR

Tren turístic oficial de la ciutat per fer una ruta panoràmica amb les millors vistes de Girona, amb una audioguia en 9 idiomes.

GIRONA

dia 1

Et proposem dues rutes plenes d'idees per descobrir la ciutat al teu aire, tu tries!

10.00 h

CASES SOBRE L'ONYAR

Hi haurà dies que recordaràs tota la vida, com el que comença en creuar el riu Onyar per un dels seus ponts. Pel pont de les Peixateries Velles, dissenyat per Eiffel el 1827, pel pont de Pedra o per l'esvelt i lleuger pont fet per Gómez. Un camí que té com a teló de fons l'arc cromàtic de les façanes de les cases que donen al riu. Prepara la càmera per a una de les imatges més potents i singulars de Girona.



11.00 h

CUL DE LA LLEONA

Totes les ciutats tenen les seves tradicions i llegendes populars. A Girona et garantim que ens tornaràs a visitar, sempre que facis un petó al cul d'un animal. En concret a la lleona, una escultura que reproduïx l'original de pedra calcària, i que trobaràs de camí a l'església de Sant Feliu.

13.00 h

CUINA D'AVANTGUARDA

Després d'un recorregut tan ric i divers, atura't al Barri Vell i gaudeix d'una altra riquesa local: la gastronomia. Representada per molts restaurants, Girona destaca per un gran dinamisme culinari, amb estils clàssics o d'avantguarda que tenen com a referent internacional El Celler de Can Roca, 3 estrelles Michelin i millor restaurant del món en dues ocasions, segons la revista *Restaurant Magazine*.



12.00 h

BANYS ÀRABS

Continua el recorregut per la Girona històrica i entra als Banys Àrabs que, tot i el nom, es tracta d'una construcció romànica inspirada en els banys romans de la qual destaca la cúpula sobre fines columnes que cobreix la piscina central.



16.00 h

SHOPPING

Aprofita la tarda amb l'activitat comercial de la ciutat passejant per l'eix de botigues a la zona de l'Eixample. Hi trobaràs des d'un comerç de proximitat fins a botigues amb les últimes tendències i marques de prestigi internacional.

19.00 h

GASTRONOMIA I COPES AL BARRI VELL

Al capvespre, quan tot està fet o encara està tot per fer, relaxa't en una de les terrasses de la places Independència i Sant Feliu. Locals en un marc incomparable.

GIRONA

dia 2

10.00 h

MERCAT DEL LLEÓ

D'on surten gran part dels productes que abasteixen la cuina local, tant de cases com de restaurants i bars? Del Mercat del Lleó, el centre de distribució del producte fresc a Girona. Fes-hi un passeig a primera hora del dia i gaudeix dels colors de les parades de fruita i verdura, carn o peix.

10.30 h

PASSEIG PER LA MURALLA

No gaire lluny del mercat, a l'altra banda del riu, accedeix a les muralles, sempre que estiguis preparat per ser testimoni de les millors vistes de la ciutat. Camina per una construcció que encercla el centre històric i monumental de Girona, prepara la càmera perquè voldràs immortalitzar cada passa per aquesta muralla de centenars d'anys.

12.00 h

CATEDRAL

Surt de la muralla pels jardins francesos i acosta't a la catedral, només si estàs disposat a fer una mica d'esport. I és que per accedir a aquest temple amb la nau gòtica més ampla del món, t'hauràs de concentrar per pujar els 90 graons de l'escala que dona a la porta.

13.00 h

GASTRONOMIA LOCAL

De ben segur que caminar tant t'ha obert la gana, però abans de gaudir d'un dinar a qual-sevol dels establiments d'hostaleria de la zona, potser és prou d'hora perquè tastis un producte típic de Girona: el xuixo. Un dolç farcit de crema catalana que trobaràs a pastisseries i fleques. Però si no et ve de gust tant de sucre, opta per la poma de Girona, una fruita amb denominació d'origen.



18.00 h

SOUVENIRS

Completa les compres del primer dia amb una altra tarda dedicada al *shopping*. Aquesta vegada pel nucli antic on els carrers estrets, places i la Rambla estan plens de botigues exclusives i també de les marques referents a nivell mundial.

23.00 h

VIDA NOCTURNA

Un dia tan complet, després d'un bon sopar, es mereix un bon final. Pots tornar a gaudir d'una copa en una terrassa o de la música i de l'ambient de molts locals situats al centre de Girona.

TOP 10 imprescindibles

Una de les més interessants de Catalunya, la ciutat històrica de Girona permet resseguir més de 2.000 anys d'història a partir de dos recintes fortificats, la Força Vella i l'eixample medieval. El primer correspon a la fundació romana i el segon a l'ampliació de les muralles durant els segles XIV i XV. Els monuments hi són abundants i molt notables les riqueses artístiques que conserven.

L'atracció de Girona es completa amb el suggeridor barri jueu, el call, amb els bells carrers i places porticades, amb jardins amagats i sorpreses a cada cantonada com les construccions noucentistes de Rafael Masó.



CATEDRAL

Aixecada entre els segles XI i XVIII hi conviuen els estils romànic, barroc i gòtic. Visita-la i gaudeix de la nau gòtica amb voltes més ampla del món.

1



BASÍLICA DE SANT FELIU

Primera catedral de Girona fins al segle X. Edifici representatiu de l'estil gòtic, la basílica de Sant Feliu es reconeix pel seu campanar esvelt.

2



CALL JUEU

Format per un laberint de carrers i patis on es respira l'ambient medieval, el call de Girona és un dels barris jueus més ben conservats del món.

3



BANYS ÀRABS

Singular construcció romànica inspirada en els banys romans construïda en el segle XII. En destaca la cúpula sobre fines columnes ornamentades que cobreix la piscina central.

4



SANT PERE GALLIGANTS I SANT NICOLAU

Un temple monumental que originàriament era un monestir benedictí. Avui com a museu arqueològic, cal visitar-lo i gaudir d'un dels conjunts romànics més notables de Catalunya.

5



CUL DE LA LLEONA

Seguint la tradició popular, et garantim que tornaràs a Girona sempre que facis un petó al cul de la lleona. Un punt de pelegrinatge de tots els visitants de Girona.

6



MURALLA

Un camí de ronda únic, a través de les muralles romàniques ampliades en l'època medieval. Un mirador privilegiat sobre la ciutat i el seu entorn.

7



CASES ONYAR I PONTS

A l'Onyar, tens una de les imatges clàssiques de Girona. Les façanes pintades de colors vius i ponts com el d'en Gómez, esvelt i lleuger, o el de les Peixateries Velles (1827), bastit per la casa Eiffel.

8



PUJADA DE SANT MARTÍ

Un dels espais a Girona on sembla que el temps s'hagi aturat. Un lloc màgic emmarcat per l'església de l'antic convent de Sant Martí i la casa palau Agullana, amb un arc esbiaixat únic.

9



JARDÍ DE L'ÀNGEL

Aquest petit jardí urbà, situat al carrer de l'Àngel, és un espai desconegut, amagat del brogit diari i idoni per desconectar. Un oasi de tranquil·litat per agafar forces i respirar calma.

10

MUSEUS per descobrir

Una de les millors maneres per conèixer la història de la ciutat i la seva evolució en el pas dels segles, i la relació amb les diferents civilitzacions que han dominat la vella Europa, és a través dels museus. Sis equipaments amb un relat que t'endinsa en la Girona mil·lenària gràcies al valuós patrimoni exposat.



VISITA ELS MUSEUS AMB DESCOMPT!

Amb el Tiquet M6 visitaràs tots els museus de la ciutat a un preu especial. Visita el primer, paga la tarifa normal, i vés a tota la resta amb un descompte del 50% de l'entrada.



MUSEU D'HISTÒRIA DELS JUEUS

Carrer de la Força, 8 · 17004 Girona
T. 972 216 761 · **A/e** callgirona@ajgirona.cat

Explica la història de les comunitats jueves medievals de Catalunya, amb una atenció especial a la de Girona. Destaca la col·lecció única de làpides hebrees medievals procedents del cementiri jueu de Montjuïc.

11



MUSEU D'HISTÒRIA DE GIRONA

Carrer de la Força, 27 · 17004 Girona
T. 972 222 229 · **A/e** museuhistoria@ajgirona.cat

Ocupa un antic convent de frares caputxins (s. XVIII), i dóna a conèixer el procés de formació de Girona, des de la fundació pels romans (s. I aC) fins a la recuperació de la democràcia, a partir de 1975.

14



MUSEU TRESOR DE LA CATEDRAL

Plaça de la Catedral · 17004 Girona
T. 972 427 189 · **A/e** visites@catedraldegirona.org

Conserva notables obres d'art religiós, com ara el còdex del *Beatus* (s. X), el cèlebre *Tapís de la Creació* (s. XII), un conjunt valuós d'escultura, pintura i argenteria gòtiques i el retaule renaixentista de *Santa Helena* (s. XVI).

12



MUSEU DEL CINEMA

Carrer de la Séquia, 1 · 17001 Girona
T. 972 412 777 · **A/e** info@museudelcinema.cat

Ocupa l'antiga Casa de les Aigües, en un indret cèntric del Mercadal, i s'hi exhibeix la valuosa col·lecció Tomàs Mallol de precinema, des de les primeres imatges en moviment del teatre d'ombres fins al cinema actual.

15

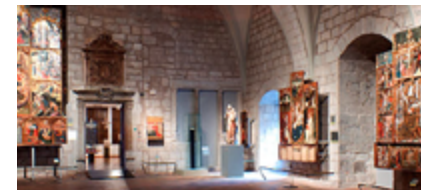


CASA MASÓ

Carrer de les Ballesteries, 29 · 17004 Girona
T. 972 413 989 · **A/e** info@rafaelmaso.org

Casa natal de Rafael Masó (1880-1935), una de les obres més importants de la seva arquitectura i l'única que està oberta al públic de les famoses cases del riu Onyar.

13



MUSEU D'ART

Pujada de la Catedral, 12 · 17004 Girona
T. 972 203 834
A/e museuart_girona.cultura@gencat.net

Instal·lat a l'antic palau episcopal, aquest notable edifici, modificat i ampliat entre els segles X i XVIII, conté una valuosa col·lecció d'art de la regió de Girona.

16

ciutat de CINEMA

Baixa les escales del temple que Cersei Lanister va fer volar pels aires o camina pels carrers on Arya Stark fugia d'una mort gairebé inevitable. Sense dubte, la gravació de part de la sisena temporada de *Jocs de trons*, amb el ressò planetari que comporta, ha situat la ciutat en l'imaginari de molts dels seguidors d'aquesta sèrie d'èxit.

Però Girona no és només part de la terra dels Lanister i companyia. La relació de la ciutat amb el setè art es remunta a fa més d'un segle, un temps en què ha estat escollida com a escenari d'històries basades en fets reals o de les ficcions més insòlites.

Girona és per patrimoni, urbanisme i estils arquitectònics una ciutat perfecta per rebre el rodatge de pel·lícules, sèries o anuncis publicitaris.

GAME OF THRONES EXPERIENCE

L'Associació de Guies de Girona ofereix visites guiades per les localitzacions que han aparegut a la famosa sèrie televisiva. Per a informació i reserves: puntdebenvinguda@ajgirona.cat o al telèfon 972 211 678.



ESDEVENIMENTS DESTACATS

ABRIL PLOT SERIES FESTIVAL | JULIOL FESTIVAL DE MAPPING | SETEMBRE-OCTUBRE FESTIVAL



Carrer del Bisbe Cartañà: *Game of Thrones* (6a temporada). HBO, 2015



Parc de la Devesa: *Amor adolescente* (Jordi Lladó, 1969). Autor: Martí Sebastià (ca. 1966) (CRDI)



Plaça de la Catedral: *El perfume: història d'un assassí* (Tom Tykwer, 2006). Autor: Miquel Ruiz (2005)



Pont de Ferro: *Soldados de Salamina* (David Trueba, 2003). Autor: Pep Iglesias (2002)



Plaça del Vi: rodatge d'un anunci de Samsonite Ajuntament de Girona, 2014

DE CINEMA DE GIRONA

llegendes, festes I TRADICIONS

FESTES I TRADICIONS

De festes i tradicions n'hi ha tot l'any a Girona.

Destaquen la processó i

els manaies de Setmana Santa, la fira del llibre i la rosa de Sant Jordi, Girona, Temps de Flors o Sant Narcís, el dia 29 d'octubre, que és quan se celebra la festa major amb les Fires i Festes de Sant Narcís.



El Tarlà: Festes de Primavera



Pujada a les escales de la catedral Festes de Sant Narcís



Correfoc: Festes de Sant Narcís



Cavalcada dels Reis d'Orient Festes de Nadal



Manaies: Setmana Santa

FESTES DE PRIMAVERA, FESTES DEL TARLÀ

Les Festes de Primavera, que també reben el nom de les Festes del Tarlà, se celebren a l'entorn de la diada de Sant Jordi, el 23 d'abril, al carrer de l'Argenteria. Un dels trets més característics i populars és la presència i les evolucions del Tarlà: un personatge que giravolta penjat d'una barra que va d'una banda a l'altra del carrer. Personatge vinculat a una antiquíssima celebració que combinava la devoció religiosa amb l'escarni carnavalesc.

LLEGENDES

Les llegendes, les rondalles i les anècdotes són cròniques populars de la vida de la ciutat. Girona en té, i moltes, però us en destaquem dues:

BRUIXA DE LA CATEDRAL

Temps era temps, a Girona hi havia una dona dedicada a les diabòliques arts de la bruixeria que, per tal de mostrar el seu odi a la religió, tenia el costum de llançar pedres contra la catedral. Fins que per obra divina, la bruixa es va convertir en pedra i la van posar a la part més alta de la paret del temple perquè de la boca no en sortissin renecs o malediccions, sinó únicament aigua neta caiguda dels núvols.

COCOLLONA

Al riu Onyar diuen que, només les nits de lluna plena, cap a l'alba, quan els fantasmes són visibles, les persones veritablement sensibles poden veure l'espectre mig transparent i borrós d'un cocodril amb ales de papallona que va nedant, amunt i avall, fins que, al primer raig de sol, s'esvaeix.



ESDEVENIMENTS DESTACATS

5 DE GENER CAMPAMENT I CAVALCADA DELS REIS D'ORIENT | MARÇ - ABRIL MANAIES

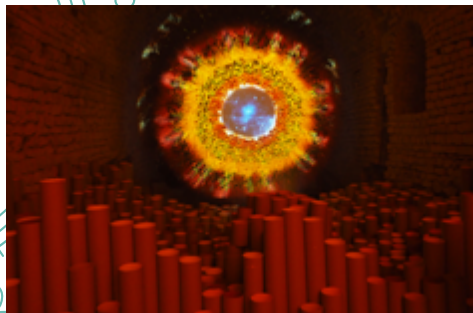
23 D'ABRIL SANTJORDI | 29 D'OCTUBRE FIRES I FESTES DE SANT NARCÍS

TEMPS DE FLORS

capital de la primavera

Passejar per la Girona històrica i mil·lenària és visita obligada a qualsevol època de l'any, però si ens visites el mes de maig, podràs gaudir del Temps de Flors. Una cita que durant 10 dies omple de flors i creacions artístiques els racons i jardins amb més encant de la ciutat.

Després de 60 edicions, Temps de Flors serveix per engalanar la ciutat amb més de 160 muntatges florals que converteixen Girona en la capital catalana de la primavera durant uns dies.



MAIG

La cita sempre és del segon al tercer cap de setmana de maig.

anota-t'ho a l'agenda i no t'ho perdís!

365

DIES PER GAUDIR

TEMPORADA ALTA
octubre-desembre



FIRASTAST
octubre



STREET FOOD MARKET
desembre



GIRONA 10
gener



FESTIVAL D'ART INDEPENDENT PEPE SALES
gener-febrer



VOLTA CICLISTA A CATALUNYA
març



BLACK MUSIC FESTIVAL
març



RALLY COSTA BRAVA
març



FESTIVAL DE JAZZ
setembre



FIRA DE TOTS SANTS
novembre



SETMANA GASTRONÒMICA
abril



STRENES
abril



MILESTONE PROJECT
setembre



SETGES NAPOLEÒNICS
setembre



GIRONA A CAPPELLA
maig



FITAG
agost



FESTIVAL INTERNACIONAL DE MAPPING
juliol



FESTIVALOT
maig



TEMPO SOTA LES ESTRELLES
juliol



MERCAT NOCTURN CHIC & CHEAP
juliol



GIRONA GRAN FONDO
juny

LUDIVERS
juny



INUND'ART
juny



GIRONA, TEMPS DE FLORS
maig



GASTRONOMIA de tres estrelles!

Menjar a Girona és un autèntic plaer. A més de ser la ciutat d'un dels millors restaurants del món com és El Celler de Can Roca amb les seves tres estrelles Michelin, la ciutat ofereix una diversitat de petits establiments i grans restaurants amb la cuina mediterrània i el producte de qualitat com a referents. De tots els preus, i amb creacions d'avantguarda o amb la cuina més tradicional, sempre tindràs un record amb bon gust de la gastronomia gironina.



Xuixo de Girona



MERCAT DEL LLEÓ

De dilluns a divendres de 7 a 15 h.
Divendres tarda de 17 a 20 h
Dissabtes i vigílies de festius de 7 a 15 h
Plaça Calvet i Rubalcaba s/n



ESDEVENIMENTS DESTACATS

FEBRER JORNADES GASTRONÒMIQUES DE LA TÒFONA | ABRIL FIRA DE LA CERVESA ARTESANA

MAIG GASTROFLORS | MAIG FIRA TOCS DE VI DE L'EMPORDÀ | NOVEMBRE TAPA'T

EIXAMPLE



Mercat del Lleó



Jordi Roca Restaurant el Celler de Can Roca i millor pastisser del món 2014

Què t'inspira Girona?

M'inspira fascinació. Normalment vaig d'un lloc a l'altre, però Girona és per a mi l'únic lloc del món on passejar té tot el sentit.

Quin és el racó de Girona que sempre ensenyes als visitants / als teus amics?

Després de conèixer el Barri Vell, la cireta de la visita és la riba del Ter des de la Devesa i la passera que du a Fontajau. És un paratge natural fantàstic, al mig de la ciutat.

Quin sabor té la ciutat de Girona?

Pensant en el Barri Vell, el d'un gelat de poma al forn amb bergamota. Una poma al forn perquè té un fons càlid i melós quan travesses la membrana freda del gelat. El toc àcid i perfumat de la bergamota –una vegada vaig veure un bergamoter en un pati del Barri Vell– aporta aquesta part de bohèmia artística i somiadora de la seva gent, i el toc àcid és la rauxa de saber riure'ns de nosaltres mateixos. De fet, tenim un polo, *El Cul de la Lleona*, que té gust de poma al forn amb bergamota.

keep calm & SHOPPING

Carrers plàcids, un centre històric amb laberints urbans que et conviden a passejar i descobrir una ciutat plena d'història i de vida. Girona és perfecta per fer *shopping*, amb calma i gaudint-ne. Al Barri Vell hi trobes un ampli ventall de botigues i comerços tradicionals de caràcter familiar. També botigues exclusives, de disseny o úniques per la seva originalitat. Però el *shopping* a Girona va més enllà del nucli antic. Passeja i compra tranquil·lament per la zona de l'Eixample o acosta't al barri de Santa Eugènia o al barri de Sant Narcís, amb un mercat d'art i música que és una joia.

BARRI VELL



MERCAT DE LA VOLTA - Plaça Assumpció

El segon dissabte de cada mes, la plaça porxada del barri de Sant Narcís es transforma en un mercat d'art, nova artesanía i creativitat que es complementa amb concerts, tallers, etc.



EIX EIXAMPLE



GENER FIRAREBAIXA | MAIG-JUNY BOTIGA AL CARRER |

JUNY SETMANA DE LA MODA | JULIOL MERCAT NOCTURN CHEAP AND CHIC

SANT NARCÍS
←

EIX EIXAMPLE
↓

BARRI VELL



TURISME ACTIU *i de natura*

Gaudeix amb la família d'una ciutat que es fusiona amb una natura única. Vine a viure uns dies en un oasi urbà dins un entorn natural incomparable per a la pràctica d'un turisme actiu i saludable.

Amb rutes que et porten del centre històric al puig de Sant Miquel, travessant la vall de Sant Daniel, per gaudir d'una vista fins als Pirineus; o la que et permet descobrir els dos parcs urbans més grans de Girona: el de la Devesa i el de les Ribes del Ter. El primer, amb més de 40 hectàrees de terreny i amb més de 2.000 arbres centenaris.



CIRCUITS D'ORIENTACIÓ

Descobreix la natura que envolta la ciutat amb els circuits d'orientació que trobaràs a l'Oficina de Turisme. Un plànol, moltes pistes i hores de diversió per a tota la família. En acabat, et donaran un obsequi a l'Oficina de Turisme que serà un bon record de la teva aventura per Girona.

Aquestes, i moltes altres, són activitats especials per fer de la teva estada a Girona un moment únic per a tu i els teus.







destinació DE TURISME ESPORTIU

Girona és per l'encant propi i del seu entorn, per les instal·lacions esportives i per les seves dimensions humanes, una ciutat perfecta com a destinació de turisme esportiu. Si a tot això hi sumes una oferta hotelera preparada i al dia, és normal que molts equips i esportistes professionals l'escullin habitualment per fer-hi estades per a entrenaments.

Consulta les rutes de ciclisme, BTT i *running*. Les pots descarregar gratuïtament a l'app de Wikiloc.



-  **7 rutes de running**
+ de 125 km
-  **8 rutes de ciclisme de carretera**
+ de 730 km
-  **13 rutes de BTT**
890 km
-  **Pirinexus + Vies Verdes**
342,69 km + 100 km
Rutes accessibles des de Girona, fins als Pirineus i la Costa Brava



ESDEVENIMENTS DESTACATS

FEBRER **MARATÓ VIES VERDES** | ABRIL **BTT CHALLENGE** | ABRIL **PIRINEXUS 360**



Marta Xargay jugadora de bàsquet.
Medalla de plata als Jocs Olímpics de Rio 2016

Què t'inspira Girona?

Sempre que torno a Girona tinc la mateixa sensació: em sento a casa i m'agrada perdre'm pels carrerons del Barri Vell. Girona em té enamorada.

Quin és el racó de Girona que sempre ensenyes als visitants?

Mai em canso de passejar pel Pont de Pedra. És un espai que sempre recomano i que aprofito per visitar quan ensenyo la meua ciutat. A més, les vistes des del pont amb les cases de l'Onyar són espectaculars.

Per què creus que Girona atrau els esportistes?

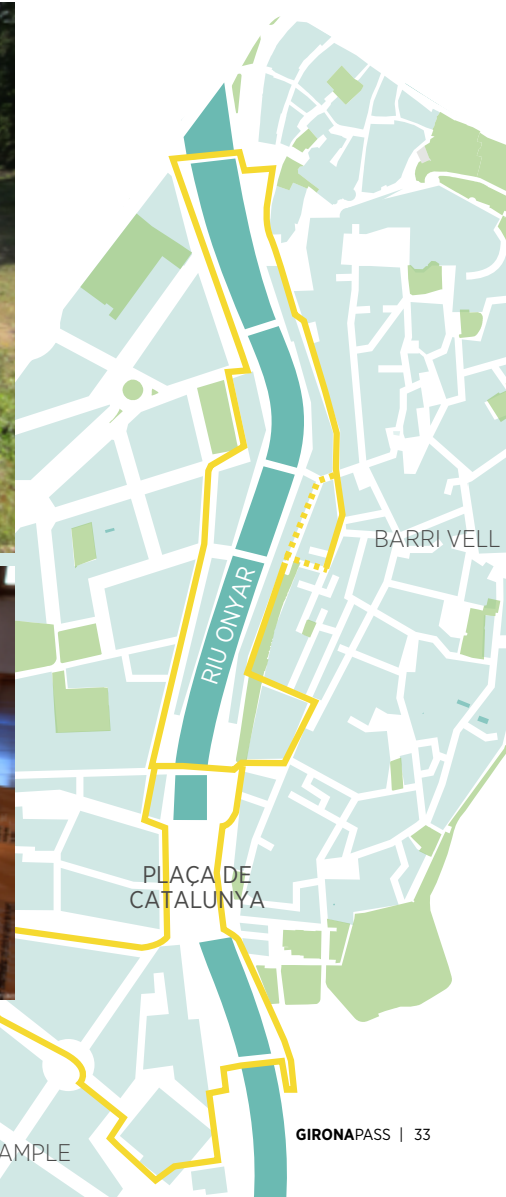
A part de ser una ciutat molt acollidora, amb un encant especial, té l'avantatge que es pot arribar a tot arreu de forma ràpida i senzilla. A més, els esportistes professionals hi troben un entorn natural únic, amb el mar i la muntanya a tocar.

CHALLENGE | OCTUBRE **CURSA DE LA DONA** | DESEMBRE **SANT SILVESTRE GIRONA**

CIUTAT ACCESSIBLE *per a tothom*

Treballem perquè Girona sigui una ciutat per a tothom, inclusiva, per a residents i visitants. Una ciutat preparada perquè la gaudeixis, sigui quina sigui la teva condició. Sense barreres. I tot això gràcies a un treball realitzat de forma coral: administració i entitats privades vetlem per oferir garanties d'accessibilitat als principals recursos i serveis turístics de Girona.

Descarrega't la guia - APP amb tots els itineraris i vídeos.



CONGRESSOS amb personalitat

Al món hi ha moltes ciutats que poden acollir l'organització de congressos, però només Girona ho pot fer de manera tan especial. Amb espais únics i singulars com poden ser el pati del Museu dels Jueus o el Saló de Descans del Teatre Municipal, que donen un toc diferencial a l'esdeveniment, ubicats en un centre històric amb més de mil anys.

Espais únics que es transformen per acollir sopars de gala, còctels i altres activitats de caràcter especial per donar una pinzellada única i distintiva al congrés.

I el més important: tot això a prop, a poca distància a peu, que et permet moure't sense dependre d'un vehicle.

Consulta el calendari i tota la informació a:
www.gironacongressos.org



Plaça dels Jurats



Centre Cultural La Mercè



Teatre Municipal



Banys Àrabs



Sala Simfònica - Palau de Congressos



Sant Pere Galligants



Hall- Palau de Congressos



Casa Masó



Ramon Brugada *Cardiòleg, investigador, primer degà de la facultat de Medicina de la UdG i director científic del projecte "Girona territori cardioprotegit".*

Què t'inspira Girona?

M'inspira tranquil·litat, i que tot és a prop i fàcil. A Girona ho tens tot de forma ràpida i accessible. És una ciutat mitjana, però sense res a envejar a les grans urbs del món. I tot això, en un entorn natural impressionant i a pocs quilòmetres.

Quin és el racó de Girona que sempre ensenyas als visitants?

Els invito a creuar qualsevol dels ponts de l'Onyar i contemplar els colors de les cases que, a banda i banda, acompanyen el curs del riu des del Pont de Pedra cap a nord. I, sobretot, fer-ho a la posta de sol, quan notes el canvi de color de les façanes.

Has organitzat i participat en congressos a la ciutat. Per què fer-los a Girona?

Girona és una ciutat a escala humana, però amb l'atractiu i infraestructures de les grans ciutats. Fer un congrés a Girona, amb un Palau de Congressos de primer ordre, en una ciutat històrica com aquesta i fugint de les grans aglomeracions, és un luxe i un valor afegit. Són dies de feina congressual, però també de desconnexió i de reunions fora, és per això que el seu entorn és clau.



MEMBRES DE

ICCA | MPI | ECM | CCB | CBGCB | SCB | APCE

molts motius PER ORGANITZAR UN CONGRÉS A GIRONA

1 Reconeixement turístic mundial



Girona és una de les ciutats amb més personalitat de Catalunya. I així ho avalen alguns reconeixements de prestigioses revistes i guies de viatges internacionals com la guia *Frommer's*, la revista *National Geographic*, el diari *The Guardian* o el portal TripAdvisor.

2 Ciutat històrica mil·lenària



Descobrir l'encant d'aquesta ciutat amb 2.000 anys d'història és una experiència difícil d'oblidar, els seus carrers estrets i empedrats ens poden transportar a altres èpoques.

3 Ubicació geogràfica immillorable



El tren d'alta velocitat connecta Girona amb Barcelona en 37 minuts, Madrid en 3,5 hores i París en 5,5 hores. L'aeroport, a 15 minuts del centre, uneix la ciutat amb més de 20 destinacions internacionals.

4 Gran contrast de paisatges



Girona és la capital de la Costa Brava, un litoral amb singulars cales d'aigües transparents. A una hora de cotxe tenim els Pirineus, amb un llegat històric únic d'ermites i esglésies, i algunes de les millors estacions d'esquí.

5 Gastronomia única



Girona és una de les zones gastronòmiques més importants del món. A la regió hi trobem més de 20 estrelles Michelin, i un dels millors restaurants del món segons la revista *Restaurant Magazine*, el Cellar de Can Roca.

6 Oferta hotelera de qualitat



De les 1.100 habitacions que ofereix la ciutat i el seu entorn més immediat, la majoria es troben a menys de 10 minuts a peu del Palau de Congressos.

7 El Palau de Congressos de Girona



Amb 3 auditoris i 13 sales amb llum natural, el Palau té capacitat per acollir fins a 1.800 persones. L'edifici es complementa amb una gran àrea d'exposició i diversos espais adaptats per al servei d'àpats.

8 Àmplia experiència



Sectors tan importants i estratègics com el mèdic, el científic i l'empresarial han confiat en el Girona City Convention Bureau (GCCB) per a l'assessorament i organització del seu congrés.

9 Excel·lent hospitalitat i acollida



L'equip humà del GCCB vetlla pel grau de satisfacció dels seus clients. Una qualitat que es fa palesa en les enquestes postcongressuals en les quals la nota mitjana de satisfacció és de 9,7.



AFTER WORK com si fossis de Girona

Què fan els gironins quan acaben la seva rutina diària? Per on es mouen? Com viuen i veuen la ciutat? Aquí tens algunes propostes per moure't com un autèntic *insider* per la ciutat.

- Passejar pel Barri Vell i la Rambla menjant un gelat.
- Perdre's pels carrerons del centre i descobrir botigues úniques ubicades en un laberint de pedra.
- Relaxar-se fent el toc en alguna de les terrasses del centre històric o contemplant les vistes des del terrat d'un hotel.
- Introduir-se a l'autèntica gastronomia catalana amb un taller de *show cooking*.
- Practicar el *running* pels racons més emblemàtics d'una ciutat mil·lenària.
- Viure la nit als locals amb més caràcter ja sigui amb un concert o ballant les últimes novetats musicals.



CONNEXIONS a un pas de tot!

Girona conserva l'encant de les ciutats petites en un entorn immillorable i una xarxa de comunicacions moderna i eficient. Té un fàcil accés des de qualsevol punt d'Espanya i Europa, ja sigui en avió, en tren, per carretera o per mar.



EN AVIÓ

L'Aeroport de Girona-Costa Brava, amb vols nacionals i internacionals, està situat a només 15 km de la ciutat. També hi ha l'opció d'arribar a l'Aeroport Internacional de Barcelona - El Prat, situat a 100 km de Girona i amb excel·lents comunicacions per carretera.



PER CARRETERA

Girona està connectada per autopista (AP-7) amb diverses ciutats espanyoles i franceses. A més, la xarxa pública d'autobusos també connecta la ciutat amb els diferents aeroports i ciutats de la província.



EN TREN

El tren d'alta velocitat comunica la ciutat tant amb destinacions nacionals com internacionals.

- Girona - Barcelona: 37min.
- Girona - Madrid: 3 h 30 min.
- Girona - Tolosa: 2 h 30 min.
- Girona - París: 5 h 30 min.



Costa Brava



Pirineu de Girona



Museu Dalí



TELÈFONS d'interès



EMERGÈNCIES

112



POLICIA

092 / 972 419 092



URGÈNCIES MÈDIQUES

112 / 061



AJUNTAMENT DE GIRONA - ATENCIÓ CIUTADANA

972 419 010



PÈRDUA DE TARGETES

Visa - Master Card 900 971 231
American Express 902 375 637
Xarxa 4B 902 114 400



RENFE - ADIF

902 24 02 02



TAXI GIRONA

972 222 323

GIROTAXI

627 440 440



ESTACIÓ D'AUTOBUSOS

972 212 319



AEROPORT GIRONA - COSTA BRAVA

972 186 600

comparteix la teva experiència



Turismegi



turisme_gi



turisme_gi



Girona Turisme TV



@manelct



@mercenetagi



@josepgram



@cristinagirona



@carles_girolmat



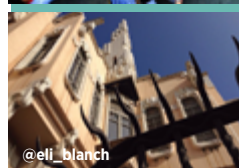
@royedestroye



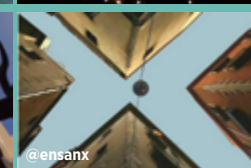
@newdivide



@carlesMasso73



@eli_blanch



@ensanx



@davidborrat



@joantriasva

CRÈDITS

Edita
Disseny i producció
Traducció i correcció
Impressió
Dipòsit legal

Ajuntament de Girona
Minimilks
Consorci per a la normalització lingüística de Girona
Lorem Ipsum
DL Gi 1552-2016

Autors fotografies:

Alberto Nevado, Andrea Ruiz, Aniol Resclosa, BASÍLICO STUDIO, Carles Palacio, Dani Vila, David Borrat, Eddy Kelele, El Beso Photography, Francesc Tur, J. Curto, Jaume Llorens, Joan Castro, Joan Cebrià, Joan Sabater, Jordi Puig, Jordi Roca, Jordi S. Carreras, Jordi Soler Font, Lluís Serrat, Marc Martí, Maria Geli - Pilar, Marina Saenz de Pablo, Martí Artalejo, Michael Kolesky, Òscar Vall, Patitucci Photo, Quim Puig, Pere Duran, Rafel Bosch, Ramon Puig, Ruben Garcia, Toni Vilches.

Agraïments:

Agència Catalana de Turisme, Ajuntament de Girona. CRDI, Club Tennis Girona FEB, Festival d'Art Independent Pepe Sales, Fundació Gala Salvador Dalí, GEIEG, Girona Film Office, Gran Hotel Ultònia, Incatis, Miquelets de Girona, Museu d'Arqueologia Catalunya - Girona, Museu d'Art de Girona, Patronat de Turisme Costa Brava Girona, Tempo sota les estrelles, Universitat de Girona.

;) **girona**
emociona

Ajuntament  de Girona

www.girona.cat/turisme