

TimeOut

BARCELONA

Arrossos, carn a la brasa, marisc, pizzes, cuina vegetariana...

PLANS EN FAMÍLIA

TAULES PER A TOTS

Còctels, DJs, vermut, festes amb vista al mar, concerts...

Cales verges, ombres naturals, quilòmetres de sorra, piscines...

DOLÇA I SALADA

ESPECIAL PLATGES!

El millor que us trobareu aquest estiu des de Vilanova i la Geltrú fins a Montgat

SENSE SUAR

Submarinisme, rem, 'paddle surf' nocturn, vela, natació...

LLOCS ÚNICS

PLANTES I BESTIOLES

Immersió amb taurons, albirar dofins, cuidar tortugues...

COSES PER FER

Sortides amb pescadors, viatges en veler, 'flyboard'...

Sumari

Estiu 2018



Reportatges

04. Al l'aigua

Activitats i esports per fer en remull

08. Basses urbanes

7 piscines per oblidar el salnitre

10. Equip d'estiu

L'estil no marxa de vacances

12. El mar petit

Les propostes més divertides per a la canalla

20. Vilanova i la Geltrú

24. Sitges

30. El Garraf

32. Castelldefels

38. Gavà

40. Viladecans

42. El Prat

44. Barceloneta

48. Nova Icària - Bogatell

53. Bogatell - Sant Adrià

56. Badalona

60. Montgat

CONVERSA AMB NOSALTRES



facebook.com/timeoutbcn



@timeoutbcn



@timeoutbcn

TimeOut
BARCELONA

Plaça Reial, 18, 1a planta
08002 Barcelona |
Comercial i màrqueting T. 93 295 54 00
entrades@timeout.cat
Redacció T. 93 310 73 43
redaccio@timeout.cat
Administració T. 93 667 78 90

Conseller Executiu Eduard Voltas | Directora General de Negoci Mabel Mas | Directora General Financera Judit Sans | City Manager Fanny Campeny | Directora María José Gómez | Director d'art Diego Piccinino | Disseny Leticia Ucin | Fotografia Iván Moreno, Maria Dias, Shutterstock | Cap de redacció Marta Salicrú | Coordinació editorial Laura Conde Redacció Erica Aspas, Maria Junyent, Alba López, Eugènia Sendra | Subdirectores de Negoci Aroa Cervantes, Carlota Falcó | Comercial Esther Andrés, Mercè Llubera, Juan Carlos Baena | Coordinació de publicitat Carme Mingo | Branding content Begoña García Carteron, Anna Pruna | Creatiu publicitari Jordi Caballé | Disseny publicitari Angelo Benetti | Administració i Finances Eduard Poch, Julián López, Guillem Catena | Edita Time Out Spain Media, SL. Reservats tots els drets. | Aquesta publicació no pot ésser reproduïda ni totalment ni parcialment sense consentiment del propietari. Tampoc no pot ésser transmesa per cap mitjà o mètode, ja sigui electrònic, mecànic o d'altre tipus. La revista no s'identifica necessàriament amb les opinions expressades pels seus col·laboradors.

Impressió Rotocayfo Impresia Ibérica | Distribució Suscripress | Dipòsit legal B-44772-2010
ISSN 1888-3850 | Time Out Digital ISSN 2462-3385 | Exemplar gratuït, prohibida la venda

Natura arran de mar

8 platges metropolitanas que us sorprendran per la seva biodiversitat

Dunes, platges totalment naturalitzades, sorrals reservats per a la nidificació d'aus, platges urbanes pensades per protegir la fauna, cales familiars... Tot això i molt més ho trobareu al nostre litoral!

DE SUD A NORD

El front marítim metropolità s'estén des de Castelldefels, als peus del massís del Garraf, fins a Montgat, als peus de la serralada del Montnegre Corredor. Una extensió de 42 quilòmetres i 41 platges ben diferents que us proposem recórrer, descobrint les seves particularitats, les seves diferències i la seva marcada identitat. Uns trets específics que són el resultat d'un treball acurat, del qual us expliquem tots els detalls abans de sortir de platges. La feina de gestió del litoral es porta a terme en col·laboració amb els ajuntaments metropolitanos de la franja costanera.

L'ÈXIT D'UNA BONA GESTIÓ

Des de 1998, l'AMB s'ocupa de la gestió del litoral metropolità. La seva és una tasca transversal, una gestió integral que va molt més enllà del manteniment i que es ramifica en molts petits i grans detalls. Des d'un bon principi, l'AMB ha buscat recuperar l'estat natural del paisatge en funció de les seves característiques geogràfiques, almenys en part, per tal de

retornar la vegetació i la fauna pròpia als espais on s'havia perdut. I ho ha fet, a més, buscant que aquests espais siguin compatibles amb l'ús ciutadà i l'oci arran del mar.

El manteniment de la sorra i la neteja diària, que s'intensifica durant l'època estival, és tota una ciència ben estudiada. A principis de temporada, es porta a terme una llaurada, amb tractors equipats amb arades, que remou la sorra fins a una profunditat d'uns 50 centímetres per tal d'afavorir-ne el sanejament gràcies al contacte amb l'aire i el sol. I després, a més de la neteja manual diària a càrrec de personal especialitzat, es fan garbellaments que remouen i filtren la sorra fins a 10 centímetres, per tal de no deixar cap mena de partícula residual.

PLATGES MÉS FÀCILS

AMB també s'ocupa de millorar els accessos a la platja sense fer una intervenció dràstica en el paisatge, minimitzant el ciment, tan usat en el passat, per afavorir les

passarel·les de fusta i els camins naturals aplanats. I de modernitzar i mantenir en bon estat equipaments com bancs, cadires, aparcabicis, megafonia, senyalització, dutxes, papereres i torres de vigilància. A més, busca ampliar en la mida del possible les zones de jocs infantils, les de jocs gimnàstics i els espais per jugar a esports com el futbol, volei o korfbal.

Tot un munt de tasques que, al llarg d'aquests vint anys, han aportat un gran coneixement i una expertesa i que, a més, han comportat que, avui dia, les nostres platges metropolitanas tinguin una qualitat molt alta i un paisatge peculiar amb identitat pròpia. Aquesta personalitat diferenciada és, precisament, el que més atreu als usuaris, que les qualifiquen amb notes de gairebé un 8 sobre 10. Us presentem 8 platges concretes, de les menys conegudes, on s'han portat a terme projectes de recuperació de flora i fauna i que són tot un exemple de la biodiversitat del nostre litoral.

→amb.cat





FOTOS: MARIA JOSE REYES

1. La Pineda (Castelldefels)

DUNES I PROPOSTES FAMILIARS

Situades entre el delta del Llobregat i el massís del Garraf, les tres platges de Castelldefels tenen una extensió de gairebé cinc quilòmetres. Destaquen per la seva amplitud, l'aigua poc profunda i la sorra fina. Al nord del municipi hi ha la platja de La Pineda, que ha servit per potenciar la biodiversitat a través de dunes híbrides i on us hi espera un itinerari dunar amb informació sobre la flora i la fauna autòctona que s'ha recuperat. En aquesta zona s'hi organitza la Jugatecambiental per aprendre, en família, coses sobre les platges metropolitananes, la natura i el medi ambient. A més, la platja disposa de la primera zona de kitesurf regulada de l'àrea metropolitana de Barcelona.

Flora i fauna

Les zones dunars són l'hàbitat de diverses espècies animals i vegetals autòctones que, en veure augmentar el seu territori gràcies a la recuperació de les dunes híbrides al sud del litoral metropolità, han vist també augmentar de nou la seva població i allunyar el risc de perill d'extinció. És el cas, per exemple, de la vistosa eruga zebra, una espècie que ha retornat a les platges de Castelldefels i ha de ser protegida perquè resulta molt beneficiosa per a l'ecosistema de les platges. També la petita sargantana cendrosa, gairebé desapareguda i que ara ha fet una important colònia a les platges del Prat. O el corriol camanegre, un ocelllet de platja que ara torna a nidificar al nostre litoral. I no és l'únic. Entre les espècies protegides d'aus s'hi poden observar cada cop més exemplars de cadeneres, mallerengues emplomallades, xoriguers comuns, aligots, mascarells, gavines corses...

Espècies invasores

Per tal de recuperar la flora autòctona on habiten aquestes espècies, una de les primeres tasques que cal portar endavant és la de l'eliminació de les plantes invasores i exòtiques, que colonitzen el terreny,

impedint el creixement i l'expansió de la resta. Es tracta d'espècies que, generalment, han estat introduïdes per motius productius i ornamentals o, de vegades, de forma accidental. Entre les més habituals al nostre litoral es troben la coneguda com a ungla de gat (Carprobrotus edulis), l'atzavara (Agave americana) i la iuca (Yucca), que els experts d'AMB retiren de forma controlada. A canvi, es planta vegetació pròpia, i s'acota el perímetre per tal de protegir-la i fer l'espai compatible amb l'ús ciutadà. El resultat són platges cada cop més naturals, ben vives i alhora obertes a ser viscudes i gaudides.



ALBA BARRERA



2. Platja de Gavà

VALOR PAISATGÍSTIC

A les dues platges de Gavà hi trobareu un sistema de dunes i camins que recrea la imatge d'una platja mediterrània poc humanitzada i amb una pineda litoral. La Platja de Gavà, amb més de tres kilòmetres i mig, destaca per la seva qualitat. En aquesta zona es va executar el primer projecte de recuperació dels sistemes dunars de l'àrea metropolitana de Barcelona. Quan hi aneu, no oblideu passejar pel seu passeig marítim, que recorre l'espai entre les dues platges del municipi i ha estat reconegut amb prestigiosos premis d'arquitectura. Aquesta és una zona d'oci permanent amb infraestructures molt ben integrades a l'entorn.

3. Platja del Remolar (Viladecans)

PARADÍS GAIREBÉ VERGE

Les platges de Viladecans, que s'estenen des de la desembocadura de l'estany del Remolar fins a la de l'estany de la Murtra, dibuixen un entorn excepcional dins l'àrea metropolitana. Són platges sense urbanitzar amb un paratge dunar que conserva comunitats vegetals i animals pròpies dels sorral costaners. La platja del Remolar, al nord del municipi, es troba davant dels espais protegits més coneguts del delta i compta amb basses d'aigua temporal. Si voleu observar la fauna còmodament, feu-ho a través del seu mirador i potser veureu l'escàs corriol camanegre i altres ocells litorals (limícoles i gavines), que s'alimenten i nien a la zona.

4. Can Camins (El Prat)

UNA PLATJA BEN ASSORTIDA

El Delta del Llobregat és una zona on conviuen grans infraestructures (com l'aeroport) amb espais naturals excepcionals, com llacunes, aiguamolls i pinedes litorals. En aquest entorn es troben les platges protegides del Prat, que es van recuperar gràcies a la depuradora del Baix Llobregat, amb la qual es van eliminar les aportacions contaminants del riu. A la zona hi ha 3,4 km de platges aptes per a l'ús públic. La de Can Camins és la que compta amb més equipaments i serveis, com el Centre Municipal de Vela i el Centre de Recuperació d'Animals Marins. No oblideu visitar la impressionant pineda de Can Camins, que separa la platja de la zona aeroportuària.



Un litoral en regressió

Al llarg dels últims anys s'ha detectat una regressió important i accelerada de les platges metropolitanas. Això afecta de manera diferent a les platges del nord que a les del sud. Mentre que aquestes últimes es mantenen, gràcies a la presència de dunes híbrides, que apaivaguen lleugerament el problema. Al nord la regressió és fa cada cop més evident. Les platges de Badalona i Barcelona han perdut espai de sorra, però les que més han patit són les de Montgat, que han vist reduïda a la meitat, o fins i tot més, la seva extensió.



5. Nova Icària (Barcelona)

CALMA URBANA

La recuperació del front marítim de la ciutat va significar un canvi històric, que va fer possible la integració de les platges del nord a la vida quotidiana dels barcelonins. En aquests moments, Barcelona disposa de més de quatre quilòmetres i mig de platges equipades i disponibles per

al bany. Si en busqueu una de tranquil·la, aneu a la de la Nova Icària, una platja urbana on es porta a terme un projecte d'abalissament per a la protecció del corb marí emplomallat, un ocell que es vol recuperar a les nostres costes. A més, hi trobareu una

Què passa quan...?

...hi ha una tempesta

Per prevenir els efectes dels temporals, AMB compta amb un protocol previ que consisteix en eliminar barreres que bloquegin el pas de l'aigua i construir canals per evitar la inundació de les platges. A posteriori, el servei de platges treballa per recuperar l'estat original del litoral, retirant la sorra allà on s'hagi acumulat, redistribuint-la al llarg de l'espai i restituint-la on es necessiti.

...la platja s'omple de residus

Els temporals acostumen a omplir les platges de residus, que es recullen seguint un protocol i es separen manualment. Els vegetals, com canyes i troncs, es porten a plantes de compostatges, mentre que els plàstics segueixen el mateix criteri de sostenibilitat que els residus provinents de papereres i de la neteja manual: es porten a plantes de triatge, on es separen per ser reciclats.

...es troben animals marins a la platja

Tot i que, per sort, no passa amb massa freqüència, de tant en quant es dona la situació excepcional de trobar animals marins a la platja, com balenes, dofins o tortugues. Si us en trobeu, truqueu al 112, ja que existeixen protocols específics d'actuació. Els agents rurals decideixen com s'ha de procedir i el personal d'AMB abalisa la zona i organitza la logística de retirada.

...cal renovar infraestructures

A l'hora de fer millores en les infraestructures de les platges, l'AMB busca sempre l'assessorament d'experts en cada camp. Un dels últims exemples és el projecte de renovació de les garites de vigilància dels socorristes, que els membres de l'ONG Proactiva Open Arms han ajudat a dissenyar per tal de garantir l'ombra al llarg del dia i afavorir la visió.



7. Platja Coco (Badalona)

UNA PLATJA RECUPERADA

El litoral de Badalona compta amb 3,7 kilòmetres de platges. En aquest sector de la costa es troba el pont del petroli: una antiga estructura de pilones que avança uns 250 metres mar endins i ofereix vistes privilegiades de la ciutat. Al sud, hi ha la platja Coco, recuperada en una zona industrial on antigament hi havia la fàbrica CACI, popularment coneguda com 'la fàbrica del coco', d'on li ve el nom. A diferència de les platges del litoral sud, les del litoral nord són més abruptes i més estretes, la sorra és més gruixuda i pedrenca i tenen una inclinació més acusada que atorga més profunditat a les aigües.

8. Platja de les Roques (Montgat)

ENCANT I VARIETAT

El litoral de Montgat compta amb gairebé dos quilòmetres de platges de sorra daurada que incorporen un sortint rocallós que afegeix encant al paisatge. En aquesta zona es troba la Platja de les Roques, una platja petita en forma de cala, rocosa i amb vegetació que marca el contrapunt litoral. Al nord està limitada pel que queda de les roques del Turó de Montgat, les mateixes que es van fer servir per realitzar la base de la via del ferrocarril construïda al 1848. Quan hi aneu, aprofiteu per visitar la Torre de Guaita, que va ser construïda durant el segle XVI i es troba davant de la platja.

6. Platja del Fòrum (Sant Adrià del Besòs)

UN GRAN DESCOBRIMENT

La posada en funcionament de la depuradora del Besòs va representar un gir radical en l'estat de les platges de Sant Adrià. Això es pot comprovar tant pel que fa a la millora de la qualitat de l'aigua com a l'eliminació de les pudors. Al sud de la desembocadura del riu Besòs i el seu parc Fluvial, la platja del Fòrum es va recuperar arran de la transformació urbana de la zona. És un lloc ideal per l'observació d'aus i una zona tranquil·la on relaxar-vos. A més, podeu aprofitar per fer un tomb pel Port Fòrum Sant Adrià, un port marítim de caràcter esportiu que es va construir amb motiu del Fòrum Universal de les Cultures del 2004.

FOTOS: MARIA JOSE REYES

Castelldefels

Encant mediterrani

Si hi ha un lloc que reflecteix bé el 'way of life' mediterrani és aquest racó de grans platges i petites dunes, amb un passeig marítim sempre agradable per fer esports i passejar

Port Ginesta

Els seus més de 1.400 amarradors i les seves més de 75 empreses nàutiques fan de Port Ginesta el port esportiu més grans de Catalunya en serveis nàutics. Però, tingueu o no vaixell, podreu gaudir dels seus restaurants (un d'especial per a vegans), bars musicals i fins i tot un laberint on podreu fer una guerra làser en família o amb els amics. I no us descuideu de les activitats nàutiques, com el surf o el catamarà!

→ Passeig Marítim, s/n (les Botigues de Sitges).

T. 93 664 36 61.

www.portginesta.com

Rosa-Mar Restaurant

La seva terrassa amb vista al mar és un dels llocs més privilegiats d'aquest tros de Mediterrani. La seva especialitat són els arrossos, tot i que també hi podreu degustar un bon plat de peix cuinat amb cura i acompanyar-lo d'un dels excel·lents vins de la seva carta. Heu allargat massa el dia de platja i se us ha fet fosc? Cap problema, enceteu una bona nit d'estiu

Castelldefels té 5 km de platges per a tots els gustos: Baixador, Lluinetes i la Pineda

gaudint d'un bon còctel a la fresca i de bona música.

→ Passeig Marítim, 2 (les Botigues de Sitges).

T. 93 665 69 59.

P. 30-40 €

CBC Casanova Beach Club

En els més de 1.000 metres quadrats que posa al vostre abast el restaurant Casanova podreu gaudir d'un espai lluminós davant del mar, amb una arquitectura minimalista i cuidada al detall i on us oferiran una proposta gastronòmica que combina tres tipus de cuina: mediterrània, asiàtica i brasa. I si després de sopar el cos us demana festa, no cal que us mogueu. DJ, actuacions musicals i els millors còctels fins passades les 3 de la matinada!

→ Passeig Marítim, 297 (platja del Baixador).

T. 93 665 70 95.

www.grupolancaster.com

P. 30-40€

El Pèndul Beach Club

Aquest restaurant a peu de platja s'ha convertit, any rere any, en un





FOTOGÈNIA PURA

Des del castell de Castelldefels fins a la platja, la ciutat és perfecta per nodrir amb bon material el vostre Instagram!

IVAN MORENO

dels referents gastronòmics de Castelldefels. La seva terrassa de vidre amb vista al mar és un regal per a la vista. Hi podreu assaborir cuina mediterrània creativa i plats que combinen sabors i aromes de diferents cultures. A la nit el local es converteix en un punt de referència de la vida nocturna de la ciutat i en una gran opció si voleu prendre una copa rodejats de bon ambient.

→ Ribera de Sant Pere, 1 (platja de Lluminetes).
T. 93 664 15 95.
P. 25-30 €

Che-Che Restaurant

El xef Àngel Moya, conegut com a Cheché (d'aquí el nom del restaurant), lidera un equip que porta treballant conjuntament gairebé vint anys. La qualitat dels ingredients que utilitzen i un servei atent i professional són part de l'aposta d'aquest restaurant, una combinació de factors que us assegurarà una bona vetllada. Tot plegat en un local d'ambient agradable i acabat de reformar, on predominen la fusta i els colors clars.

→ Passeig Marítim, 280 (platja del Baixador).
T. 93 665 18 87.
www.checherestaurant.es
P. 40-45 €

Restaurant Soli

Situat a primera línia de platja, gaudireu del mar mentre degusteu un bon arròs o qualsevol dels plats de la carta d'aquest restaurant que aposta per la cuina tradicional però amb un toc de modernitat. El seu local espaiós el fa ideal per a famílies o grups

i per fer-hi qualsevol celebració perquè, a més, el Soli us reserva una sorpresa... Quan cau la nit, es converteix en karaoke, així que agafeu el micro i deixeu-vos anar!

→ Passeig Marítim, 38 (platja de la Pineda).
T. 93 636 55 23.
www.restaurantsoli.com
P. 40-45 €

Globo Gastronòmic Beach Club

Què et semblaria si l'oferta d'esmorzar inclogués una classe de ioga a la platja? I si a mig matí et proposessin una sessió de música en viu o una classe de salsa? Els propietaris d'aquest xiringuito no es conformaran amb servir-vos un bon esmorzar, un bon vermut o un bon dinar, així que programen al llarg de tot l'estiu activitats perquè el vostre dia de platja sigui tan complet com sigui possible!

Passeig Marítim, 24 (les Botigues de Sitges).
T. 607 509 775.
www.globobeachclub.com
P. 20-30 €

Fosbury Cafè

Prepareu-vos per gaudir d'un entorn espectacular, tant a dins del restaurant (que té una decoració exquisida) com a fora (amb la platja de Castelldefels pràcticament a tocar dels dits). Però no només de paisatge viu l'home, així que no us preocupeu perquè al Fosbury també pensen a alimentar-vos bé. La carta us farà la boca aigua, especialment els arrossos, i les postres són un somni!

→ Passeig Marítim, 299 (platja del Baixador).
T. 93 636 73 72.
www.fosburycafe.es
P. 40-45 €



IVAN MORENO

Castelldefels

SERVEIS

Hi ha salvament, socorrisme i atenció al bany per a persones amb mobilitat reduïda.

Txalaka

Quan es tracta de pintxos, els bascos sempre són un valor segur. Us costarà escollir entre la gran varietat de tapetes que s'exhibeixen a la barra i les que van traient els cambriers, directes des dels fogons al vostre plat. Però si la gana us crida i necessiteu un plat contundent, no deixeu de tastar el *chuletón*, que s'acabarà de fer sobre una pedra directament a la vostra taula. Una bona opció per a un dinar informal i de qualitat.

→ Passeig Marítim, 240 (platja de Lluminetes).

T. 93 636 12 15.

www.txalaka.com

P. 30-35 €

Tibu-ron Beach Club

De dia o de nit. O les dues coses. El Tibu-ron Beach Club té plans per a vosaltres a l'hora que us vingui de gust. De dia, podeu gaudir d'una jornada de platja memorable, saciant la gana i la set al restaurant. De nit, còctel en mà, podeu convertir la seva terrassa, a sobre mateix de la sorra de la platja, en l'escenari d'una sobretaula perfecta. No es pot demanar més.

→ Ribera de Sant Pere, 15 (platja del Baixador).

T. 93 180 39 60.

beachclub.tibu-ron.com

P. 30-35 €

Rober's

Després d'un matí de sol i remullades a la platja, encara amb sorra als peus i els cabells molls, no voleu entaular-vos gaire, però tampoc renunciar a saciar la gana amb condicions i donar-li una alegria al cos. Esteu de sort, perquè ben a prop de la platja trobareu el Rober's, on us esperen els millors frankfurts i entrepans de la localitat. Alguns són tan espectaculars que han arribat al nivell de mítics. Tasteu-los i entedreu per què!

→ Passeig Marítim, 218-220 (platja de Lluminetes).

T. 93 664 94 42.



SHUTTERSTOCK.COM

Para-Vos

Si sou carnívors i ho defenseu sense complexos, us agradarà aquest restaurant que combina la cuina mediterrània amb les millors especialitats en carns argentines i uruguaianes. Si només de pensar en un *chivito* de vedella, una milanesa napolitana, un *choripán* o un *dulce de leche* se us fa la boca aigua... no li doneu més voltes! A més, podreu gaudir de tota aquest viatge gastronòmic just a peu de platja!

→ Passeig Marítim, 3 (platja de la Pineda).

T. 93 665 86 11.

www.restauranteparavos.es

P. 35-40 €

Rayuela Resto & Gril

"I jo soc això, un sac amb menjar a dins", deia Julio Cortázar a *Rayuela*, i aprofitava, just després, per parlar sobre l'ànima humana. De ben segur que, com a bon argentí, l'escriptor era amant

La gran diversitat d'oferta 'gastro' és fantàstica: des de cuina vegana fins a restaurants bascos, argentins, arrossos...

d'un bon tall de carn a la brasa. Si vosaltres també ho sou, no deixeu de visitar el restaurant *Rayuela*, convertit en tot un referent en la zona gràcies a la qualitat de la seva carn i al seu mètode de cocció.

→ Carrer 10, 20 (platja de Lluminetes).

T. 93 142 69 90.

P. 40-45 €

El Txoco

Si decidiu visitar El Txoco, entedreu perquè la cuina basca té fama de ser una de les millors del món. Ubicat en ple passeig marítim de Castelldefels, aquest restaurant us ofereix una gran quantitat de plats i *pintxos* per a tots els gustos. La seva carta varia constantment perquè no us avorriu si voleu repetir, i hi trobareu peixos, carns o verdures.

→ Passeig Marítim, 150 (platja de Lluminetes).

T. 93 665 45 01.

eltxoko.wixsite.com/eltxoko/restaurant

P. 30-35 €



TURISME BAK LLOBREGAT

La Vila del Rocxi

L'interior d'aquest curiós restaurant recrea els carrers, cases, jardins i places d'un poble, així que, mentre mengeu les seves espectaculars pizzes o un dels seus molt recomanables plats de pasta, us semblarà que sou sota la llum tènue d'un fanal, al bell mig d'una placeta acollidora. Els amants del vi, a més, agraireu la seva extensa carta, amb especial atenció als vins catalans. Tota una experiència!

→ Carrer 5, 24 (platja de Lluminetes).

T. 93 636 68 12.

www.rocxi.com

P. 30-35 €

Restaurant Amar

Aquest restaurant és un clàssic entre els clàssics pel que fa als peixos i als mariscs així que, si voleu assegurar-vos una taula al seu sol·licitat menjador, no us oblideu de reservar-hi. Un cop a dins, gaudiu d'un tracte

PARC DE LES DUNES

Refugiar-se del sol estiuenc sota una ombra d'aquest parc encantador o fer-hi un tomb a mitja tarda sempre són bones idees.

→ Passeig Marítim, 1 (Barri La Pineda).

PARC DELS EUCALIPTUS

Aquests arbres seran els vostres aliats quan el termòmetre us desafii.

→ Avinguda dels Eucaliptus, 12.

professional i exquisit i d'una carta on també sobresurten els arrossos i les paelles. Si no us agrada el risc i voleu viure una experiència per recordar, aquest restaurant és una elecció que mai falla!

→ Carrer 5, 6 (platja de Lluminetes).

T. 93 645 28 79.

P. 35-40 €

Can Moyàs

Fa més de 40 anys que els propietaris d'aquest restaurant dominen els fogons del negoci, una experiència que es nota en el tracte i que es pot assaborir a la seva cuina, que combina a la perfecció la tradició amb els tocs de modernitat. Té una extensa carta on destaquen els arrossos, els peixos i el marisc, que podreu maridar amb la seva variada carta de vins. Els llaminers, a més, gaudireu amb les seves postres casolanes delicioses.

PREN-NE NOTA

La platja de Castelldefels té 5 km repartits entre la Pineda, Lluminetes i el Baixador. És ideal per practicar esports aquàtics i per anar-hi amb la canalla, ja que diposa del segell Turisme Familiar de la Generalitat de Catalunya, àrees de jocs infantils i una ludoteca. Hi trobareu tot el que necessiteu per gaudir d'un dia de platja rodó: un bon grapat de xiringuitos, lloguer d'hamaques i instal·lacions esportives. A més, el programa Nit entre Palmeres ofereix música, ball, concerts i teatre a la plaça de les Palmeres, on també hi haurà cinema infantil a la fresca.

www.castelldefelsturisme.com

#platjadeCastelldefels



→ Estrella de Mar, 10 (platja del Baixador).

T. 93 636 12 81.

www.canmoyas.es

P. 35-40 €

Hotel Bel Air

Hi ha res més relaxant que la combinació entre piscina i terrassa solàrium? Podeu reflexionar sobre aquest i altres temes d'interès estiuenc mentre jaieu a una hamaca del jardí amb piscina davant del mar de l'Hotel Bel Air. I si després us agafen remordiments i necessiteu activitat corporal, no patiu, a l'hotel mateix podreu llogar unes bicicletes!

→ Passeig Marítim, 169 (platja de Lluminetes).

T. 93 665 16 00.

www.hotelbelaircastelldefels.com

Taska Castelldefels

La cuina mediterrània i els ingredients quilòmetre zero i de qualitat són el segell d'aquest restaurant de tradició familiar, acollidor i a tocar de la platja. La seva carta us farà salivar i no sabreu quin de tots els plats escollir. Si no voleu renunciar a res, apunteu-vos al menú gastronòmic, un tastet del millor, que us deixarà segur satisfets. I reserveu-vos un forat a l'estómac per les postres!

→ Passeig Marítim, 118 (platja de la Pineda).

T. 618 56 05 72.

www.taskacastelldefels.com

P. 25-30 €

Takua

Tanqueu els ulls i imagineu-vos fent un glop a un còctel fet amb fruita natural i escoltant bona música. No hi ha setmana dolenta que no s'efumi en un instant amb una recepta com aquesta. La podreu viure i gaudir al Takua, en ple passeig Marítim de Castelldefels, envoltats de l'olor de mar que us arribarà transportada per la brisa. Si us pica la gana, la podreu resoldre dignament amb els seus *nachos*, un plat d'hummus o els seus *burritos* deliciosos.

→ Passeig Marítim, 234 (platja de Lluminetes).

T. 93 007 21 97.

P. 20-25 €

Marisqueria Olave

Envoltats de l'ambient mariner que reina al local, i amb un plat del seu excel·lent marisc a taula, us semblarà que sou a alta mar. La gent coneix el local com a El Rey de las Tallarinas, un restaurant que s'ha fet famós pel seu peix i marisc viu i per la seva extensa carta d'arrossos i tapes. Però si sou més aviat els acompanyants d'un fan del marisc, no patiu, també hi podreu demanar carn.

→ Passeig Marítim, 259 (platja de Lluminetes).

T. 93 636 32 30.

www.marisqueriaolave.es

P. 40-45 €

Sidral d'Eva

Si sou dels que prefereixen un preu tancat però no voleu

TUNISME BANK LLOBREGAT



El Canal Olímpic té una làmina d'aigua de 1.250 metres de llarg, per 130 metres d'amplada i 4 metres de profunditat

renunciar a una bona experiència gastronòmica, aquí us sentireu com a casa. Tenen un menú (també per als festius) que satisfarà els golafres més exigents. Cuina mediterrània, arrossos, carn a la brasa, boníssimes tapes casolanes en un local familiar i acollidor just davant del mar. No us oblideu de tastar les seves postres, el pastís Tatin és excel·lent.

→ Passeig Marítim, 185 (platja de Lluminetes).

T. 93 634 27 24.

sidral-d-eva.eltenedor.rest

P. 25-30 €

La Bodegueta

Heu passat un gran dia de platja però no teniu cap intenció d'anar a dormir sense viure ni que sigui una mica la nit de Castelldefels. Esteu de sort, a La Bodegueta podreu prendre una copa d'algun dels seus excel·lents vins, tastar una de les seves cerveses artesanes o d'importació i acompanyar tot

Castelldefels



TURISME BAIX
LLOBREGAT

EXERCICI COMPARTIT

El passeig marítim és ideal per córrer, anar en bici o fer una caminada xino-xano amb la família.



plegat amb embotits ibèrics, o formatges. I, també, de la millor música indie de la ciutat.

→ Passeig de la Marina, 180 (platja de Lluminetes). T. 93 636 28 62.
www.labodeguetaindieclub.net

Parc del Mar

Una bona ombra sota els pins és una de les millors maneres de fugir de la xafogor de l'estiu, i és el que us ofereix aquest oasi urbà que és el Parc de Mar. Més de 16.000 metres quadrats de parc amb vistes panoràmiques, una biblioteca a l'aire lliure, espai perquè juguin els nens i una bona font d'aigua que us acabarà de refrescar. A més, podreu gaudir de diverses espècies de flora local.

→ Passeig Marítim, 133-137 (platja de la Pineda).

Club Marítim Castelldefels

Els més de quaranta anys de vida d'aquest club l'han convertit en

un referent dels esports nàutics a Castelldefels. Si us agrada la pesca, la vela lleugera o travessar les onades amb la vostra moto aquàtica, aquí us sentireu com a casa. El Club organitza regates i concursos de pesca, entre altres, però si el que busqueu és una estona de descans sota el sol, també posa a la vostra disposició un servei d'hamaques perquè no us canseu!

→ Passeig Marítim, 11 (platja de la Pineda).
T. 93 665 32 02.

www.clubmaritimocastelldefels.com

Club Nàutic Castelldefels

Al Club Nàutic trobareu tots els serveis que podeu necessitar si sou amants dels esports nàutics o de la pesca: varada d'embarcacions de vela lleugera i diferents espais per poder guardar el vostre material de windsurf, kitesurf, *paddle* surf i caiaç. I, per quan sortiu de l'aigua, també disposa d'un gimnàs amb màquines i materials de fitness perquè us pugueu posar en forma!

→ Carrer 514, 1. T. 93 665 26 46.

www.clubnauticocastelldefels.com

Canal Olímpic de Catalunya

Els fans del windsurf i de l'esquí surf són capaços de recórrer mig país per venir a gaudir una estona de les espectaculars instal·lacions d'equi de cable d'aquest canal. Però també podreu fer-hi tot tipus d'activitats esportives i familiars entre les quals hi ha el piragüisme, el surf de vela, l'*optimist*, l'esquí aquàtic, el tir amb arc i el *paddle* surf.

→ Av. del Canal Olímpic, 17.

T. 93 636 28 96. www.canalolimpic.cat

Casa Guiu

Inclusa a l'Inventari del Patrimoni Arquitectònic de

Catalunya, la Casa Guiu és un edifici de planta baixa i dos pisos que destaca per la seva esveltessa i pel seu entorn, que té un gran interès paisatgístic. Data de l'any 1930, i té un petit temple annex i elements decoratius d'*art-decò* d'inspiració clàssica. La façana exterior combina el color blanc amb el vermelló característic de la pedra de marès. Una visita obligada.

→ Passeig de la Marina, 106 (platja de la Pineda).

Xiringuito Ananda

L'Ananda us promet un ambient on relaxar-vos davant del mar i on convertir un dia qualsevol en el millor dia de tot l'estiu. Bé potser exagerem una mica, però el que sí que és cert és que el seu nom, *Ananda*, significa alegria i felicitat suprema en la llengua clàssica índia, i fer-vos feliços és l'objectiu d'aquest lloc. Ho aconseguiran amb una oferta gastronòmica innovadora en la qual tenen un paper important les propostes veganes i vegetarianes.

→ Passeig Marítim, 139 (platja de la Pineda).

T. 93 631 41 27

www.chiringuitoananda.com

P. 20-25 €

Bunker

Sou dels que a primera hora del matí comproven l'estat de les onades i la previsió de vent? Al Bunker us sentireu com a casa, acompanyats de gent boja per la mar i els esports nàutics com vosaltres. Es reconeixen fans del surf d'estel, el surf de vela, el surf de rem, el surf i tot allò relacionat amb la cultura i els esports del mar, i compten amb un hangar amb càmeres de seguretat.

→ Passeig Marítim, 151 (platja de la Pineda).

T. 630 985 191

www.bunkerwind.com

Gavà

Platges 'ommm'

Dunes, pins, sol i mar. El paisatge de Gavà ens convida a desconnectar en família i gaudir d'un mar poc profund i una sorra finíssima

Restaurant Torreón

Lluny de les aglomeracions de la primera línia de mar però a prop de la platja, enmig d'una tranquil·la zona residencial, trobareu aquest restaurant, famós per la qualitat de la seva cuina mediterrània, els seus arrossos i el seu marisc. Té una terrassa de vidre amb vista al jardí i una pineda des d'on podreu relaxar-vos, i una botiga annexa de *delicatessen* on trobareu menges exquisides i vins per somiar.

→ Blanes, 3 (platja de Gavà).

T. 93 633 06 35.

www.torreonrestaurant.es

P. 40-45€

Restaurant Les Marines

A primera línia de mar, aquest restaurant és un oasi envoltat de pins. El seu jardí és just el que necessiteu, tant si hi aneu en parella com si aneu amb els amics, en família o, fins i tot, sols. A la terrassa del jardí, però també dins els seus amplis salons, podreu gaudir d'una cuina de mercat on destaquen els peixos i els arrossos. Ah!, i té pàrquing per

als clients perquè no perdeu el temps buscant aparcament!

→ Calafell, 21 (platja de Gavà).

T. 93 633 35 70.

www.lesmarines.com

P. 45-50 €

Restaurant Miralmar

Imagineu-vos en una terrassa tranquil·la mirant el mar, sentint una lleugera brisa fresca, just davant les dunes de la platja de Gavà. La definició d'un dia perfecte de platja ha de ser semblant a aquesta. Trobareu tot això al restaurant Miralmar on, a més, us oferiran refrescants amanides i boníssims entrants, i també deliciosos arrossos i una gran varietat de plats de cuina mediterrània.

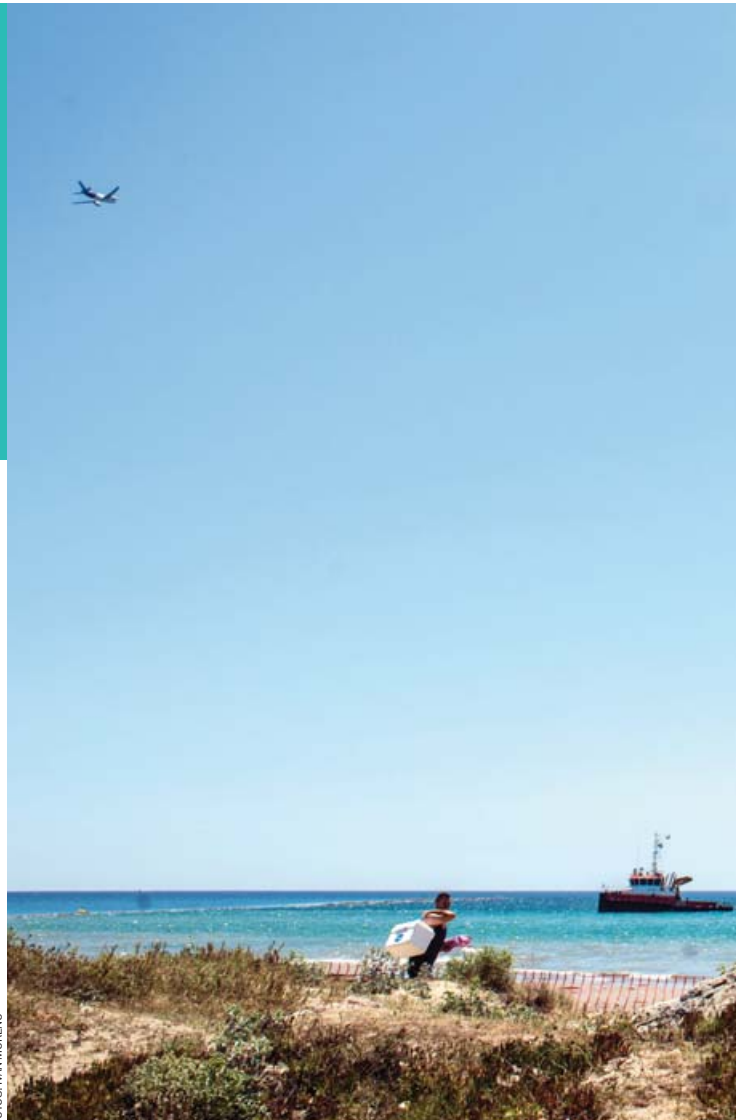
→ Tellinaires, 47-49.

T. 93 143 43 88. P. 25-30 €

Lancaster Beach Club

Si busqueu un menú completíssim, just davant del mar i amb una vista espectacular sobre la platja de Gavà, heu trobat el que busqueu. Per 16,9 euros, al Lancaster podreu degustar una

FOTOS: IVAN MORENO



Des dels xiringuitos de tapes a peu de platja fins els bars de tota la vida, l'oferta gastronòmica de Gavà és de gran nivell

PREN-NE NOTA

La platja de Gavà, sostenible i de qualitat, pot presumir d'una flamant bandera blava i del compromís Biosphere. Amb un bon grapat de serveis i equipaments, convida a caminar i a anar en bici per un passeig marítim distingit amb el premi FAD d'arquitectura, envoltat d'espais verds i d'un sistema dunar únic al litoral metropolità. A més, hi ha propostes gastronòmiques amb producte km 0 i es poden practicar esports a l'aire lliure, fer activitats culturals i de lleure i visitar les mines en galeria més antigues d'Europa, aixoplugades pel Parc Arqueològic Mines de Gavà (de dl a ds, 10-19 h. Festius, 10-14.30 h).

www.gavaciutat.cat / www.patrimonigava.cat

#GavàTurisme



ELS PINS

A Gavà, a pocs metres del mar, trobareu una bonica pineda on prendre la fresca o, per què no, fer la migdiada.

Mar de Pins

Si aneu en família, agraireu molt descobrir aquest restaurant. Dins els seus més de 8.000 metres quadrats hi ha desenes de pins que ofereixen ombra per resguardar-se del sol d'estiu i atraccions que tornaran bojos els nens i us permetran una merescuda estona de descans: tirolines, parc infantil, llits elàstics... Tot plegat molt a prop de la platja i amb aparcament gratuït perquè no us hàgiu de preocupar de caminar sota el sol!

→ Av. d'Europa, 4 (platja de l'Estany).
T. 93 250 99 09. www.mardepins.es
P.20-25 €

Sushi Chef

Si sou dels que fan servir els bastonets com si fossin extensions de la seva mà, us encantarà la proposta de menjar japonès del Sushi Chef. A la terrassa del local, molt a prop de la platja, podreu gaudir dels seus boníssims *makis*, *niguiris*, sushis o California rolls, entre molts altres plats asiàtics. Si preferiu menjar a l'exterior, podeu endur-vos la comanda i degustar-la entre les dunes o sota uns pins.

→AVINGUDA DEL MAR, 1 (platja de Gavà).
T. 93 633 15 00. www.sushi-chef.eu
P.25-30 €

Càmping 3 Estrelles

Dins aquest càmping trobareu tot el que necessiteu per passar un cap de setmana complet i unes vacances inoblidables. Podeu posar-vos en forma a les seves pistes de pàdel, exercitar el vostre swing al minigolf, o llogar un caicà o una taula de surf i llançar-vos a conquerir el mar. Però si creieu que les vacances són per no fer res de tot això, també podeu estirar-vos a una gandula o remullar-vos a la piscina.

→ C-31, km 186,2 (platja de l'Estany).
T. 93 633 06 37.
www.camping3estrellas.com

Xiringuito Coco Beach

Dunes de sorra fina, una platja ampla i tranquil·la i un mar antic. Si voleu completar la postal de somni, apropieu-vos al Coco Beach i feu-vos un regal gaudint del seu *chill-out*. Tant de dia com de nit, aquest xiringuito us ofereix un

entorn increïble, una proposta gastronòmica que fusiona el Mediterrani amb gustos exòtics i la millor música, tant punxada com en viu. Pot haver-hi un pla millor?

→ Palamós, s/n. T. 650 89 42 31 / 93 269 30 35.
anishgroup.com/coco-beach-bar/
P.35-40 €

Xiringuito Aloha

Sol, platja, bon menjar i una carta de ginebres que us deixarà sense alè! A l'Alhora presumeixen de fer sentir els seus clients com si fossin a Hawaii i ho aconsegueixen! Una estona en aquest xiringuito, ja sigui de dia o al capvespre, és equivalent a unes petites vacances mentals. En família o amb amics, aquesta és una visita obligada si aneu a la platja de Gavà.

→ Palafrugell, s/n (platja de Gavà).
T. 93 269 30 35.
anishgroup.com/aloha-beach-bar/
P.35-40 €

Xiringuito Iguana

En aquest xiringuito situat a la sorra podreu viure un gran dia de platja i... també una gran nit. Estirats a les seves gandules, gaudireu del descans que us mereixeu. I, a mesura que avanci la tarda, notareu que l'ambient s'anima i que el lloc es va omplint de gent disposada a gaudir del capvespre i del que vingui. Demaneu-vos un dels seus còctels (també versió sense alcohol) i que no pari la música!

→ Begur, s/n (platja de Gavà). T. 684 224 548.
www.chiringuitoiguana.com P. 30-35 €

Xiringuito El Capo

Tot el que necessiteu per gaudir d'un gran dia de platja és aquí: gandules, para-sols, begudes fresques, menjar variat (especial atenció a les seves boníssimes amanides i a les seves hamburgueses) i bon ambient. Tot el que necessiteu per gaudir d'un bon vespre i una bona nit a la platja... també és aquí: carta de ginebres, còctels imaginatius i bona música (tot sovint en directe). Molt recomanable!

→ Sitges, s/n (platja de Gavà).
T. 690 79 51 13 / 607 717 026.
www.chiringuitoelcapo.es
P. 25-30 €



llarga llista de plats per fer-se-li la boca aigua a qualsevol. Però si preferiu mantenir la línia, us podeu apuntar al menú per a esportistes, on us cuidaran amb plats a la planxa i al forn.

→ Tellinares, 39.
T. 93 633 20 58. P. 30-35 €

Kauai

A peu de platja, rere una duna, gairebé sobre la sorra, us hi espera la terrassa del Kauai, un racó natural molt semblant al paradís. Hi podreu fer l'aperitiu, dinar, sopar i prendre una copa a la seva zona *chill-out*, on, a més, us sorprendran amb bona música i còctels que no oblidareu. Sigui a l'hora que sigui, aquest xiringuito serà una bona opció. Però no us oblideu de reservar-hi perquè, tot i que és gran, s'omple sempre!

→ Calafell, 25-27 (platja de Gavà).
T. 93 645 1188. www.kaguaigava.com
P.25-30 €

PLATJA DE L'ESTANY

Té 260 metres i és la que limita amb Viladecans fins al carrer de Llançà.

PLATJA DE GAVÀ

És la més gran, amb més de 3,5 km i arriba fins el límit amb Castelldefels. La temperatura de l'aigua al juliol ronda els 25°. Una delícia!

Viladecans

La Bodegueta del Mar

Les millors tapes i el millor vermut de Gavà els trobareu aquí. A 3 minutets de la platja però ja lluny de les aglomeracions, aquest local és un clàssic amb el que segur que ho encertareu. Si voleu un menjar bo però informal, no busqueu més. Embotits ibèrics que us faran llepar-vos els dits, entrepans boníssims i tapes casolanes.

→ Av. del Mar, 2 (platja de Gavà).

T. 93 633 12 35. P. 15-20 €

Café Crêperie Chez Bea

En aquest petit però acollidor local, a prop de la platja, podeu dinar un entrepà i una amanida senzills però saborosos, i esplaiar-vos amb unes postres que us faran somiar. Les crepes són el punt fort de la carta (tant dolces com salades), i no és d'estranyar perquè són boníssimes. Però no us oblideu dels seus espectaculars gelats, que sota un sol d'estiu us semblaran delícies pròpies dels déus.

→ Avinguda del Mar, 2, local 2 (platja de Gavà).

T. 93 633 03 32. P. 15-20 €

Calamar Lobster Lounge

Si us agrada el marisc, sereu fans d'aquest lloc. Heu somiat mai amb menjar-vos un llamàntol a la brasa, acompanyat d'una amanida i unes patates fregides? Al Calamar Lobster Lounge, d'aquesta meravella en diuen *The Whole Lobster*. Tot i que si preferiu la carn, també quedareu satisfets amb les seves espectaculars hamburgueses (de vedella, de pollastre i de Waygu). I tot això, davant del mar, a tocar dels pins.

→ Tellinaires, 47. T. 93 853 87 34. P. 20-25 €

Magic Wave Gavà

La seva passió pel mar és el que ha convertit el Magic Wave en un punt de parada obligat per als amants dels esports nàutics. A la seva escola de vela lleugera ensenyen a navegar a més de mil nens a l'any. Si voleu aprendre a fer surf de vela, surf d'estel o surf de rem, aquest és el vostre lloc. Si ja en sabeu però no teniu material, us el llogaran, i si voleu guardar a prop de l'aigua el vostre arsenal esportiu, tenen servei de varada.

→ Sant Feliu, s/n.

T. 607 590 000 / www.magicwave.es



TURISME BAIX LLOBREGAT

El paradís es diu Viladecans

Un espai natural i una platja sense urbanitzar que farà al·lucinar a tots aquells que volen fugir de la massificació de les platges més centríques són els senyals d'identitat d'aquest espai encara poc conegut, gairebé verge. Viladecans és sinònim de calma, de paratges dunars amb comunitats vegetals i animals pròpies i d'un xiringuito: El Mosquito. Situat a la platja de la Murtra, ofereix entrepans, amanides, tapes marineres (no deixeu escapar les sardines i els musclos!), hamburgueses, *fajitas*... Tot ben acompanyat d'unes canyetes, un suc o un combinat. I és que El Mosquito pot ser qualsevol cosa: aquell lloc on trobareu la pau necessària si busqueu una jornada de reflexió existencial, un matí qualsevol entre setmana, o l'espai animat i canalla que us rebrà amb un somriure quan vulgueu que s'allargui la nit. Disposen de menús de grup, hi ha sessions de DJ i música en directe... i màgia, sobretot màgia.

→ Més informació a grupolancaster.com/web/el-mosquito-del-chirin-guito

TIRANT LA CANYA

Les aigües de les platges de Viladecans són el refugi dels pescadors durant tot l'any.

PREN-NE NOTA

Si encara no heu plantat la tovallola a les platges de Viladecans, ja hi feu tard! Les de Cal Francès i el Remolar estan catalogades com a platges verges. Són tranquil·les i agradables, perfectes per practicar el nudisme. Aquest aire solitari contrasta amb l'ambient alegre de la Murtra i la Pineda, on podem anar a passar el dia en família. Si sou amants dels esports aquàtics, Flow Water Sports de Gavà organitza activitats a la platja de Viladecans.

I si us agrada el teatre, ja podeu treure l'agenda: el 6 i el 8 de juliol se celebra el Festival de Teatre al Carrer de Viladecans, tota una institució en la matèria.

turisme.elbaixllobregat.cat/platges/platja-de-viladecans

El Prat

Salvatge i natural

Feu una incursió al Prat i descobriu el seu encant verge i la seva interessant (i econòmica) oferta gastronòmica

El Calamar

Especialitzat en arrossos i calamars, però amb bones hamburgueses, amanides gurmet i entrepans especials (salsitxa amb hummus, per exemple), aquest xiringuito pratenc ofereix també música en directe durant tot l'estiu. Ambientat de dia i màgic de nit, i obert entre els mesos de març i octubre, El Calamar és pura energia positiva a preus accessibles al costat del mar.

→ Passeig de la Platja, s/n.

T. 607 717 026.

www.chiringuitocalamar.com

P. 30 €

Guingueta El Maravillas

Allunyat del *look* dels xiringuitos sofisticats que podem trobar a les platges de Barcelona, El Maravillas és un lloc pretesament informal, més semblant a una paradeta improvisada per un grup d'amics que al clàssic espai a peu de mar amb preus per a guiris. La carta segueix la mateixa línia: pocs plats però elaborats

amb amor, molt bons arrossos a bon preu, amanides i entrepans. La seva amanida de burrata és deliciosa, no us la perdeu.

→ Passeig de la Platja, s/n.

T. 620 915 087.

www.elmaravillas.com

P. 20 €

Duna

Després de més de cinc temporades a la platja, sempre amb un producte fresc i de temporada, aquest xiringuito ofereix un molt bon peix i productes mediterranis. Amb la platja situada a la pèrgola, i una barbacoa a la vista, Duna és tot un espectacle i ofereix meravelles com ara unes sardines top. Fan música en directe i sessions de DJ.

→ Passeig de la Platja, s/n.

T. 678 218 845.

www.chiringuitoduna.com

P. 20 €

Iguana Prat

Més que un xiringuito, la gent



Sou a Barcelona i us ve de gust una mica d'exercici, un bany i unes canyes? Agafeu la bici des de plaça Espanya... i pedaleu!

d'Iguana El Prat es defineix com un quiosc a la vora del mar on gaudir d'unes braves, uns calamars a l'andalusa, unes hamburgueses *top*, unes canyes ben fresquetes i de la brisa d'aquesta platja tan maca. Vells amics de les platges barcelonines, gràcies als seus establiments a Sitges, Gavà i Castelldefels, Iguana té a El Prat la seva aposta més senzilla i informal: una caseta plena de color a tocar de la platja.

→ Passeig de la Platja, 28.

T. 678 218 845.

www.chiringuitoiguana.com

P. 20 €

Casa Gomis

La Casa Gomis, popularment coneguda com *La Ricarda*, és tot un símbol de la ciutat. Aquest prodigi arquitectònic es pot visitar regularment de la mà d'uns guies de luxe: la família Gomis Bertrand. Atents aweb, perquè



FOTOS: TURISME BAIX LLOBREGAT

l'Ajuntament del Prat organitza periòdicament visites amb un dinar amb productes de km 0 en aquest espectacular racó del món que es fon amb el paisatge, entre el mar i els arbres.

→ Camí de l'Albufera, s/n.
Reserves a 93 374 13 79 i
info@portadeldelta.cat
www.elprat.cat/turisme-i-territori/que-visitari/la-casa-gomis
P. 25 € (amb aperitiu)

Mirador de l'Illa

Ja fa uns quants anys que el Delta del Llobregat ha esdevingut el principal mercat de Barcelona. Aquesta àrea privilegiada abasteix amb els seus productes de l'hort bona part de botigues i restaurants, en un desplegament agrícola que es pot observar desde del cim d'aquest imponent mirador. Amb una alçada de 20 m i vistes panoràmiques, des d'aquí observareu des del paisatge

PINEDA DE CAN CAMINS

Voleu gaudir d'aquest espai natural fent una visita guiada? Apunteu-vos-hi! Tenen lloc tots els diumenges a les 12 h.
→ Carretera de la Platja, km 4,63 / T. 93 479 32 01

MERCAT DE PAGÈS

Cada dissabte al matí gaudireu d'aquest espai on els pagesos del Parc Agrari del Baix Llobregat venen els seus productes.
→ Plaça Pau Casals.

que envolta La Ricarda fins a les platges i l'aeroport.

→ Carretera de la Platja, 78
T. 93 374 13 79.
www.elprat.cat

Fundació per a la Conservació i Recuperació d'Animals Marins.

No cal ser petit per gaudir amb les activitats que ofereix aquesta fundació sense ànim de lucre per a la conservació i recuperació d'animals marins, que ofereix tot tipus d'activitats de camp. Visites guiades per a grups i tallers per a nens i grans són algunes de les propostes d'aquest centre que ens farà sentir una mica capitans Nemo i córrer la mar mentre descobrim tortugues gegants, balenes i altres criatures marines.

→ Passeig de la Platja, 28-30.
T. 93 101 01 70
www.cram.org

PREN-NE NOTA

La platja del Prat té una longitud de 5,5 km, des de la desembocadura del Llobregat fins a l'estany del Remolar. I a més de les quatre guinguetes ofereix un munt d'activitats: des de cinema a l'aire lliure –els dissabtes de juliol a partir del 14–, fins a activitats nàutiques. Per als amants de la natura, el Delta del Llobregat és de visita obligada per la seva importància ecològica: alberga més de 17 espècies de peixos, 350 espècies d'aus i 700 plantes vasculars diferents! També podeu recórrer la Pineda de Can Camins, que reproduïx el conjunt de comunitats vegetals de la rereduna mediterrània.

www.Elprat.cat/viulestiu
#viulestiuiprat