



# GIRONA ENJOY SPORT

*Vine i gaudeix  
l'esport*

**CORRE  
NEDA  
PEDALA**  
*gaudeix!*

04

## **BENVINGUDA**

Girona Enjoy Sport

06

## **CONNEXIONS**

Com arribar

08

## **TOP INFLUENCERS**

Jan Frodeno,  
Sharon Laws,  
Rory Sutherland

11

## **PROPOSTES EN RUTA**

Bike Breaks Girona,  
Cicloturisme.com

17

## **ESTADES A MIDA**

Servei Municipal  
d'Esports,  
GEiEG

22

## **SERVEIS COMPLEMENTARIS**

Club Tennis Girona,  
Centre Cenit,  
Sportcat, Servei  
Municipal d'Esports,  
GEiEG

30

## **PRINCIPALS CURSES 2017**

Biking i running

32

## **SEA OTTER EUROPE**

Edició 2017

35

## **ENJOY GIRONA**

Hotels i serveis,  
Girona after sport

40

## **MEMBRES DTE**

Serveis,  
hotels

# GIRONA ENJOY SPORT

**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 li sumem una oferta hotelera preparada i al dia, entendrem que és normal que molts equips i esportistes professionals l'escullin habitualment per fer-hi estades per a entrenaments.**

A més, la ciutat ha estat certificada per l'Agència Catalana de Turisme com a Destinació de Turisme Esportiu (DTE), un segell que la reconeix com una destinació que ofereix recursos i serveis d'alta qualitat, instal·lacions esportives, allotjaments adaptats i

serveis especialitzats, tant per als esportistes professionals com per als turistes que vulguin practicar activitats esportives. Aquest distintiu, Girona l'ha rebut sobretot per l'oferta i potencialitat relacionada amb el ciclisme i running, però que també inclou la natació, l'atletisme, el tennis i el triatló.

En aquesta guia et detallem els serveis que la ciutat ofereix als esportistes pel que fa a instal·lacions, clubs i altres entitats que, sota el segell de qualitat, obren les seves portes a tots els qui estimen l'esport. Estem convençuts que Girona és la ciutat ideal perquè vinguis i gaudeixis dels productes relacionats amb l'esport, i estem segurs que aquí trobaràs tot el que necessites per a una estada perfecta. Ens posem a la teva disposició per ajudar-te en tot el que necessitis.

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



Més informació a [www.girona.cat/esports](http://www.girona.cat/esports)

# CONNEXIONS

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.



## EN TREN

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

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



## 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.



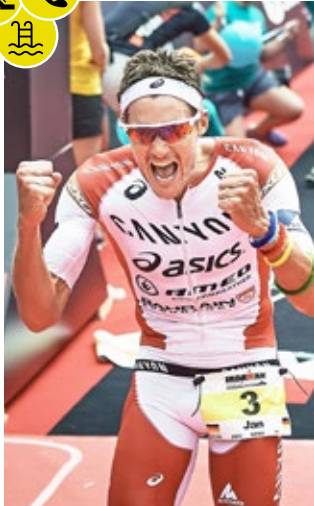
 A 30 min.  
de la Costa Brava



 A 40 min.  
del Pirineu de Girona



# TOP INFLUENCERS



## Jan Frodeno

«Amb la meua dona vam explorar Europa per trobar el lloc perfecte. No és fàcil trobar una ciutat per córrer, fer bicicleta, nedar... I vam veure que Girona ho tenia tot. A més, cada cop hi ha més centres i serveis especialitzats per a esportistes d'elit», explica Frodeno, a qui sovint es pot veure nedant a la piscina olímpica del GEiEG, treballant amb la gent de Cenit, anant a SportCat o fent running per les Vies Verdes.

El triatleta alemany Jan Frodeno viu part de l'any – uns set mesos – a Girona. L'època de més fred es trasllada al país de la seva dona, Austràlia. Frodeno és considerat el millor especialista mundial en Ironman, disciplina en la qual el 2015 va aconseguir el títol de campió del món i el d'Ironman el 2016. A més, com a triatleta va guanyar la medalla d'or als Jocs Olímpics de Pequín 2008.



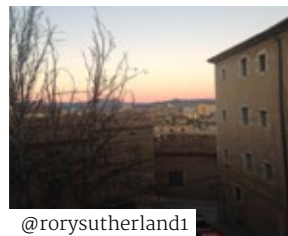
@janfrodeno



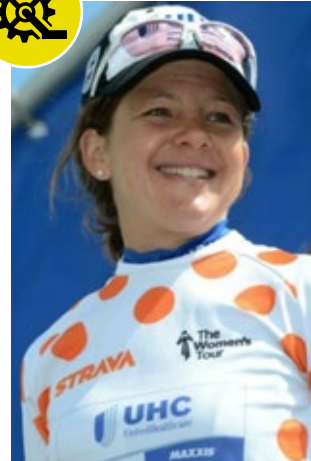
@rorysutherland1



@janfrodeno



@rorysutherland1

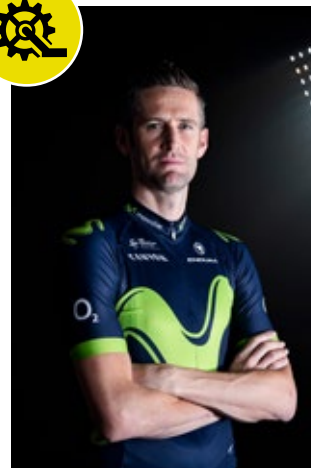


## Sharon Laws

M'encanta Girona, i per als ciclistes és fantàstica, amb una varietat de carreteres tranquil·les, pujades llargues, municipis preciosos i vistes espectaculars.

A més, hi ha excel·lents restaurants i bars per gaudir després d'entrenar. També m'agrada molt la piscina exterior de 50 metres del GEiEG, un equipament ideal per a la recuperació després de la bicicleta o per refrescar-se als estius. En resum, Girona m'encanta, la gent és molt amable i el clima és increïble.

Laws és ciclista professional de l'equip Podium Ambition i, entre d'altres títols, és l'actual líder del Campionat Nacional Britànic de Ciclisme de carretera i de bicicleta de muntanya.



## Rory Sutherland

Membre de l'equip professional Movistar, Sutherland va fixar la seva residència a Europa després de fitxar per un altre equip el 2010. És un esportista australià que va escollir Girona, «una ciutat ideal perquè, primer, és un bon lloc per viure amb la dona i els fills i, segon, perquè és una zona ideal per fer ciclisme. Sense cap mena de dubte, Girona és avui el centre europeu del món de la bicicleta. Estem molt contents a la ciutat, també per la gent i la qualitat de vida».

La integració de Sutherland a la ciutat és màxima, fins al punt que és copropietari d'un establiment de restauració al Barri Vell.



# PROPOSTES


*en ruta*


# BIKE BREAKS GIRONA

Agència de viatges especialitzada en el ciclisme, Bike Breaks ofereix tot el que estigui relacionat amb el món de la bici a Girona: paquets amb allotjament, transport d'equipatge, descripció de rutes, lloguer de bicicletes d'alta gamma –tant de passeig com de carretera–, taller de reparacions o venda d'equipament, entre d'altres. A més, destaca per un espai destinat a la venda de roba per als equips professionals.



## BIKE BREAKS GIRONA CYCLE CENTRE

 C/ Mercaders, 14. 17004 Girona

 972 205 465

 [info@gironacyclecentre.com](mailto:info@gironacyclecentre.com)

 [www.gironacyclecentre.com](http://www.gironacyclecentre.com)

    @bikebreaks



## GIRONA ROAD BIKE EXPERIENCE

### Inclou:

- Estada de 6 nits en una habitació doble amb esmorzar\*
- Llibres de rutes i mapes detallats, o lloguer de GPS
- Trobada de benvinguda i posada a punt de les bicicletes
- Jersey Team Bike Breaks
- Ampolla d'aigua Bike Breaks

### Serveis no inclosos:

- Bicicleta de carretera Cannondale Synapse 140 €
- Transport des de l'aeroport de Barcelona 220 €; des de l'aeroport de Girona, 35 €
- Sopars mitja pensió 100 €
- Habitació individual 220 € / 256 € / 292 €

### Hotel 3 estrelles\*

**450 €**

### Hotel 3 estrelles\*

**575 €**

### Apartament sense servei d'àpats

**460 €**

Preus per persona



## GIRONA CYCLING FESTIVAL SILVER PACK TRIP

### Inclou:

- Estada de 6 nits en una habitació doble amb esmorzar\*
- Entrada a les curses: Hill Climb, Nocturn i Girona Gran Fondo
- Accés a la festa post cursa i barbacoa
- Servei de massatge esportiu
- Roba oficial Girona Gran Fondo
- Medalla per finalitzar la GGF
- Accés a la zona de menjar i begudes
- Assegurança individual o ambulància

### Serveis no inclosos:

- Bicicleta de carretera Cannondale carbon 150 €
- Transport des de l'aeroport de Barcelona 220 €; des de l'aeroport de Girona, 35 €
- Sopars mitja pensió 100 €
- Habitació individual 310 € / 425 €

### Més informació a

[www.gironagranfondo.com](http://www.gironagranfondo.com)

### Hotel 3 estrelles\*

**€575**

### Hotel 3 estrelles\*

**€700**

Preus per persona

# CICLOTURISME.COM

Agència de viatges especialitzada en rutes i viatges en bicicleta i a peu, amb propostes de tot tipus, que se centren en l'Empordà, però també a la resta de les comarques gironines, a més de rutes per regions de l'Estat espanyol i d'Europa. L'empresa, fundada el 1996 i pionera a la ciutat, destaca per oferir unes rutes dissenyades de manera equilibrada, que es revisen cada any i s'acompanyen d'un *roadbook* clar amb mapes de qualitat. També ofereix un servei de lloguer de bicicletes.



## CicloTurisme.com

C/ Santa Eugènia, 11. 17005 Girona

972 221 047

[info@cicloturisme.com](mailto:info@cicloturisme.com)

[www.cicloturisme.com](http://www.cicloturisme.com)

@CicloTurisme



**MAILLOT GRATUÏT**

Per a tots els participants d'aquests paquets.



## GIRONA CLASSIC CLIMBS

### Inclou:

- Estada de 3 nits en una habitació doble amb esmorzar\*
- Briefing tècnic i de benvinguda
- Llibre de ruta, mapes i pistes
- Configuració de les bicicletes (pròpies i de lloguer)
- Ruta d'escalfament i/o passeig de 20 km
- Tres opcions de recorregut diferent
- Dues opcions de distàncies: de 60 a 80 km o 90 a 130 km.

### Serveis no inclosos:

- Traslats des de l'aeroport
- Mitja pensió a l'hotel
- Nits addicionals
- Servei de bugaderia
- Guia i vehicle de suport
- Lloguer de bicicleta

\*Hotel 4 estrelles

**DES DE 260 €**

Preus per persona



## GIRONA SINGLE TRACK

### Inclou:

- Estada de 3 nits en una habitació doble amb esmorzar\*
- Briefing tècnic i de benvinguda
- Llibre de ruta, mapes i pistes
- Configuració de les bicicletes (pròpies i de lloguer)
- Ruta d'escalfament i/o passeig de 20 km
- Tres opcions de recorregut diferent
- Dues opcions de distàncies: de 60 a 80 km o 90 a 130 km.

### Serveis no inclosos:

- Traslats des de l'aeroport
- Mitja pensió a l'hotel
- Nits addicionals
- Servei de bugaderia
- Guia i vehicle de suport
- Lloguer de bicicleta

\*Hotel 4 estrelles

**DES DE 260 €**

Preus per persona





**ESTADES**  
*a mida*



## SERVEI MUNICIPAL D'ESPORTS

*Estades a mida per a equips d'esports d'associació i individuals, equips professionals, seleccions estatals ...*

La ciutat de Girona compta amb una àmplia xarxa d'instal·lacions esportives municipals perfectes per fer-hi estades a mida. Només cal que et posis en contacte amb nosaltres i junts trobarem la millor opció perquè les nostres instal·lacions siguin les protagonistes o complementin la teva estada a mida.

*Més informació a:*

📞 972 226 136

✉️ [coordinacioactivitasesports@ajgirona.cat](mailto:coordinacioactivitasesports@ajgirona.cat)

🌐 [www.girona.cat/esports](http://www.girona.cat/esports)

### INSTAL·LACIONS

#### PAVEL·LÓ MUNICIPAL GIRONA – FONTAJAU

- Pista principal
- Pista zona grada retràctil
- Pista auxiliar
- Sala d'activitats dirigides
- Sala de musculació
- 4 vestidors col·lectius, 2 vestidors per tècnics-àrbitres.

L'entorn del pavelló disposa d'una àmplia zona verda (Ribes del Ter), lloc idoni d'entrenament i punt de sortida de diferents rutes de running, BTT i ciclisme de carretera.



### INSTAL·LACIONS

#### ZONA ESPORTIVA LA DEVESEA

- 3 pistes de tennis: paviment sintètic
- 2 pistes de pàdel: gespa artificial
- Zona de vòlei sorra
- Piscines d'estiu
- 4 vestidors



**50%** EN LES TAXES D'ÚS DE LES INSTAL·LACIONS  
Si estàs allotjat en un hotel certificat.



## GEIEG

*Per parlar d'esport a Girona és imprescindible fer referència al Grup Excursionista i Esportiu Gironí, més conegut com a GEiEG.*

I és que l'entitat, fundada el 1919 i formada per més de 16.000 socis, és l'autèntic referent de l'esport a la ciutat i rodalies. Aquesta entitat ha estat i és el motor de la pràctica esportiva gràcies a les seves instal·lacions.

A més, el GEiEG presenta packs a mida adaptats a les necessitats dels esportistes, clubs o federacions interessades. D'aquestes ofertes, ja n'han gaudit la Selecció Paralímpica d'Holanda, la Selecció de Natació de Singapur, la Selecció Japonesa de Natació, la Selecció de Natació de Bèlgica, Rugby Newcastle, Northampton, Leeds i USAP Perpinyà, entre d'altres.

*Més informació a:*

☎ 972 234 459

✉ comercial@geieg.cat

🌐 [www.geieg.cat](http://www.geieg.cat)

### INSTAL·LACIONS A DISPOSICIÓ

#### GEIEG PALAU

C/ de l'Església de St. Miquel, 18.  
17003 Girona

Ben comunicat amb Girona centre, per bus.

- **Camp de futbol 5 de gespa artificial**  
50 x 30 metres
- **Camp de futbol 7 de gespa artificial**  
90 x 45 metres
- **Camp de futbol 11 de gespa natural**  
100 x 50 metres
- **Estadi atletisme**  
8 carrers de tartan, salt de perxa, salt d'alçada, fossats de salt de llargada, zona de llançament, vídeo finish, il·luminació, megafonia, material reglamentari, grades amb capacitat per a 600 persones.
- **Camp de rugbi**  
100 x 70 metres. Graderia + il·luminació + megafonia (Zona Barbacoa on celebrar el tercer temps)
- **4 pistes de tennis**  
1 greenset i 3 de terra batuda.

#### GEIEG SANT NARCÍS

C/ Empúries, 46. 17005 Girona

A 15 minuts del centre de la ciutat, comunicat per línies de bus.

- **Pistes poliesportives cobertes multiesport**  
Handbol, bàsquet, hoquei.

#### GEIEG SANT PONÇ

C/ de l'Esport, 16. 17007 Girona

A 10 minuts del centre de Girona, prop de tots els serveis (hotels, supermercats, bus...)

- **Piscina olímpica climatitzada i amb coberta retràctil**  
Aigua tractada amb sistema de cloració salina. 50 x 21 metres – 8 carrils
- **Piscina de 25 metres climatitzada**  
Aigua tractada amb sistema de cloració salina. 25 x 12,5 metres – 6 carrils
- **Camp de futbol 5 de gespa artificial**  
50 x 30 metres
- **6 pistes de pàdel**
- **12 pistes de tennis quick**
- **Vestidors exclusius per a grups**
- **Restaurant**  
Adaptat a les necessitats dels esportistes (tant en menú com en buffet)



**SERVEIS**

*complementaris*


A més de les agències que ofereixen productes específics relacionats amb la bicicleta, la ciutat disposa d'altres clubs, entitats o serveis que –inclosos dins el segell de qualitat que una destinació com Girona exigeix– ofereixen els seus serveis als visitants. L'oferta pot anar des de la pràctica esportiva del tennis, natació o atletisme fins a serveis de salut i atenció als esportistes.


## CLUB TENNIS GIRONA




Les pistes de tennis, de pàdel o la piscina del Club Tennis Girona també són una opció fantàstica per gaudir de les instal·lacions d'una altra de les institucions esportives de la ciutat. Posa't en contacte amb el Club Tennis Girona i gaudeix de les seves ofertes incloses en el segell de qualitat esportiva de la ciutat.



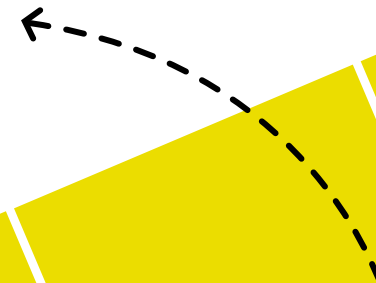
 C/ Aragó, 58. 17003 Girona

 972 201 083

 [info@tennisgirona.com](mailto:info@tennisgirona.com)

 [www.tennisgirona.cat](http://www.tennisgirona.cat)

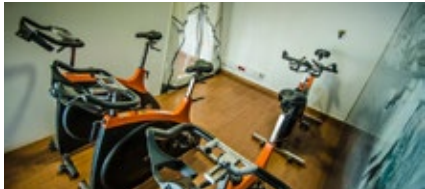
 @ClubTennisGirona  @CTGirona








## CENTRE CENIT



Centre Integral de la Salut i l'Esport que dona resposta a totes les necessitats que es deriven de la pràctica esportiva. A més, ofereix l'oportunitat a tots els esportistes –professionals o no– de realitzar un seguiment (tècnic, nutricional, psicològic) i individualitzat de la mà dels millors especialistes.



Cambrà hipobàrica

-  C/ Can Pau Birol, 35. 17005 Girona
-  972 242 805
-  [girona@centrecenit.com](mailto:girona@centrecenit.com)
-  [www.centrecenit.com](http://www.centrecenit.com)
-  @CentreCenit

### Serveis

**Planificació i control de l'entrenament esportiu**

**Servei integral de la salut**

**Assessorament nutricional**

**Servei de fisioteràpia**

**Servei d'osteopatia**

**Psicologia esportiva**

**Estudis biomecànics (Bike-fit, Run-fit i Swim-fit)**

## SPORTCAT



Centre de medicina esportiva que integra tecnologia, professionalitat i docència, i que s'ha convertit en un punt de referència per a esportistes professionals i amateurs d'arreu del món per recuperar-se de les seves lesions. La tecnologia de darrera generació i la utilització de tècniques pròpies el converteixen en un centre únic a la ciutat.

-  Av. Lluís Pericot, 76. 17003 Girona
-  972 208 528 / 625 634 531
-  [info@sportcat.cat](mailto:info@sportcat.cat)
-  [www.sportcat.cat](http://www.sportcat.cat)
-  @SPORTCAT (Sports Medicine)
-  @Sportcatcat



### Serveis

**Floatpool (cabina de flotació)**

**Biomecànica de la marxa**

**Medicina i traumatologia esportiva**

**Fisioteràpia i rehabilitació**

**Cardiologia pediàtrica**

**Coaching / psicologia esportiva**

**Dèficit de DAO**

**Dietètica i nutrició**

**Extraccions anàlisis clíniques**

## SERVEI MUNICIPAL D'ESPORTS



Més enllà de les estades a mida per a grups, clubs o entitats, el Servei Municipal d'Esports també posa a disposició dels usuaris els equipaments esportius de Girona amb les següents tarifes.

-  972 226 136
-  [coordinacioactivitatseports@ajgirona.cat](mailto:coordinacioactivitatseports@ajgirona.cat)
-  [www.girona.cat/esports](http://www.girona.cat/esports)

## ZONA ESPORTIVA LA DEvesa

### *Pistes de tennis i pàdel*

De dilluns a divendres  
de 10.00 a 17.00 h.

**4,00 €**  
1 hora o fracció  
/ persona

De dilluns a divendres  
de 17.00 a 21.00 h.

**5,00 €**  
1 hora o fracció  
/ persona

**Amb llum** (suplement)

1 hora **2,85 €**  
½ hora **1,40 €**

**Ús vestidors**

**1,50 €** / persona

## PAVELLÓ MUNICIPAL GIRONA-FONTAJAU

### *Pista auxiliar - entrenament esportiu*

<b>Sense llum tota la pista</b>	<b>32,85 €</b> 1 hora o fracció
<b>Amb llum tota la pista</b>	<b>36,80 €</b> 1 hora o fracció
<b>Sense llum ½ pista</b>	<b>10,90 €</b> 1 hora o fracció
<b>Amb llum ½ pista</b>	<b>12,65 €</b> 1 hora o fracció

### *Pista central - entrenament esportiu*

<b>Sense llum</b>	<b>45,05 €</b> 1 hora o fracció
<b>Amb llum</b>	<b>51,65 €</b> 1 hora o fracció
<b>Amb llum equips lliga professional</b>	<b>57,90 €</b> 1 hora o fracció


## PISCINES


<b>Piscina de Palau</b>	Juvenil (- 18 anys) <b>2,95 €</b> Adult <b>5,50 €</b>
<b>Piscina Can Gibert</b>	Juvenil (- 18 anys) <b>5,20 €</b> Adult <b>7,30 €</b>
<b>Piscina d'estiu Zona Esportiva la Devesa</b>	Juvenil (- 18 anys) <b>4,90 €</b> Adult <b>6,85 €</b>

# GEIEG





El club esportiu de referència a Girona també obre les seves portes en aquest segment de serveis, i ofereix dos complexos esportius, Sant Ponç i Palau, on, a més d'atletisme i tennis, també es pot practicar natació en piscina coberta.

 C/ d'Empúries, 47. 17005 Girona

 972 234 459

 [comercial@geieg.cat](mailto:comercial@geieg.cat)

 [www.geieg.cat](http://www.geieg.cat)

 @geieg1919  @geieg



## Temporada 2016/17

**Carril exclusiu piscina olímpica**

Des de **37 €**  
1 hora

**Carril exclusiu piscina 25 metres**

Des de **25 €**  
1 hora

**Lloguer pista atletisme**

Des de **87 €**  
1 hora

**Lloguer pistes de tennis**

Des de **28 €**  
1 hora



# PRINCIPALS CURSES 2017



## GIRONA MTB CHALLENGE

29-30 d'abril i 1 de maig



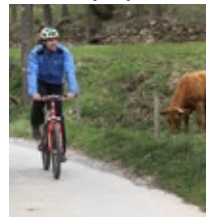
DISTÀNCIA 3 ETAPES

[gironamtbchallenge.com](http://gironamtbchallenge.com)  
[inscripcions@klassmark.com](mailto:inscripcions@klassmark.com)

## PIRINEXUS

360 CHALLENGE

2 al 4 de juny



DISTÀNCIA 353 KM

[thepirinexus360.com](http://thepirinexus360.com)  
[info@gioutdoor.com](mailto:info@gioutdoor.com)

## 1ª SEA OTTER

2 al 4 de juny



[seaottereurope.com](http://seaottereurope.com)

[seaottereurope@seaottereurope.com](mailto:seaottereurope@seaottereurope.com)

## 4ª GIRONA GRAN FONDO

12 al 18 juny



DISTÀNCIA 125 KM

[gironagranfondo.com](http://gironagranfondo.com)  
[ride@gironagranfondo.com](mailto:ride@gironagranfondo.com)

## GERUNDONA

8 d'octubre



DISTÀNCIA 52 / 90 KM

[lagerunda.blogspot.com](http://lagerunda.blogspot.com)

## 19ª LATRAMUN UCI MTB MARATHON WORLD SERIES

15 d'octubre



DISTÀNCIA 67 / 33 KM

[latramun.cat](http://latramun.cat)  
[info@latramun.cat](mailto:info@latramun.cat)

## 5ª MARATÓ VIES VERDES

19 de febrer



DISTÀNCIA 10 / 21 / 30 / 42 KM

[maratoviesverdes.cat](http://maratoviesverdes.cat)  
[info@maratoviesverdes.cat](mailto:info@maratoviesverdes.cat)

## 7ª TRAILWALKER

1 i 2 d'abril

DISTÀNCIA 100 KM

[trailwalker.oxfamintermon.org](http://trailwalker.oxfamintermon.org)  
[infotrailwalker@oxfamintermon.org](mailto:infotrailwalker@oxfamintermon.org)

## 7ª CURSA DE MUNTANYA DE GIRONA I TRANSGAVARRES

19 de novembre



DISTÀNCIA 18 / 25 / 55 KM

[cursademuntanyadegirona.com](http://cursademuntanyadegirona.com)  
[info@klassmark.com](mailto:info@klassmark.com)

## 4ª DUATLÓ DE GIRONA

5 de març



DISTÀNCIA 5KM / 25KM / 2KM

[friaatlogironacostabrava.cat](http://friaatlogironacostabrava.cat)  
[esportiu.tgcb@gmail.com](mailto:esportiu.tgcb@gmail.com)

## 21ª CURSA POPULAR "CIUTAT DE GIRONA" I MINICURSES

7 de maig



DISTÀNCIA 5 / 10 KM

[www2.girona.cat/ca/esports](http://www2.girona.cat/ca/esports)  
[activitatsesports@ajgirona.cat](mailto:activitatsesports@ajgirona.cat)

## MITJA MARATÓ "CIUTAT DE GIRONA"

Novembre

DISTÀNCIA 21 KM

[www2.girona.cat/esports](http://www2.girona.cat/esports) [activitats\\_curses](mailto:activitats_curses)  
[activitatsesports@ajgirona.cat](mailto:activitatsesports@ajgirona.cat)

## 54ª PUJADA ALS ÀNGELS

19 de març

DISTÀNCIA 9,2 KM

[geieg.cat](http://geieg.cat)  
[activitats.socials@geieg.cat](mailto:activitats.socials@geieg.cat)

## 4ª CURSA DE LA DONA DE GIRONA

1 d'octubre



DISTÀNCIA 5 KM

[cursadeladonagirona.com](http://cursadeladonagirona.com)  
[info@cursadeladonagirona.com](mailto:info@cursadeladonagirona.com)

## 13ª CURSA SANT SILVESTRE DE GIRONA

31 de desembre



DISTÀNCIA 5 KM + MINICURSES

[www.girona.cat/esports](http://www.girona.cat/esports)  
[activitatsesports@ajgirona.cat](mailto:activitatsesports@ajgirona.cat)





COSTA BRAVA - GIRONA  
**SEA OTTER EUROPE**  
 BIKE SHOW



# SEA OTTER EUROPE

Girona ha estat la ciutat escollida per l'arribada al vell continent d'una de les competicions esportives més populars dels EUA. Es tracta de la Sea Otter Europe Costa Brava - Girona Show, que del 2 al 4 de juny, ha omplert la zona esportiva de Fontajau i el seu entorn d'expositors i presentacions mundials de productes relacionats amb el món de la bicicleta, professional i aficionat.

Els organitzadors de la Sea Otter han escollit Girona, i el seu entorn, pel posicionament de la ciutat com a Destinació de Turisme Esportiu (DTE), el lideratge del territori com a referent del ciclisme professional, i per les possibilitats del municipi i la demarcació per acollir proves ciclistes de tot tipus i per a tots els públics. I és que, tot i que el punt neuràlgic de la cursa ha estat Fontajau, algunes de les proves han arribat a les platges de la Costa Brava o a les valls i muntanyes del Pirineu.

Entra a [www.seaottereurope.com](http://www.seaottereurope.com) i informa't de totes les activitats i competicions de la Sea Otter:

- Scott Marathon
- Eliminator
- Copa Trial
- BTT Open infantil
- Pedalada BTT
- Marxa cicloturista
- The Pirinexus 360 Challenge
- The Pirinexus Half Gravel



*enjoy*  
**GIRONA**

# HOTELS I SERVEIS

La ciutat de Girona compta amb diferents establiments d'allotjament adaptats a les necessitats dels esportistes, i que ofereixen serveis específics.

Tots estan certificats pel segell de qualitat de Destinació de Turisme Esportiu, i proporcionen serveis orientats als esportistes:

- Flexibilitat horària per servir àpats
- Pícnics preparats i pensats per a la pràctica esportiva
- Esmorzar a primera hora del matí
- Atenció en diferents idiomes (el personal de recepció en parla almenys tres)
- Informació esportiva disponible per als clients
- Servei de Wi-Fi



**20%** DE DESCOMpte  
EN EL PREU  
DE L'HOTEL

**50%** EN INSTAL·LACIONS  
ESPORTIVES  
MUNICIPALS



Consulta  
les condicions  
aquí

## SERVEIS ESPECÍFICS

Alguns hotels ofereixen serveis addicionals per a la pràctica de ciclisme (carrera o BTT) i *running*.




- Aparcament tancat i segur per a les bicicletes
- Banc de taller amb eines bàsiques de reparació
- Mànega per netejar les bicicletes
- Venda de productes energètics
- Possibilitat d'adquirir recanvis
- Informació de butxaca del procediment d'actuació en cas d'accident
- Informació sobre les rutes de ciclisme i serveis de la destinació
- Personal format sobre l'oferta de ciclisme
- Plànol amb el detall dels equipaments esportius i de les empreses de bicicletes de la DTE (Destinació de Turisme Esportiu)



- Calçat bàsic de recanvi per arribar fins a l'habitació
- Raspall per netejar les sabatilles esportives
- Servei de rentat de roba esportiva
- Venda de productes energètics
- Ubicació propera al centre de *running*
- Informació sobre rutes i serveis al lloc de destinació
- Personal format en l'oferta d'activitats de *running*
- Plànol amb el detall dels equipaments esportius de la DTE (Destinació de Turisme Esportiu)



### HOTELS AMB SERVEIS ESPECÍFICS \* adaptats per als esportistes

HOTELS			serveis específics DTE
**** CARLEMAN	✓	✓	✓
**** CIUTAT DE GIRONA		✓	✓
**** GRAN ULTÒNIA	✓	✓	✓
**** MELIÀ GIRONA	✓	✓	✓
*** PENINSULAR			✓
*** ULTÒNIA	✓	✓	✓
** IBIS GIRONA NORD	✓	✓	✓



# GIRONA AFTER SPORT

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 carrers 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*.
- Viure la nit als locals amb més caràcter ja sigui amb un concert o ballant les últimes novetats musicals.



# MEMBRES DTE

## Serveis

### BIKE BREAKS GIRONA

GC-001897  
[www.gironacyclecentre.com](http://www.gironacyclecentre.com)

### CENTRE CENIT

[www.centrecenit.com](http://www.centrecenit.com)

### CICLOTURISME.COM

GCMD-000547  
[www.cicloturisme.com](http://www.cicloturisme.com)

### CLUB TENNIS GIRONA

[www.tennisgirona.cat](http://www.tennisgirona.cat)

### GEIEG

[www.geieg.cat](http://www.geieg.cat)

### SERVEI MUNICIPAL D'ESPORTS

[www.girona.cat/esports](http://www.girona.cat/esports)

### SPORTCAT

[www.sportcat.cat](http://www.sportcat.cat)

## Hotels

\*\*\*\*

### CARLEMANY

HG-002191  
Pl. Miquel Santaló, 17002 Girona • 972 211 212  
[www.hotelcarlemanygirona.com](http://www.hotelcarlemanygirona.com) • [carlemany@carlemany.es](mailto:carlemany@carlemany.es)

\*\*\*\*

### CIUTAT DE GIRONA

HG-002387  
C/ Nord, 2, 17001 Girona • 972 483 038  
[www.hotelciutatdegirona.com](http://www.hotelciutatdegirona.com) • [info@hotelciutatdegirona.com](mailto:info@hotelciutatdegirona.com)

\*\*\*\*

### GRAN ULTÒNIA

HG-002402  
Gran Via de Jaume I, 22. 17001 Girona • 972 203 850  
[www.hotelgranultoniagirona.com](http://www.hotelgranultoniagirona.com) • [info@hotelsultoniagairona.com](mailto:info@hotelsultoniagairona.com)

\*\*\*\*

### MELIÀ GIRONA

HG-002144  
C/ Barcelona, 112. 17003 Girona • 972 400 500  
[www.melia.com](http://www.melia.com) • [melia.girona@melia.com](mailto:melia.girona@melia.com)

\*\*\*

### PENINSULAR

HG-000003  
Av. de Sant Francesc, 6. 17001 Girona • 972 203 800  
[www.novarahotels.com](http://www.novarahotels.com) • [peninsular@novarahotels.com](mailto:peninsular@novarahotels.com)

\*\*\*

### ULTÒNIA

HG-002402  
Gran Via de Jaume I, 22. 17001 Girona • 972 203 850  
[www.hotelgranultoniagirona.com](http://www.hotelgranultoniagirona.com) • [info@hotelsultoniagairona.com](mailto:info@hotelsultoniagairona.com)

\*\*

### IBIS GIRONA NORD

HG-002401  
C/ Francesc Ferrer, 16. 17006 Girona • 972 391 538  
[www.ibishotels.com](http://www.ibishotels.com) • [H6819-GM@accor.com](mailto:H6819-GM@accor.com)

<b>Edició</b>	Ajuntament de Girona
<b>Disseny i producció</b>	Minimilks
<b>Correcció</b>	Dani Vivern
<b>Impressió</b>	Nexe Impressions
<b>Dipòsit legal</b>	DL Gi 760-2017
<b>Autors fotografies</b>	ICONNA, Francesc Tur, BASILICO Studio, Click Art Foto, Michael Kolechesky, Pere Duran, Oscar Vall.
<b>Imatges cedides per</b>	Arxiu Imatges PTCBG, Jan Frodeno, Sharon Laws, Movistar Team, Bike Breaks, Cicloturisme.com i Medi Ambient, Centre Cenit, Sportcat, Sea Otter, Hotel Ciutat de Girona, Hotel Melià Girona, Ajuntament de Girona, Hotel Gran Ultònia.



**RUNNING  
NATACIÓ  
CICLISME  
TENIS  
ATLETISME  
TRIATLÓ**



; ) **girona**  
emociona

Ajuntament  de Girona





 Costa Brava  
Pirineu de Girona





  
**2017**  
YEAR OF CYCLING  
& Sustainability



 @GironaEnjoyRunning  
 @girona\_running



 @GironaEnjoyBiking  
 @girona\_biking

972 010 001 • [dte@ajgirona.cat](mailto:dte@ajgirona.cat)

[gironaenjoysport.com](http://gironaenjoysport.com)