



A.D. GRUPO MONTAÑA PEGASO



Senderismo

Camino de Ronda (Costa Brava Girona)

Del viernes 1 al lunes 4 mayo 2026



CAMI DE RONDA: LA TRAVESÍA A PIE DE LAS COSTA BRAVA.

El camí de ronda es un camino costero que sigue el abrupto litoral de la Costa Brava entre las localidades de Blanes y Portbou. Se trata de un camino histórico que fue creado con las funcionalidades básicas de comunicar las diferentes poblaciones, playas y calas del litoral, al mismo tiempo que garantizaba a los pescadores y marineros de cabotaje el retorno a los puertos de origen en el caso que su barca naufragase contra las rocas del litoral, pero sobretodo fue utilizado para el control del contrabando y el estraperlo o mercado negro marítimo por parte de las autoridades estatales.

Si bien la fecha de construcción del camino de ronda es incierta, podemos suponer que es un camino milenario que se utilizaba para la comunicación del litoral desde época remota, pero el nombre de camino de ronda se popularizó durante el siglo XIX y XX, sobre todo porque era el camino que utilizaban los carabineros y guardia civil para realizar “la ronda” y controlar las actividades ilegales de contrabando y estraperlo que se realizaban en la costa.

¿Quién hacía la ronda?

El Real Cuerpo de Carabineros de Costas y Fronteras de España, era el cuerpo armado creado en 1829 con la misión de vigilar el litoral y las fronteras para reprimir el fraude y el contrabando.

Las funciones de este cuerpo fueron asumidas por la Guardia Civil a partir del 1940, ya que durante la Guerra Civil española (1936-1939), el cuerpo de carabineros dio soporte al gobierno republicano.

CONTRABANDO y ESTRAPERLO ¿Qué es? ¿Con que productos se comerciaba?

El contrabando es el comercio ilegal realizado con varias mercancías y consiste en traspasar productos prohibidos a escondidas y sin pagar los derechos de aduana establecidos.

En cambio el estraperlo consiste en la venta ilegal de las mercancías del contrabando o la venta de forma fraudulenta los productos del propio país que están sometidos a impuestos i tasas. De este echo deriva la asimilación de estraperlo como sinónimo de mercado negro.

El tabaco rubio era el principal producto con el cual se realizaba el contrabando y estraperlo (principalmente de las marcas Philip Morris, Pall Mall, Lucky, Chesterfield y Winston), pero también se comerciaba con penicilina, café, azúcar, pimienta, chocolate y otras mercaderías menores como estuches de maquillaje, pinturas para las señoras, lencería, bisutería y ropa de seda.

¿CÓMO SE ORGANIZABA EL CONTRABANDO Y COMO ACTUABAN LOS CONTRABANDISTAS?

Durante el atardecer o bien por la noche, los barcos de gran tonelaje que realizaban rutas internacionales se acercaban al litoral de la Costa Brava, y sin atracar en ningún puerto, pero disminuyendo la velocidad, descargaban la mercancía con pequeñas barcas de pescadores que seguidamente escondían en recovecos de la abrupta Costa Brava.

A continuación, las cuadrillas de contrabandistas, formados por un grupo de 15 a 20 personas, se dedicaban a transportar la mercancía desde el escondite de la costa hasta un camión que les esperaba en tierra firme y que realizaría la distribución a los proveedores y mercados del territorio.

¿CUÁLES ERAN LOS ESCONDITES PREFERIDOS DE LOS CONTRABANDISTAS?

Normalmente se buscaban recovecos que fueran de fácil acceso por el mar pero de difícil acceso por tierra. Así se evitaban los controles de los carabineros y guardia civil al mismo tiempo que garantizaban el secretismo del escondite.

Los sitios más emblemáticos donde había escondites o donde se realizaba el intercambio de mercaderías se encontraba entre la costa de Begur y Palamós. Cabe destacar, la cala del Port d’Esclanyà, el chalet de sa Perica en Tamariu, la cueva del Tabac, la cala del Cau, la cala dels Frares situada a los pies del acantilado del Cap de Sant Sebastià y la playa del Golfet.

¿POR QUÉ SE HACÍA CONTRABANDO Y ESTRAPERLO?

Los precios elevados y la imposibilidad de encontrar ciertos productos en los mercados contribuyeron al nacimiento del contrabando y el estraperlo. Si bien esta actividad ha aumentado o disminuido a lo largo de la historia, uno de los momentos álgidos del contrabando se sitúa durante la posguerra, concretamente entre el 1940 y el 1958, momento en el cual España estaba aislada comercialmente de los mercados internacionales y muchos productos estaban racionados, restringidos o sencillamente prohibidos.

PALAMOS



Palamós es un municipio situado en la Costa Brava, conocido por su puerto pesquero, sus playas de arena dorada y su rico patrimonio histórico y cultural.

Con una población de aproximadamente 18.000 habitantes, es un destino turístico que ofrece una perfecta combinación de naturaleza, gastronomía, actividades náuticas y rutas paisajísticas.

Su encanto marinero y su ambiente acogedor lo convierten en un lugar ideal para disfrutar de la costa catalana.

Información sobre playas y calas de Palamós: [Playas y calas - Visit Palamós](#)

El Palamós marítimo se puede recorrer por el Camí de Ronda que sale de la playa Gran, se sube hacia el Pedró, rodea la costa hacia el este y avanza hacia Cap Roig. Nos encontraremos con el puerto Marina, la cala del Morro del Vedell y los Pots, y unas escaleras nos llevan a cala Margarida, a los pies de Cap Gros. El camino nos lleva hasta la playa de la Fosca, de poca profundidad y orientada al sureste.

Hasta Castell, también encontraremos:

El Castillo de Sant Esteve de Mar, que data de los siglos XII-XIII y forma parte de los orígenes de Palamós, terminó sus días reconvertido en masía.

La Cala S'Alguer, una miniatura urbana junto al mar, y Bien Cultural de Interés Nacional, por sus valores paisajísticos. Era un barrio de barracas de pescadores que se remonta al siglo XV.

Playa de Castell: Este lugar se ha mantenido aislado y conservado por voluntad popular, con la más pura limpieza del paisaje.

Poblado ibérico de Castell: podemos acercarnos a los restos arqueológicos del yacimiento ibérico (siglo VI a.C. hasta el siglo II d.C.).

TOSSA de MAR



Tossa es un verdadero museo al aire libre. Sus vestigios prehistóricos dan paso a una Turissa romana, a una Tursa medieval y a una Tossa moderna convertida primero en refugio de artistas e intelectuales y más tarde en generosa anfitriona de turistas y visitantes.



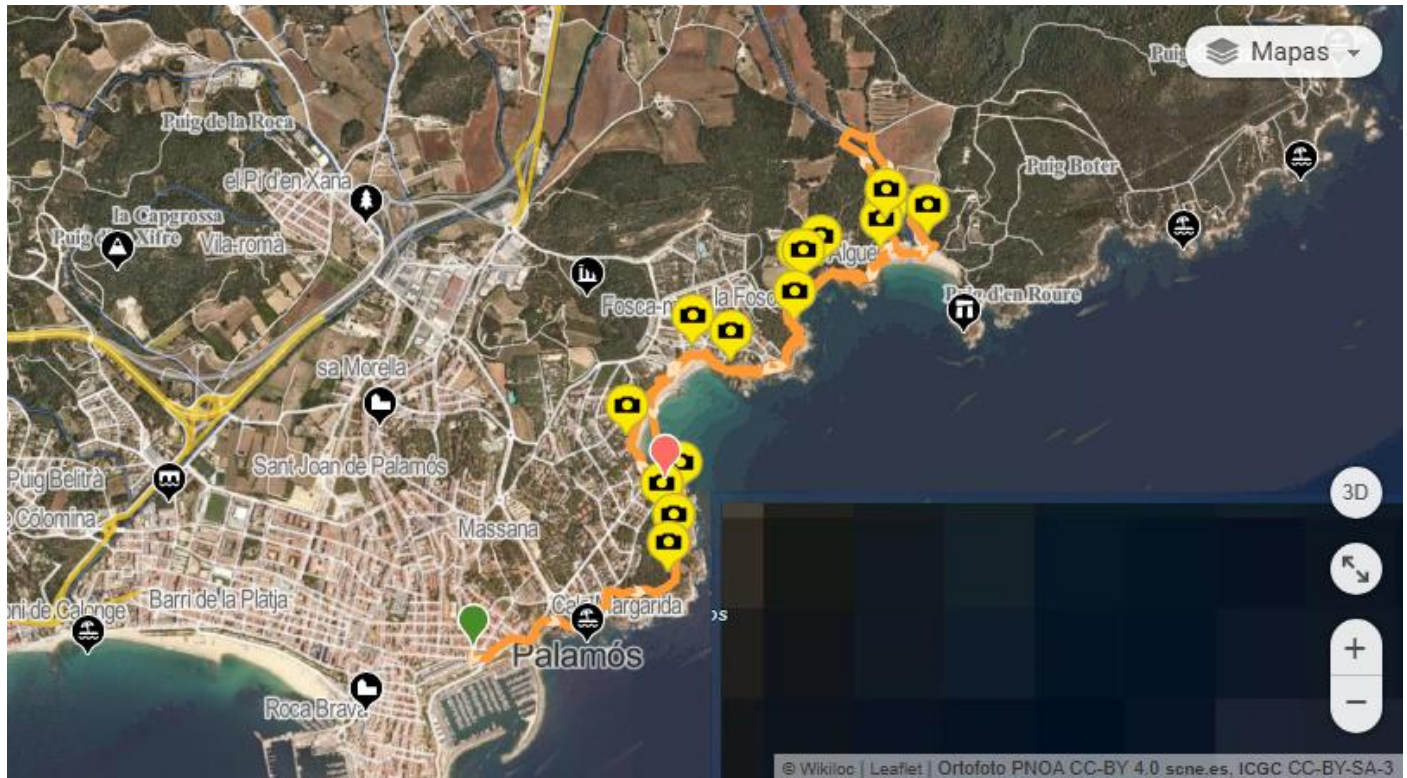
ITINERARIOS. Mapas y características

Viernes 1 de Mayo 2026

Llegada a Palamós, check-in en el hotel a partir de las 15.00

Para estirar las piernas después de un largo viaje viaje, los que estén con ganas y listos para caminar haremos la primera ruta, a partir de las 18.00 horas

Camí de ronda. GR92. De Palamós a platja el castell



ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
8,28 km	89 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	96 m
Altitud máxima	TrailRank
66 m	48
Altitud mínima	Tipo de ruta
-3 m	Solo ida

Descripción del itinerario:



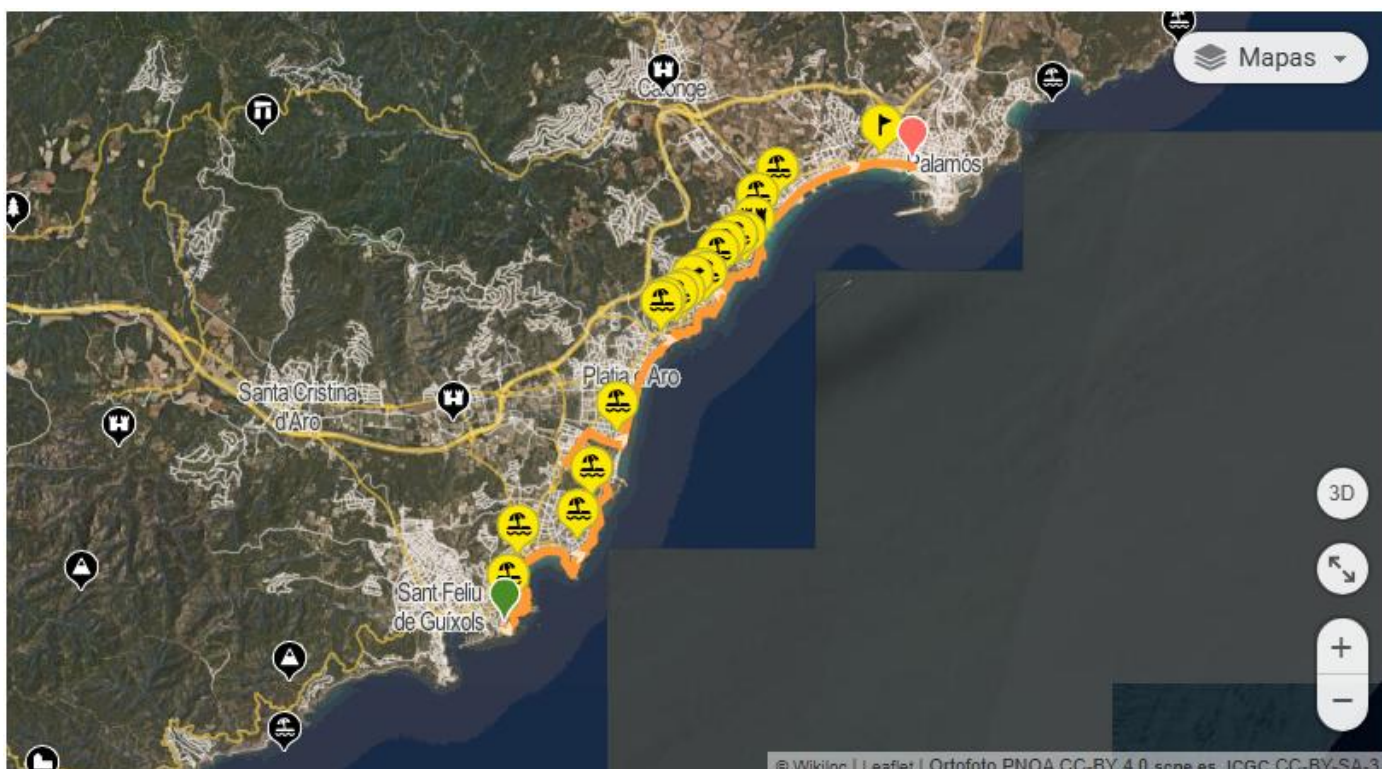
Pequeña excursión siguiendo el GR92 Camí de ronda. Desde Palamós, pasando por varias playas y calas hasta la playa del castell.

Ruta muy sencilla, sin dificultades. Y que va pasando por playas con servicios y bares. Siguiendo las marcas blancas y rojas no se necesita apenas mirar el GPS.

Sábado 2 de Mayo

Camí de Ronda: Sant Feliu de Guíxols - Palamós

Distancia: 17 km, Desnivel 167 metros.



ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
16,99 km	167 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	222 m
Altitud máxima	TrailRank 
117 m	34
Altitud mínima	Tipo de ruta
-6 m	Solo ida



Domingo 3 de Mayo

Tamariu – Cala Pedrosa – Llafranc – Calella - Palamós

Distancia: 18 km



ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
18,05 km	614 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	633 m
Altitud máxima	TrailRank
159 m	50
Altitud mínima	Tipo de ruta
-0 m	Solo ida

Haremos esta ruta siguiendo el GR92, camí de Ronda, desde Tamariu, a donde nos habremos desplazado en coche y donde los conductores tendrán que Volver para recuperarlos.

Se puede evitar la bajada a Cala Pedrosa, que tiene alguna bajada más comprometida y seguir camino a Palamós por el GR-92

Puntos de interés en el recorrido: Tamariu – Cala Pedrosa, Llafranc, Port Bo, Puerto de Malaspina – playa del Canadell – Calella – Port Roig – Playas de La Estreta, La Morisca y el Crit – Llegada a Palamós por Cala Margarida.



Lunes 4 de Mayo

Tossa de Mar – ruta circular Coll del Sastre, Cala Pola y Cala Bona – Tossa de Mar

Distancia: 9 km



ESTADÍSTICAS DE LA RUTA

Distancia	Desnivel positivo
8,11 km	277 m
Dificultad técnica	Desnivel negativo
Moderado	277 m
Altitud máxima	TrailRank 
121 m	31
Altitud mínima	Tipo de ruta
-7 m	Circular

Ruta circular desde Tossa de Mar pasando por:

- Pi gros de Can Marti (1.4 km)
- Coll del Sastre (3.0 km)
- Cala Pola (4.8 km)
- Cala Bona (5.4 km)
- Cala de Sant Jaume (5.9 km)
- Mirador de Tossa de Mar (6.3 km)
- Mirador de l'Infern d'en Caixa (6.7 km)
- Platja de la Mar Menuda (7.0 km)
- Mirador de la Platja del Reig (7.3 km)
- Platja Gran (7.7 km)

Descripción: Salimos de Tossa en dirección a la zona deportiva de Sa Riera. Seguimos en subida mantenida por pistas hasta el Coll del Sastre, y de aquí comienza una bajada hacia las magnifica Cala Pola. Después seguimos a Cala Bona donde continuaremos la ruta para volver a Tossa, entrando por la playa pequeña, la playa grande.

Allí nos cambiaremos y despediremos para volver hacia Madrid después de tomar algo juntos en alguna terraza.

FECHA, HORA Y LUGAR DE ENCUENTRO

Viernes 1 de Mayo, a partir de las 15.00 en el Aparthotel Ona de Palamós.

NORMAS DE SEGURIDAD Y ADVERTENCIAS

- El/la participante en la actividad, al realizar la inscripción, declara poseer la capacidad físico-técnico-deportiva adecuada para la realización de la misma.
-
- Se necesita licencia Federativa, o es su defecto la contratación a través del club del seguro por día (que cubre asistencia médica y otras contingencias).
- Según la longitud, condiciones naturales de algunas de las rutas o la meteorología imperante, la realización, o cambios, de los itinerarios programados estará sujeta a la decisión de los organizadores (coordinador/a y/o responsables de seguridad) que informarán a los/as participantes, antes o durante la actividad, si esta se podrá realizar o no bajo el amparo del Club.
- No se debe iniciar la marcha hasta que el/la coordinador/a lo indique.
- **Ningún/a participante debe realizar recorridos no previstos**, si así lo decidiera debe comunicar, a los/as responsables de la actividad, su decisión de apartarse del programa y asumirá todas las consecuencias de su decisión.
- Todos los participantes deben contar con **teléfono móvil y/o GPS o aplicación en el móvil que permita seguir la ruta**.
- El no llevar el equipo necesario (ropa adecuada, gafas de sol, repuestos, comida / bebida, protección solar,) puede convertir una salida clasificada como fácil en muy difícil, dependiendo de las condiciones meteorológicas u otras que puedan presentarse.
- Cada participante deberá consultar la previsión meteorológica el día anterior a la salida.
- Cada participante debe conocer los datos y características de la ruta a realizar y, en función de ellos, su propia capacidad para realizarla.
- Si durante la marcha algún/a participante sufre un percance o se encuentra mal, debe comunicárselo a los/as organizadores/as (coordinador/a) o, de no ser posible, a cualquier integrante de la marcha, ya que es la única forma de poder ayudarlo antes de que se pueda producir un accidente.
- Todo/a participante en la marcha, por el hecho de formar parte de un grupo adquiere la obligación de comunicar a los organizadores cualquier incidente que observe y que, a su entender, pueda suponer un peligro para cualquier persona. También debe colaborar, en la medida de sus posibilidades, en el auxilio de cualquier integrante del grupo.
- Todo/a participante deberá ir provisto del material designado como obligatorio para el desarrollo de la actividad, en adecuado estado para su uso y poseyendo los conocimientos necesarios para su correcta utilización.
- **El notorio incumplimiento de estas premisas por parte de algún participante, otorga a la organización el derecho de excluirle de participar.**

LOGÍSTICA. Transporte. Precios. Inscripciones

ALOJAMIENTO

Palamós: del viernes 1 de Mayo al lunes 4 de Mayo, en habitaciones dobles (alojamiento y desayuno).

Hotel: Aparthotel Ona Palamós ****

Carrer de la Provença, 5

17230 Palamós - Costa Brava - España

[Apartamentos en Palamós Ona Palamós | Web Oficial](#)

El/la coordinador/a gestionará las preferencias a la hora de compartir habitación, en la medida de lo posible.

TRANSPORTE

El viaje desde Madrid se hace en coches particulares. El/la coordinador/a pondrá en contacto a los/as participantes para utilizar la mínima cantidad de vehículos necesaria. **Se priorizará a los participantes que ofrezcan coches, en caso de necesidad para que saliese la actividad.**

Tanto si vas a aportar vehículo para llevar a otros/as socios/as como si no, por favor, publícalo en la sección de la web habilitada a tal uso, a modo de facilitar el trabajo del/a coordinador/a y de los/as otros/as participantes.

PRECIOS

- Precio por participante: 168€
- Descuento a coordinadores y colaboradores del club: 12€

Los **gastos por compartir vehículo se abonarán aparte**, siguiendo el modelo establecido en el punto 6.3 de nuestro [Protocolo de participación](#).

INSCRIPCIONES

Directamente en la [web del club](#). A partir del **(8 de abril 2026)**.

PAGO: Precio total mediante tarjeta a través de la web del club.

Si no se realiza el pago de la actividad antes de 6 horas desde el apunte, el sistema automáticamente dará de baja a aquellos que no hayan abonado la actividad, y procederá a dar de alta personas en lista de espera.

ANULACIONES

Las condiciones de anulación son las definidas en el apartado 7º del Protocolo de participación en actividades.

COORDINADOR/A

Pepe Ferreiro. Tél: 609142398. Correo electrónico: ferreiroarguelles@gmail.com.

CÓMO LLEGAR

En coches particulares hasta Palamós (6h30, sin incluir paradas).

Por Autovia II, Zaragoza – Barcelona- Girona – Palamós.