

# Guide Nature de la Région de Valencia

*Découvrez la nature  
et l'essence rurale*



ATTITUDE  
MÉDITERRANÉENNE

Espaces naturels de la côte et de l'arrière pays, villages et itinéraires



*Bienvenue  
dans la  
Région de  
Valencia*



COMUNITAT  
VALENCIANA



Cortes de Pallás

## DÉCOUVREZ LA NATURE ET L'ARRIÈRE PAYS DE LA RÉGION DE VALENCIA

*vous allez en  
tomber amoureux*

Si vous aimez la nature, le monde rural et la vie de village, la Région de Valencia a beaucoup à vous proposer. Au long de ses plus de 500 kilomètres de côte, vous trouverez de longues plages de sable et des petites criques encaissées entre des falaises. Sans vous éloigner du littoral, vous pouvez observer les espèces animales et végétales qui vivent dans les riches zones humides du Prat de Cabanes-Torreblanca, de l'Albufera de Valencia ou des Salines de Santa Pola. Vers l'intérieur, vous allez tomber sur des endroits aussi marquants que le Désert des Palmes, dans la province de Castelló, ou sur le parc naturel du Túria, dans celle de Valencia, source de richesse naturelle et agricole. Vous avez aussi les alentours de la Font Roja, près d'Alcoi (province d'Alicante), et leur impressionnante couverture boisée. Puis vous avez les montagnes, des chaînes littorales d'Irta et d'El Montgó aux sierras de l'intérieur, Tinença de Benifassà, Serra Calderona ou Serra de Mariola.

Un vaste réseau de sentiers à parcourir à pied, en vélo ou à cheval vous permet de découvrir ces espaces protégés. Mais ce n'est pas tout, car la Région de Valencia vous propose un grand nombre d'autres activités de plein air.

Et les villages ? Il y en a tant, si authentiques et si pleins de charme, que quelques journées en Région de Valencia ne suffisent pas. De la mer à la montagne, vous serez séduits par des localités telles Bocairent, Sagunt, Chelva, Altea, Xàtiva, Morella et Peñíscola, qui ont su préserver un riche patrimoine historique et artistique, sans compter la saveur et la lumière magique de la Méditerranée. La Région de Valencia abrite aussi de petites bourgades de charme, qui conservent leur tracé médiéval dans un milieu rural pratiquement inchangé.



# Sommaire

## CHAPITRE 1

p. 4. Espaces naturels de la Région de Valencia

p. 6. Naître en Méditerranée

p. 15. Les nouvelles réserves de biosphère

p. 18. Autres espaces protégés

p. 19. Mammifères et espèces végétales

p. 20. Parcs Naturels

## CHAPITRE 2

p. 22. La Côte

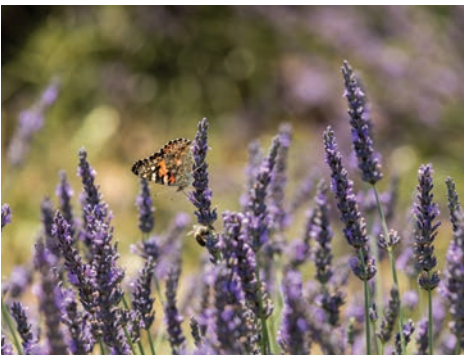
p. 24. Allons à la plage!

## CHAPITRE 3

p. 28. Itinéraires et biodiversité

p. 30. Quand on active ses jambes on active son coeur

p. 40. Informations pratiques







# *Espaces Naturels*

- DE LA  
RÉGION DE VALENCIA -

# Naître en Méditerranée



Il est toujours bon de retourner aux sources et d'explorer tous les présents offerts par la nature, de veiller sur eux et de les savourer. Territoire particulièrement riche et divers en ressources naturelles, la Région de Valencia peut vous aider à atteindre cet objectif. Elle vous offre l'opportunité de visiter 22 sites désignés « parc naturel » et d'autres aires protégées allant des ZICO (zones importantes pour la

conservation des oiseaux) aux sites classés « paysages protégés », « sites naturels municipaux » ou « monuments naturels ». Il existe aussi des « micro-réserves de flore ».

Même si toutes ces aires abritent une grande diversité d'écosystèmes, elles ont presque toujours un dénominateur commun, l'influence de la Méditerranée. Cette dernière détermine en effet le climat, le régime des précipitations et des vents, et la fourchette de températures de la région. Ici, vous pouvez découvrir des zones humides impressionnantes comme celle de l'Albufera de València ou les Salines de Santa Pola, mais aussi les zones arides de l'intérieur de la province d'Alicante. Vous avez les très scénographiques chaînes littorales, qui font partie des

Montanejos







Parc Naturel Salinas de Santa Pola

Lavande, Cincorres



cordillères bétiques à leur entrée dans la mer, dans les provinces de Valencia et d'Alicante, mais aussi les hautes montagnes du système Ibérique, qui pénètre le nord-est de la Région de Valencia, survolé par les oiseaux rapaces les plus grands et les plus précieux du pays. Et, bien sûr, les rafraîchissantes berges de fleuves comme le Júcar, le Túrria et le Mijares, habitat de nombreuses espèces animales et végétales. Avec d'autres cours d'eau, ils baignent les riches huertas de la région. Soulignons à ce propos l'importance du classement, en 2019, des réserves de biosphère de l'Alt Túrria et de la vallée du Cabriel par l'Unesco : il s'explique par leur richesse naturelle et par le déploiement dans ces secteurs d'activités humaines respectueuses de l'environnement.

# Castelló

La province de Castelló compte huit espaces classés parcs naturels. Parmi eux, le parc naturel et réserve naturelle marine des Illes Columbretes occupe une place à part en raison de ses particularités. Chacune de ces aires possède une personnalité et des caractéristiques différentes, si bien que leur ensemble constitue un impressionnant catalogue de biodiversité.

Alors que les montagnes les plus élevées, dans les contreforts du système Ibérique, comme l'emblématique pic du Penyagolosa, servent de refuge aux grands oiseaux rapaces et mammifères, les chaînes du littoral, comme la sierra d'Irta, plongent dans les profondeurs de la mer en formant des falaises et des espaces d'une grande richesse subaquatique. Il y a bien sûr aussi les zones humides côtières, véritable privilège et source d'alimentation pour les oiseaux migratoires, les oiseaux du pays et les oiseaux marins. Tout aussi importants que les parcs naturels, le fleuve et son embouchure, qui a le statut de « paysage protégé », et la Marjal de Almenara sont tous deux des sites très recommandables pour l'observation des oiseaux.

## La Tinença de Benifassà

Prairies de haute montagne, chênaies de chênes verts et pinèdes, vastes zones de buissons, grottes, rochers, sources... Les presque 5 000 hectares de ce parc naturel recèlent des habitats que l'on pourrait avoir sur des latitudes plus septentrionales. Cette particularité de ce massif humide explique pourquoi tant d'espèces y trouvent refuge et pourquoi elles sont si variées. Son emblème est le bouquetin, qui forme ici l'une des réserves les plus importantes du pays.





## Penyagolosa

Le bon millier d'hectares de ce parc naturel accueille la deuxième montagne la plus haute de la Région de Valencia (1 814 mètres), à laquelle il doit son nom. Tout autour, la chaîne escarpée sert de refuge à des espèces précieuses, comme l'aigle royal et le bouquetin. C'est pourquoi l'endroit est très apprécié des montagnards qui viennent explorer ce secteur du Maestrat.



Penyagolosa

## Prat de Cabanes-Torreblanca

Ce parc naturel est sans nul doute la principale zone humide de la province de Castelló. C'est à ce titre un site précieux du point de vue de la préservation de l'environnement et de la faune ornithologique. Rien d'étonnant à ce qu'il soit inscrit sur la liste Ramsar des zones humides d'importance internationale. Vous y distinguerez trois habitats différents : le terrain salé, le cordon littoral et la zone palustre. Chacun a son type de plante et des oiseaux tels que le busard des roseaux, le grand cormoran, le martin pêcheur, l'échasse blanche, la nette rousse ou la foulque macroule y font leur nid. Certains animaux endémiques, comme la *gambeta* (crustacée) et le *farmet* (poisson) habitent aussi ici.

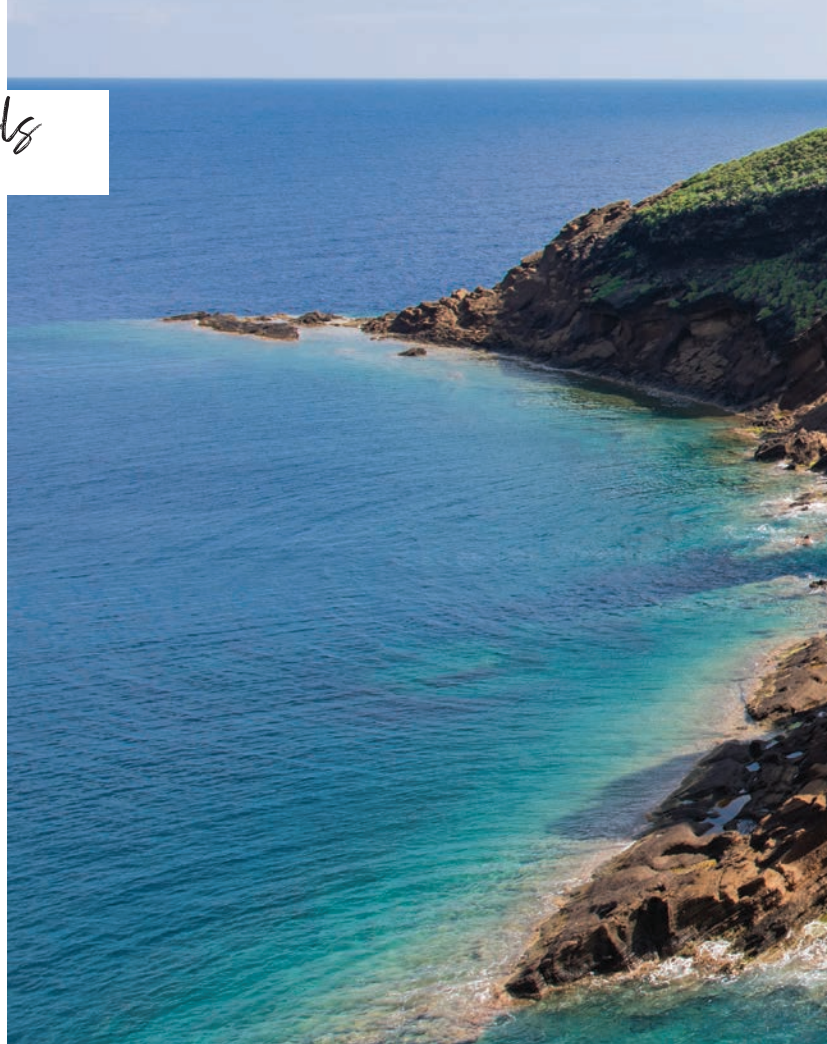
Glaréole à collier (*Glaucopis pratensis*)



## Desert de Les Palmes

Ce n'est pas exactement un désert que vous découvrirez dans ce parc naturel, du moins si l'on s'en tient à la définition générale d'« endroit aride à la végétation rare ». C'est même plutôt le contraire. Ici, la végétation est luxuriante et si, il y a des siècles, les frères carmes ont donné le nom de désert à cet endroit, c'est parce que le secteur était complètement inhabité. Le parc naturel du Désert des Palmes est une contrée montagneuse du littoral (son sommet le plus élevé, le Bartolo, fait 729 mètres), qui s'étend sur environ 3 000 hectares. Il est parcouru par de nombreux sentiers et l'on y trouve différentes espèces botaniques méditerranéennes dans les alentours de l'ancien monastère des Carmes et de son musée (XVIII<sup>e</sup> siècle).

Desert de les Palmes



## Serra d'Irta

Ce parc naturel a deux facettes : la terrestre et la marine. Nous vous parlons plus bas de la deuxième. À elles deux, elles constituent l'une des aires protégées les plus particulières et les plus intéressantes de la Région de Valencia. De fait, vous pouvez y admirer l'une des étendues côtières vierges les plus longues de la contrée. Elle fait presque quinze kilomètres de long. À voir absolument : la vue panoramique au pied de la tour Badum, située sur l'une des falaises les plus hautes de la région.

Serra d'Espadà

## Serra d'Espadà

Avec ses plus de 31 000 hectares, ce parc naturel est l'aire protégée la plus vaste de la province de Castelló. Vous serez étonnés en apprenant qu'il s'étend sur 60 kilomètres, le long desquels se succèdent des sierras escarpées d'au moins 1 000 mètres d'altitude, qui dévalent jusqu'aux vallées formées par le Mijares et le Palància. Au milieu, on a une grande variété d'écosystèmes, parmi lesquels on citera des forêts de pins et de chênes-lièges. Ces derniers sont au départ d'une industrie du liège qui a été très importante dans l'histoire de la Serra d'Espadà.





## + Illes Columbretes

> Une randonnée en bateau aux îles Columbretes est un véritable privilège et un cadeau pour les sens. Si vous vous décidez à approcher ce petit archipel d'îlots et d'écueils, situé à 56 kilomètres de la côte de Castelló, vous fixerez dans vos rétines bon nombre d'images inoubliables.

Ces îlets sont d'origine volcanique. Ils sont les vestiges de plusieurs cratères qui ont surgi de la mer il y a deux millions d'années. Ils abritent d'importantes colonies d'oiseaux de mer. Par exemple, le puffin de Scopoli, qui, sur le territoire de la Région de Valencia, ne fait son nid que dans les Columbretes. Tout comme le faucon d'Éléonore. Les nombreuses espèces végétales et animales subaquatiques que l'on trouve dans les 5 500 hectares de réserve marine qui les entoure ont elles aussi une importance majeure.

On ne peut débarquer, et uniquement en petits groupes, que sur l'Illa Grossa, la plus grande île de l'archipel. Elle possède un phare auquel on parvient après une courte marche.

Illes Columbretes

## Reserve Naturelle Marina d'Irta

La partie maritime du parc naturel du même nom, située face aux côtes d'Alcossebre et de Peñíscola, abrite une flore et une faune sous-marines très riches, surtout du côté des falaises, qui plongent jusqu'à 20 mètres dans le fond de la mer. On ne peut y faire de la plongée qu'après avoir obtenu une autorisation. Toutefois, il vous reste toujours la possibilité de naviguer sur les 900 hectares de cette aire protégée et d'admirer la spectaculaire jonction entre terre et mer que cette zone privilégiée de la Méditerranée accueille.





# Valencia

**Quand on parle de la nature de la province de Valencia, on pense tout de suite à sa célèbre Albufera, à laquelle nous consacrons un chapitre spécial. Ceci dit, elle recèle d'autres aires naturelles protégées qui méritent elles aussi d'être visitées.**

**Des singulières formations géologiques du parc naturel de Chera - Sot de Chera ou des Hoces del Cabriel à des zones humides comme la Marjal de Pego-Oliva en passant par le très riche semis de vie que le fleuve Turia laisse sur son passage, le panorama de parcs naturels et d'aires protégées de la province de Valencia est si large qu'il n'y a aucun doute que vous allez y trouver votre lieu de prédilection où vous ressourcer et profiter de la nature.**

## El Túria

Une bonne partie de la plaine du fleuve Túria se trouve dans les limites de ce parc naturel et elle est, à ce titre, protégée. Le parc s'étend sur plus de 8 000 hectares, et il abrite un véritable trésor biologique : une authentique forêt rivulaire méditerranéenne, faite d'une variété d'arbres de grande taille – peupliers blancs et noirs, saules et ormes. À l'abri de cette végétation, et avec un peu de chance, on peut observer dans certaines parties du fleuve particulièrement préservées un autre des bijoux de ce parc : la loutre.

Parque Natural del Túria





Albufera

## Chera-Sot de Chera

Ce parc naturel, situé dans le nord-est de la province, est reconnaissable à ses hautes montagnes, entaillées de profonds défilés où coulent des rivières comme le Reatillo (ou Sot), qui se jettent dans le Túria quelques kilomètres plus loin. On le reconnaît aussi aux formations rocheuses qui ont valu au secteur de Sot de Chera l'honneur d'être le premier parc géologique de la Région de Valencia. Ce sont en tout plus de 6 400 hectares d'aire protégée où vous pouvez grimper jusqu'à plus de 1 100 mètres d'altitude.



### + L'Albufera de Valencia

> L'espace naturel le plus connu, le plus aimé et le plus visité de la Région de Valencia n'a guère besoin d'être présenté. Mais peut-être ne saviez-vous pas que cette superbe zone humide, que seul un étroit banc de sable (la *restinga*) sépare de la Méditerranée, est faite d'eau douce.

C'est ce qui explique que des rizières et autres cultures se soient multipliées autour d'elle dès le temps des Romains, voire avant. Toutefois, ce furent les Arabes qui, au moyen âge, ont établi ici des systèmes agricoles qui, dans bien des cas, sont parvenus jusqu'à nos jours.

Écologiquement parlant, le lac de l'Albufera présente une profondeur moyenne d'environ un mètre. Il occupe la plus grosse partie des 21 100 hectares de la superficie totale du parc naturel. Si cela vous paraît grand, sachez qu'il n'occupe aujourd'hui qu'un tiers de la surface qu'il avait jusqu'au XIXe siècle, époque à laquelle il fut colmaté en vue de l'obtention de nouveaux terrains à cultiver.

Ce parc naturel accueille un très riche échantillon d'avifaune européenne et méditerranéenne. De fait, d'après les données du service de la Biodiversité, 350 espèces ornithologiques s'alimentent et font halte à l'Albufera, dont une centaine se reproduit sur place. On y trouve aussi deux poissons emblématiques en grave danger de disparition, le *samaruc* et le *fartet*.

## Hoces del Cabriel

La rivière Cabriel, à la limite de la Région de Valencia et de la Castilla-La Mancha voisine, a façonné au long de millions d'années un paysage capricieux où de spectaculaires formations géologiques tiennent la vedette. Les 31 400 hectares du parc abritent aussi des gorges et de vertigineux rochers escarpés. On peut apercevoir sur ces derniers les mouvements de gros animaux. Ce sont des mouflons et des bouquetins. Plus bas, vous observerez la présence de cerfs et de sangliers. Par ailleurs, la présence abondante d'oiseaux de proie vaut à ce parc naturel le statut de ZICO (zone importante pour la conservation des oiseaux).

## Serra Calderona

Les derniers contreforts de l'est du système Ibérique occupent les 18 000 hectares de ce parc naturel. Sur leurs pentes, vous pourrez admirer plusieurs forêts de pins d'Alep mais aussi de chênes-lièges et de callunes. Le sommet du Garbí (593 mètres) est l'un des points les plus visités de cette aire protégée. Il offre une superbe vue sur les comarques voisines, l'Horta Nord et Camp de Morvedre.

La Marjal de Pegu-Oliva



Serra Calderona

## La Marjal de Pegu-Oliva

Le parc naturel et ses presque 1 300 hectares se répartit sur les provinces de Valencia et d'Alicante. C'est une zone humide (le mot « marjal » désigne un endroit où les eaux souterraines s'accumulent et finissent par affleurer) d'une remarquable biodiversité. De plus, quatre ruisseaux qui ont leur source dans les sierras voisines y coulent. Outre sa valeur comme lieu de nidification et de repos pendant la migration de tout type d'oiseaux, ce marais abrite une flore et une faune subaquatique très riches.





## + Les nouvelles réserves de biosphère

> En 2019, l'Unesco a reconnu deux espaces naturels de la Région de Valencia comme réserve de biosphère : l'Alto Túria et la vallée du Cabriel. Le premier, de 60 000 hectares, englobe une bonne partie du cours moyen du Túria et héberge une grande diversité de sols et d'habitats. Celle-ci se traduit par une forte variété sur le plan de la flore (pins, rouvres, genévrier, flore ripicole...) et de la faune (oiseaux des steppes, merles aquatiques, crapauds accoucheurs, lièvres ibériques, lapins et, dans l'eau, barbeaux catalans et *squalius valentinus*).

Quant à la réserve de biosphère de la vallée du Cabriel, elle embrasse rien moins que 421 000 hectares distribués entre les Régions de Valencia, de Castille-La Manche et d'Aragon. Les paysages montagneux, les formations rocheuses, les marais, les lagunes et même les terres cultivées des plaines formées par le fleuve se succèdent aux quatre coins de ce territoire. De fait, l'agriculture et l'élevage ont une grande importance dans son environnement.

Puebla de San Miguel

## Puebla de San Miguel

C'est dans cette aire protégée que se dresse l'Alto de Barracas (aussi appelé Cerro Calderón) qui, comme nous le disons, est le point le plus élevé de la Région de Valencia. Situé dans la comarque de Rincón de Ademuz, il fait partie de la Serra de Javalambre, qui appartient à son tour au système Ibérique. On y remarque, outre une grande concentration de forêts de genévriers, des sites spectaculaires comme le Barranco de la Hoz et ses nombreux exemplaires d'ifs. C'est de plus un endroit très recommandé pour qui souhaite apercevoir des oiseaux comme le hibou grand-duc, le vautour fauve, l'aigle royal, le circaète Jean-le-Blanc, l'aigle botté, le milan royal, le faucon crècerelle, la chevêche d'Athéna, le guêpier, la huppe fasciée et la pie-grièche. Quant aux amateurs d'ethnographie, ils pourront en savoir plus sur les modes de vie d'autrefois grâce au lavoir et à la tuilerie et, bien sûr, au musée de l'Ethnologie.



# Costa Blanca

Du point de vue de la nature et n'en déplaie à la mer Méditerranée, cette province se distingue par le triangle de zones humides côtières formé par Elx, Santa Pola et Torrevieja. Elle a, ceci dit, bien d'autres parcs naturels à explorer, à découvrir et à parcourir.

Vous avez ainsi la Serra de Mariola, objectif habituel des montagnards et des randonneurs. Ou les rochers de la Font Roja, que vous pourrez sillonner avant de chercher l'ombrage des bois de chênes. Nous vous conseillons bien sûr d'aller voir le Penyal d'Ifac, véritable icône de la côte alicantine et superbe balcon sur la Méditerranée. Nous vous recommandons également de parcourir les montagnes les plus emblématiques de la province. Un bon nombre d'entre elles ont été classées « paysage protégé » par la Généralité valencienne. C'est par exemple le cas de la Serra d'Escalona, dont l'abondante couverture boisée abrite la plus grande colonies de hiboux grands-ducs d'Europe occidentale.

## El Montgó

Les 753 mètres de cet impressionnant massif littoral se dressent entre Dénia et Xàbia. Le parc naturel s'étend sur un peu plus de 2 100 hectares, et l'on peut y admirer une surprenante biodiversité. Il suffira de dire que l'on y trouve 650 espèces différentes de flore. Côté faune, le Montgó est habité par deux types de rapaces particulièrement menacés, le faucon pèlerin et l'aigle de Bonelli.

## Serra Gelada

Malgré leur nom (sierra gelée), ces montagnes ne sont pas spécialement froides, bien au contraire. Leur appellation vient du fait que le reflet de la lune sur la roche calcaire qui les caractérise crée une illusion d'optique : on a l'impression de voir de la glace. Pour le reste, les 745 hectares de ce parc naturel vous proposent des falaises couvertes d'une abondante végétation et plongeant de plus de 300 mètres droit dans la mer. Plusieurs îlots font de plus partie de cette aire protégée : Mitjana, l'Olla, la Galera et l'Illa de Benidorm.

Montgó



Serra Gelada





Carrascal de la Font Roja

## Serra de Mariola

À l'ombre du Montcabrer (1 390 mètres), une activité agricole et d'élevage durable se déploie depuis des temps immémoriaux sur cette emblématique sierra alicantine. L'interaction entre l'homme et la nature a façonné là des paysages très authentiques. Ce parc naturel recouvre presque 17 000 hectares de rochers escarpés, de prairies, de gorges et d'eau abondante. Là résident par exemple l'aigle royal, le vautour fauve, la chouette, le chat-huant, le faucon pèlerin et l'épervier d'Europe, mais aussi de plus petits oiseaux tels que la tourterelle des bois, la perdrix rouge, le guêpier, le loriot d'Europe, la huppe fasciée ou la pie-grièche royale, parmi bien d'autres.



## Carrascal de la Font Roja

Ce parc naturel de l'intérieur de la province Alicante, voisin des villes d'Alcoi et d'Ibi, englobe la montagne de Sant Antoni, le site de La Teixereta et le Carrascal de la Font Roja. Il réunit en tout 2 300 hectares de forêts de type méditerranéen (pins, chênes verts, chênes faginsés, ifs...), qui recouvrent les flancs de montagnes arrondies. Avec un peu de chance, vous apercevrez dans les secteurs les plus haut l'une des fouines qui habitent par ici. Ou peut-être un aigle de Bonelli, des éperviers et des chats-huants.

## Penyal d'Ifac

Cet énorme rocher qui domine de toute sa hauteur une presqu'île est l'un des symboles géologiques les plus connus de la Région de Valencia. C'est aussi l'un de ses parcs naturels les plus petits (53 hectares de superficie seulement) et les plus visités. Même si nombre de ses visiteurs viennent surtout pour admirer la vue sur la Costa Blanca, il n'en reste pas moins que ce piton rocheux est l'habitat de plusieurs fleurs endémiques. Il y a en tout 400 espèces de plantes différentes. Divers types de lézards, de geckos et d'oiseaux, comme le cormoran huppé et le faucon pèlerin y habitent aussi.

## El Fondo

El Fondo est une cuvette inondée qui forme une précieuse zone humide sur environ 2 400 hectares d'aire protégée appartenant au territoire municipal d'Elx. C'est un important lieu de nidification, d'alimentation et de halte pour un grand nombre d'oiseaux, dont certains sont en sérieux danger de disparition. C'est le cas de la marmaronette marbrée, qui a ici son principal point de reproduction en péninsule Ibérique, mais aussi celui du héron cendré, du flamant rose, de la grande aigrette, de plusieurs espèces de foulques, de la poule d'eau, de l'échasse blanche et de divers types de canard, dont le colvert. L'hiver est sans nul doute le meilleur moment pour visiter ce parc naturel. En cette saison, plus de 30 000 exemplaires d'oiseaux s'y retrouvent en effet. C'est un véritable paradis pour les amateurs de *birdwatching* ou observation d'oiseaux !

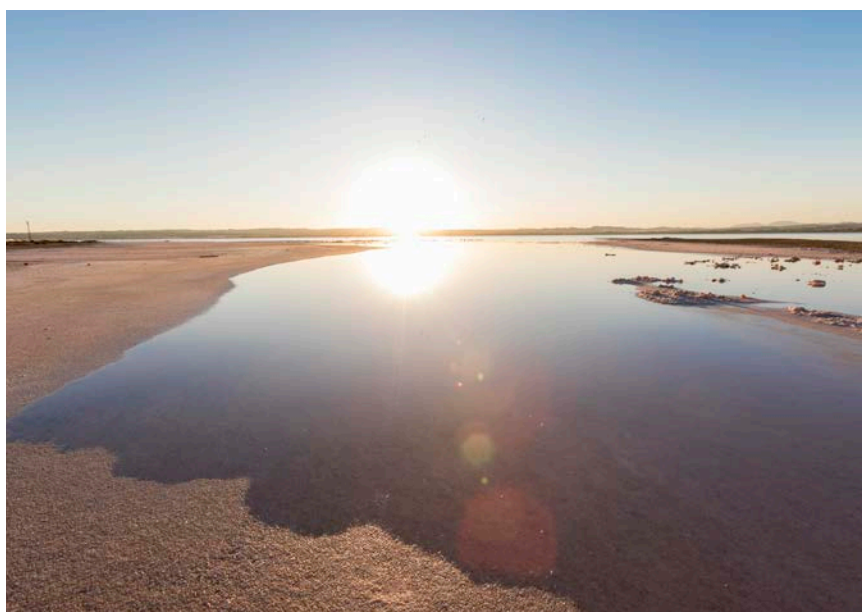
## Las Salinas de Santa Pola

Ce parc naturel de 2 470 hectares se trouve tout près de El Fondo. Les deux formaient d'ailleurs autrefois un seul et même espace, l'Albufera d'Elx, que les alluvions transportées par la rivière Vinalopó ont fini par colmater et par diviser. Par rapport à El Fondo, il a pour particularité d'avoir accueilli la création au XIXe siècle de marais salants qui ont grandement modifié le paysage et façonné un écosystème très différent, et très attractif pour tout type d'oiseaux. Parmi ces derniers, vous risquez d'être surpris par le flamant rose dont la colonie ici réunie rassemble les 8 000 exemplaires !



## Lagunas de La Mata-Torrevieja

Ces aires protégées forment un ensemble de zones humides d'une grande importance pour les millions d'oiseaux qui survolent la Région de Valencia lors de leurs migrations annuelles d'Europe en Afrique et inversement. Les deux lagunes (celle de La Mata et celle de Torrevieja) sont séparées par un anticlinal (élévation convexe du terrain), lui-même parcouru par un canal artificiel qui les relie à la mer. Parmi les particularités de ce parc naturel d'un peu plus de 3 740 hectares on citera, outre les flamants roses, toujours spectaculaires, la présence de l'Orchis colina, une orchidée très rare et très vulnérable.



## Autres espaces

De nombreux autres endroits se distinguent par leur valeur naturelle. Ils sont parfois inattendus, comme c'est le cas de l'Il·la de Benidorm, que les millions de baigneurs qui profitent de la « ville aux gratte-ciel » aperçoivent dans le lointain. Car cet îlot et la mer qui l'entoure abritent une riche biodiversité, qui attire des espèces emblématiques comme le faucon pèlerin et, dans l'eau, le denti et la sériole.

On aperçoit ces mêmes espèces quelques kilomètres plus loin vers le nord, dans la réserve naturelle marine du Cap de Sant Antoni, entre Dénia et Xàbia. Elle s'étend sur 900 hectares et est reconnaissable à ses vertigineuses falaises de 150 mètres de haut. Sous l'eau, où il est permis de pratiquer la plongée en apnée, vous admirerez certaines des formations sous-marines les plus emblématiques de cette partie de la Méditerranée, faites de posidonie océanique et de certaines espèces de gorgones et de coraux, où évoluent langoustes et mérours.



Île de Tabarca



### + Mammifères et espèces végétales remarquables de la Région de Valencia

> Des sierras de l'intérieur des terres au littoral, des zones humides aux steppes, de nombreux animaux très divers habitent le territoire de la Région de Valencia. En matière de grands mammifères, ses forêts et ses sierras abritent des mouflons, des cerfs élaphe, des chevreuils, des bouquetins et des sangliers. Mais aussi des renards roux, des blaireaux, des fouines, des genettes et des chats sauvages.

Pour ce qui est des mammifères de petite taille, les divers écosystèmes de la Région de Valencia sont habités par des espèces importantes comme le hérisson commun et le hérisson d'Algérie, la musaraigne grise, le lapin, le lièvre ibérique, l'écureuil roux, le campagnol aquatique, le campagnol, la souris, le lérot et plusieurs espèces de chauves-souris.

Quant à la flore, outre les grandes forêts de chênes-lièges, de pins d'Alep, de yeuses, de chênes faginéés et de chênes verts, les orchidées occupent une place à part. La Région de Valencia en abrite 69 espèces et 21 hybrides naturelles, dont certaines – comme l'ophrys jaune et l'ophrys – ont une grande valeur.

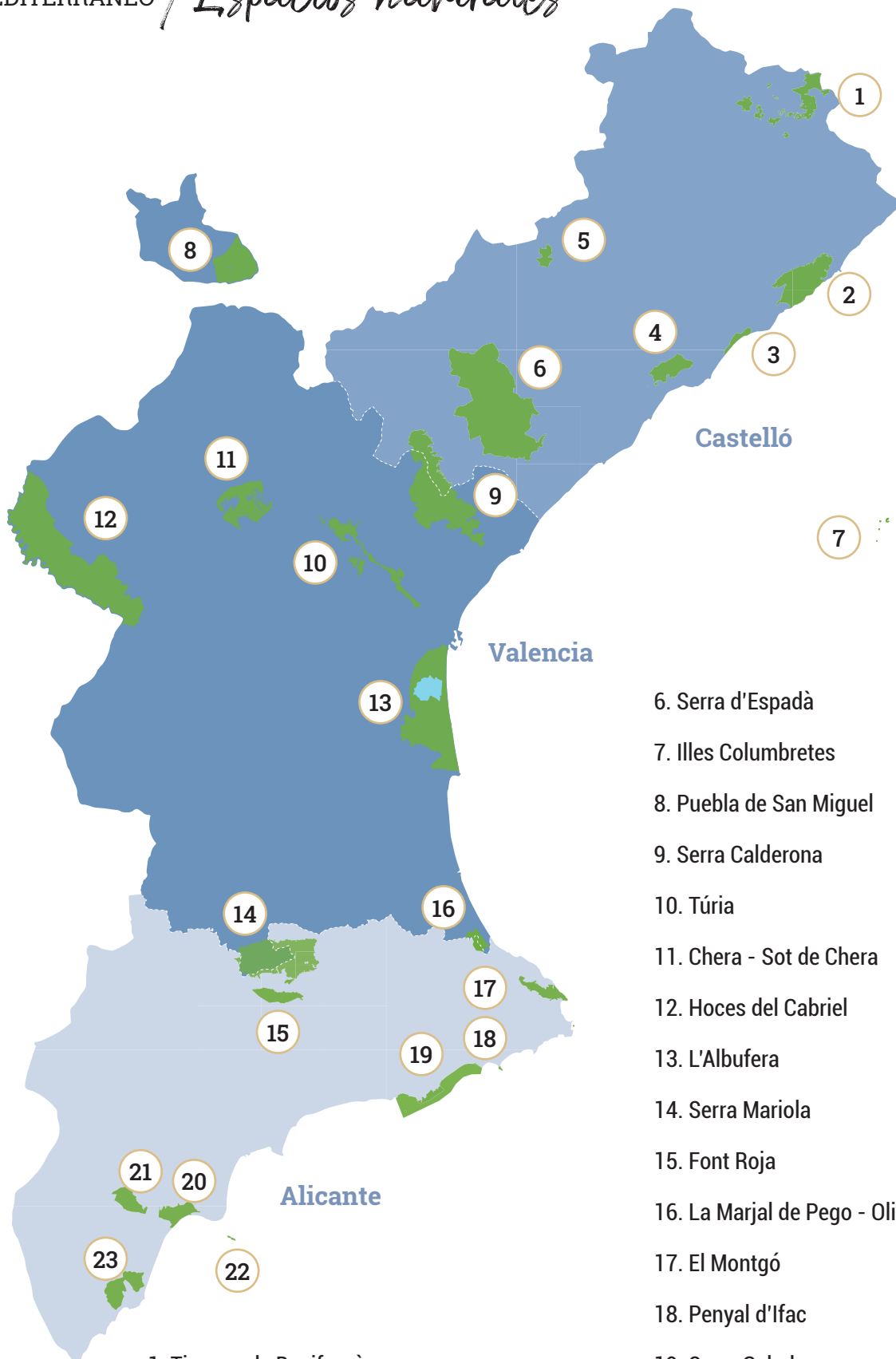
Dans les sous-bois, vous tomberez sur des arbustes et des herbacés comme le romarin, le thym, le fenouil, le ciste et le genêt. Dans les zones proches des berges des grands fleuves valenciens, les grands arbres comme le saule pleureur, les peupliers, les peupliers noirs et les ormes abondent et côtoient des cannes et des joncs. Non loin d'eux, vous trouverez de nombreuses oliveraies, amanderaies, orangeries, plantations de caroubiers et même de kakis.



## Réserve naturelle marine de l'Illa de Tabarca

En réalité, Tabarca n'est pas une île mais un petit archipel formé de trois îlots et d'une île principale. Une curiosité : cette dernière est la seule de la Région de Valencia à être habitée. Pour y débarquer, il vous suffit de monter à bord de l'un des bateaux qui partent du port de Santa Pola, à environ 4 milles nautiques de là (quelque 7,5 kilomètres) ou d'Alicante à 11 milles nautiques (20 kilomètres).

L'environnement de Tabarca a été classé réserve marine afin de préserver l'extraordinaire biodiversité de son fond marin et des eaux qui baignent l'archipel. Si vous êtes fan de plongée, sachez que vous avez ici l'un des plus beaux spots de la Région de Valencia. Dans les abondantes prairies de posidonie océanique de ses fonds sablonneux évoluent des espèces d'une valeur inestimable – des tortues de mer, des hippocampes, des poulpes et des mérous, entre autres nombreuses espèces.



1. Tinença de Benifassà

2. Serra d'Irta

3. Prat de Cabanes - Torreblanca

4. Desert de les Palmes

5. Penyagolosa

6. Serra d'Espadà

7. Illes Columbretes

8. Puebla de San Miguel

9. Serra Calderona

10. Túria

11. Chera - Sot de Chera

12. Hoces del Cabriel

13. L'Albufera

14. Serra Mariola

15. Font Roja

16. La Marjal de Pegó - Oliva

17. El Montgó

18. Penyal d'Ifac

19. Serra Gelada

20. Salines de Santa Pola

21. El Fondó

22. Isla de Tabarca

23. Lagunas de la Mata y Torrevieja



**de las hoces del cabriel**

**Voria hidràulica**

El municipi de Casas del Rio és part del terme municipal de Requena, situada juntament amb el riu Cabriel, afluent del riu Júcar, formant el límit amb el terme municipal de Cofrentes i part integrant de la marca de Requena-Utiel.

Les aigües que proporcionen el riego del marge esquerre del riu Cabriel són derivades per una presa de vigas de fusta recobertes amb una capa de ciment. La presa té forma de U invertida per una sencilla razón: la presa separa el caudal del río para desviar parte de las aguas a un molino que había en el margen derecho del río; la parte de sus aguas es conducida hacia la conocida rueda hidráulica de Casas del Rio.

**Genia hidràulica**

El municipi de Casas del Rio és part del terme municipal de Requena, situada juntament amb el riu Cabriel, afluent del riu Júcar, formant el límit amb el terme municipal de Cofrentes i part integrant de la marca de Requena-Utiel.


Les aigües que proporcionen el riego del marge esquerre del riu Cabriel són derivades per una presa de bigues de fusta recobertes amb una capa de ciment. La presa té forma de U invertida per una sencilla razón: la presa separa el caudal del río para desviar parte de las aguas a un molino que había en el margen derecho del río; la parte de sus aguas es conducida hacia la conocida rueda hidráulica de Casas del Rio.

El funcionamiento de Casas del Rio tuvo lugar en el siglo XVI, en concreto, fue en el año 1728 la fundación definitiva. Desde entonces, gracias a su estructura y construcción, ha sido un modelo para otros molinos a lo largo de toda la zona de Requena-Utiel.

El funcionamiento del Cabriel del Rio se divide en dos: en el primer caso, se usa para el riego y en el segundo para la generación de energía eléctrica. En este último caso, se construyó en el año 1978 la fundación definitiva. Es una construcción que se construyó en el año 1978 para la fundación definitiva. Es una construcción que se construyó en el año 1978 para la fundación definitiva.

RED ELÉCTRICA

Hoces del Cabriel

 Information sur toutes les aires naturelles protégées de la Région de Valencia sur : <https://parquesnaturales.gva.es>





- LA -

côte

- DE LA RÉGION DE VALENCIA -







Cala Ferris, Torrevieja

Sur les plus de 500 kilomètres de côte de la Région de Valencia se succèdent d'immenses grèves sablonneuses, de petites criques, des plages de galets et de nombreuses falaises. Autant de sites où profiter des eaux accueillantes de la Méditerranée et des presque 320 jours d'ensoleillement que ce

vaste littoral vous offre chaque année. Ce sera parfois une plage vierge située près d'une aire protégée, par exemple près de l'Albufera de Valencia, de la Serra d'Irta ou du parc naturel d'El Montgó. Ce peut aussi être une très longue plage urbaine, spectaculaire comme celle de Sant Joan, comme la

Oropesa del Mar



Gandia





# Allons à la plage!

Malva-rosa de Valencia ou encore comme la Platja Nord de Peñíscola. Le littoral peut aussi vous proposer la tranquillité et le charme de ses petites criques secrètes.

Et si tout cela ne vous suffit pas, vous avez aussi la possibilité de découvrir toute la

richesse sous-marine de la Région de Valencia, même dans des eaux peu profondes. Nul doute que le bleu de la Méditerranée va devenir la couleur du souvenir impérissable de vos vacances en Région de Valencia, unie à sa caractéristique odeur de sel et d'iode et à la caresse de la brise marine sur votre peau.

Cala del Mal Pas, Benidorm



El Saler, Valencia

## PLAGES / *la côte*

La province de Castelló possède la plage sans nul doute la plus cinématographique de la Région de Valencia. Nous avons nommé la Platja Nord de Peñíscola, sur laquelle le Cid, incarné par Charlton Heston, a galopé dans le film homonyme de 1961 réalisé par Anthony Mann. Et ce n'est pas le seul tournage qui a eu lieu ici.

Si cette plage vous paraît déjà spectaculaire, préparez-vous à admirer les autres grèves et calanques des 139 kilomètres du littoral de la province de Castellón. De Vinaròs à Almenara flottent des dizaines de pavillons bleus décernés par la fondation pour l'éducation à l'environnement. Ils récompensent les plages et les ports européens qui proposent les meilleurs services et respectent le mieux l'environnement.



La province de Valencia présente 135 kilomètres de côte entre Sagunt et Oliva. On y trouve de grandes plages dotées de tout type de services, comme par exemple dans les villes touristiques de Gandia et de Cullera, mais aussi à Valencia, le chef-lieu de la province, et dans les environs de l'Albufera.

Le littoral valencien est par ailleurs parsemé de nombreuses criques où profiter, presque seul, du plaisir du sable (ou des rochers), de l'eau, du soleil et du sel. Dans certaines, le nudisme est autorisé. Dans d'autres, vous pourrez admirer toute la beauté et toutes les richesses subaquatiques de la Méditerranée à l'aide d'un simple tuba, d'un masque et de palmes.



Peñíscola

Alicante est la province au front littoral le plus long de la Région de Valencia : rien moins que 244 kilomètres! C'est aussi la province qui possède le plus grand nombre et la plus grande diversité de plages. De Dénia à Guardamar del Segura, soyez assurés que vous trouverez sur cette côte la plage qui s'adapte le mieux à vos goûts et à vos besoins.

Vous avez par exemple la plage la plus longue de la Région de Valencia, celle de Sant Joan, mais aussi des plages aussi spectaculaires que secrètes, proches d'aires protégées comme le Montgó, le Cap de Sant Antoni, le Cap de la Nao ou les Salines de Santa Pola.



Cala Moraig, El Poble Nou de Benitatxell



## + Un monde magique

> Il existe sous les eaux du littoral méditerranéen de la Région de Valencia un vaste univers qui vaut la peine d'être exploré. C'est le royaume de la Posidonia océánica, vitale pour l'équilibre environnemental de la Méditerranée, qui pousse sur les plaines subaquatiques proches de la côte. Des algues rouges et vertes, des éponges, des anémones et des coraux habitent aussi ici. De nombreux exemplaires d'éponges, d'oursins, de murènes, de congres, de rougets, de sars, de pagres, de dentis, de daurades, de mérours et de langoustes rouges, entre autres espèces, trouvent refuge parmi ces organismes..

Il est aussi possible de voir passer près des côtes de la Région de Valencia des tortues vertes, des requins de différentes espèces, surtout des requins bleus et des requins mako, et des cétacés comme les globicéphales et les roqualls.



Guardamar del Segura

A scenic view of a rocky coastline. The sky is a vibrant blue with wispy white clouds. The sea is a deep turquoise color, meeting a clear horizon. In the foreground, rugged, brownish-grey rock formations rise from the water's edge. Some greenery, including a tall pine tree, is visible on the right side of the rocks.

*Itinéraires*  
ET  
*biodiversité*



Si quieres disfrutar al máximo de la naturaleza en la Comunitat Valenciana, lo mejor es que lo hagas a pie, en bicicleta, caballo o practicando cualquier otro deporte al aire libre, mientras recorres algunas de las muchas rutas y senderos que se adentran en los diferentes espacios protegidos. En total, hay unos 9.000 kilómetros de vías senderistas de diferente tipo: desde grandes recorridos (GR) que cruzan comarcas y provincias, a pequeños recorridos (PR) y senderos locales (SL).

También tienes la opción de seguir alguna de las trece vías verdes que aprovechan el trazado de antiguas vías ferroviarias e infraestructuras en desuso y que se adentran por espacios de una gran belleza. Entre ellas, destaca la de Ojos Negros, que es la más larga de España y con un gran tramo entre las provincias de Castelló y Valencia.

A lo largo de estas rutas y en algunos lugares especialmente propicios vas a tener la oportunidad de avistar las plantas y animales más representativos de la Comunitat Valenciana: desde las especies habituales del bosque mediterráneo (con abundancia de pinos carrascos, encinas y alcornoques) y los bosques de ribera, a los humedales y sistemas dunares que flanquean buena parte del litoral.



Quand on active  
ses jambes   
**on active son cœur**







# CASTELLÓ



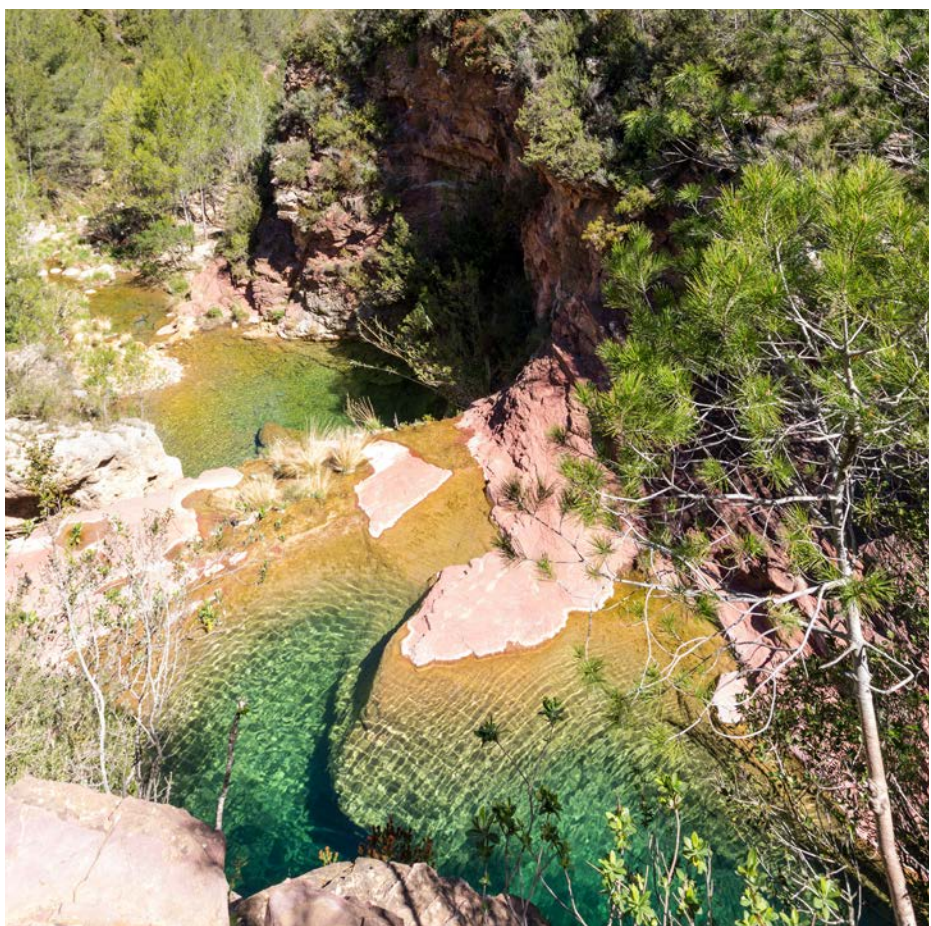
Vistabella del Maestrat

## **La Morería et rambla de San Mateu (Les Coves de Vinromà)**

Cet itinéraire simple (et très agréable) contourne la bourgade des Coves de Vinromà, dont les environs recèlent plusieurs vestiges du Paléolithique. Le parcours grimpe jusqu'au sommet de La Pisota, d'où l'on a une superbe vue panoramique sur la Méditerranée. Il s'agit d'un parcours circulaire d'environ cinq kilomètres et demi, à réaliser en une matinée (environ deux heures et demi).

## **Río Chico et Pozo Negro (Fuentes de Ayódar)**

Le Pozo Negro (qui signifie « puits noir ») est une lagune d'origine glaciaire située dans la Serra d'Espadà. C'est aussi l'un des plus beaux endroits de baignade de l'intérieur de la Région de Valencia. L'itinéraire qui mène à cet endroit (assez facile) avance parallèlement à la rivière Chico pendant environ sept kilomètres, ce qui demande à peu près deux heures et demi de marche.



Pozo Negro, Fuentes de Ayódar



## + Voie Verte d'Ojos Negros

> Une bonne partie des 76 kilomètres et quelques de cet itinéraire en Région de Valencia longent la rivière Palància. C'est le cas, plus précisément, du tronçon compris entre Barracas (province de Castelló) et Algimia d'Alfara (province de Valencia). Ceci dit, vous pouvez poursuivre jusqu'à Sagunt, point de départ de l'ancienne voie minière qui unissait les hauts-fourneaux de cette ville au village d'Ojos Negros, où le minerai était prélevé.

Cette voie verte met à profit le tracé de l'ancien chemin de fer minier de Sierra Menera. Vous trouverez au long de ce parcours, qui présente peu de dénivelées, plusieurs aires de repos, et vous passerez par quinze tunnels et par huit ponts enjambant la rivière, dont certains sont franchement spectaculaires. spectaculaires.

## Sendero del Clot de la Mare de Déu (Borriana)

Voici un itinéraire à parcourir à toute époque de l'année, mais particulièrement agréable en été du fait qu'il longe la rivière Ana, au milieu d'un joli bois rivulaire de peupliers et de saules. Le sentier fait environ trois kilomètres et sa dénivelée est faible. Il est donc tout à fait indiqué pour une randonnée avec des enfants.

## Barranco de Almanzor (Almedijar)

Cet itinéraire part du village d'Almedijar, dans la comarque de l'Alt Palància, et y retourne. Sans compter le charme évident de ses paysages, il est aussi intéressant en raison du grand nombre de chênaies de chênes-lièges et de pinèdes qui accompagnent le parcours. Ce sont en tout quelque douze kilomètres de marche d'une difficulté moyenne (en raison de la dénivelée), que vous pouvez couvrir en un peu moins de cinq heures.



Via Verde Ojos Negros

# VALENCIA

## Les canyons du Júcar (Jalance)

Voilà sans nul doute l'une des options de randonnée les plus tentantes de l'intérieur des terres de la province de Valencia. Elle se déroule entre de spectaculaires murailles de pierre sculptées par le fleuve Júcar, le long d'un chemin tracé en vue de la construction d'un canal qui arrive jusqu'au village de Cofrentes. Ce sont en tout onze kilomètres (aller-retour) de marche d'une difficulté moyenne qui vous prendra environ quatre heures.



## Los Chorradores de Navarrés (Navarrés)

Parmi les parcours en montagne à faire dans le secteur, celui-ci est l'un des plus recommandables. Il conjugue en effet paysages de montagne et de berge. De plus, par beau temps, il offre la possibilité de se baigner dans le spectaculaire site de Los Chorradores. Il vous faudra environ cinq heures de marche pour douze kilomètres. Difficulté moyenne.



## Voie Verte du Serpis (Alcoi)

Ce parcours cyclable et piétonnier emprunte le tracé de l'ancien Tren dels Anglesos (ou Train des Anglais) entre Alcoi et Gandia. Il longe en partie le fleuve Serpis et progresse au milieu d'une nature impressionnante, au pied du massif de La Safor. Il s'étend sur 40 kilomètres, au cours desquels vous apprécierez spécialement la partie qui passe par le Racó del Duc.

## La Route de l'Eau (Chelva)

Ce sentier se déroule en un itinéraire touristique qui associe des valeurs naturelles, culturelles et récréatives. Pendant deux heures et demi, vous longerez des forêts, des petites plages fluviales, une cascade, des aires de repos et de pique-nique... Un parcours très facile, à faire en famille.



Los Calderones, Chulilla



### + Route de Los Calderones

> Ce parcours qui suit les canyons du Túria est sans conteste l'un des plus spectaculaires de l'intérieur de la province de Valencia. Circulaire, il part du village de Chulilla. L'eau et les immenses murailles de roche façonnées par le fleuve pendant des millions d'années sont ses protagonistes.

Vous parcourrez en tout 16 kilomètres, pour une dénivellée d'environ 300 mètres (cumulée, de 1 600), si bien que sa difficulté est moyenne. En été, vous pourrez de plus vous baigner dans le secteur connu sous le nom de Charco Azul, endroit particulièrement attractif où, ce qui ne gâche rien, l'eau est parfaitement calme.



Ruta del Agua (Route de l'Eau), Chelva

# COSTA BLANCA

## Sierra et phare de Santa Pola (Santa Pola)

Ce parcours circulaire, facile, d'environ treize kilomètres permet de découvrir le cap et le phare de Santa Pola, qui se dressent face à l'immensité de la mer, ainsi que la sierra sur laquelle se détache la ville. Cet espace naturel possède une couverture végétale représentative de la flore méditerranéenne. Vous avancerez aussi sur de vastes zones replantées de pins..



Santa Pola

## Gorge de l'Infierno (La Vall de Laguar)

Comme l'indique le nom de ce site, qui signifie « gorge de l'Enfer », son niveau de difficulté et ses dénivelées continues n'en font pas un parcours tout public. Néanmoins, si vous êtes en forme, ses quatorze kilomètres à parcourir en presque sept heures ne sauront manquer de vous impressionner. Défilés profonds, tunnels, balustrades en bois sur la rivière Ebo, escaliers taillés dans la pierre... Rien d'étonnant à ce que ce parcours soit surnommé « la cathédrale de la randonnée pédestre ».





### + Parcours vers le sommet du Penyal d'Ifac (Calpe)

> Le Penyal d'Ifac est l'une des silhouettes les plus connues de la côte alicantine. Ses 300 mètres d'altitude qui se dressent face à la plage de Calpe lancent un défi aux randonneurs et aux escaladeurs. Vous pouvez faire les moins de cinq kilomètres de ce parcours circulaire en environ deux heures et demi. Difficulté moyenne-faible.

Une fois au sommet, après avoir traversé un tunnel creusé dans la roche, vous aurez droit à une superbe vue panoramique sur ce secteur du littoral, sur la ville de Calpe et sur les sierras voisines. Il vous faudra de bonnes chaussures de marche de montagne, et vous devrez emporter de l'eau et de quoi vous protéger du soleil. Aujourd'hui, l'accès au sommet est limité. Il est donc conseillé de réserver auprès du Centre d'Interprétation du parc naturel du Penyal d'Ifac (Carrer del Peñón, Calpe).



### Voie Verte du Maigmó (Alcoi)

Dans les années 1920, un chemin de fer, ponctué de tunnels et de viaducs, fut ouvert dans d'étroits passages de la Serra de Mariola pour relier les villes d'Alcoi et d'Alicante. C'est le tracé de cette voie ferrée que suit sur 22 kilomètres une voie verte que vous pouvez couvrir en une journée. Une bonne partie du parcours passe entre de belles forêts méditerranéennes et des formations de gypse.

### Parcours vers le Montcabrer (Agres)

Avec ses 1 390 mètres, le pic du Montcabrer est le plus haut de la Serra de Mariola. Vous pouvez le gagner en partant du petit village d'Agres. C'est un parcours d'environ onze kilomètres (22 aller-retour) qui présente un certain degré de difficulté. Si vous vous décidez à le faire en hiver, vous pourriez trouver de la neige en abondance. Le secteur conserve d'ailleurs un puits de neige historique, la Cava Gran. Quelque soit la saison, vous ne manquerez pas d'être fascinés par la silhouette des vautours fauves qui survolent la zone.



Penyal d'Ifac (Calpe)









L'Alfàs del Pi

# Information pratique

## Comment venir

La Région de Valencia est accessible par voie terrestre, aérienne et maritime.

### En voiture

L'**AP-7**, autoroute de la Méditerranée (*autopista del Mediterráneo*) traverse la Région de Valencia parallèlement à la côte. Elle est reliée au réseau européen.

- La **A-3** relie à la capitale d'Espagne.
- La **A-23**, Autovía Mudéjar, connecte avec Sagunto, Segorbe et avec la province de Teruel.
- La **A-31**, Autovía de Alicante, parcourt cette province.
- La **A-33** connecte avec Fuente de la Higuera et arrive à la Région de Murcie.
- La **A-35** connecte à la province d'Albacete.

### En train

Le réseau ferroviaire de la Comunitat Valenciana relie l'ensemble de son territoire au reste du pays. Des trains à grande vitesse relient Madrid au centre de Valencia, Alicante, Castelló de la Plana, ainsi qu'à d'autres municipalités comme Utiel-Requena, Elx, Orihuela et Villena.

[www.renfe.com](http://www.renfe.com) (AVE et AVLO)

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

[www.iryo.eu](http://www.iryo.eu)

[www.fgv.es](http://www.fgv.es) (Red de Ferrocarrils de la Generalitat Valenciana)

### En avion

Les trois capitales de province de la Région de Valencia possèdent des aéroports qui proposent un large réseau de vols nationaux et internationaux.

- **Aéroport de Castelló** proche de destinations telles que Benicàssim, Oropesa del Mar et Peñíscola.
- Situé à 8 kilomètres de la capitale, l'aéroport international de **Valencia-Manises** est une des principales portes d'entrée des visiteurs.
- L'Aéroport International d'**Alicante-Elche Miguel Hernández (Altet)** est près de Benidorm, Xàbia ou Torre Vieja.

### En bateau

Les ports de passagers de Valencia, Dénia et Alicante desservent les îles Baléares, Barcelone et plusieurs pays méditerranéens. En saison, le port de Gandia dessert lui aussi quelques destinations des Baléares.

## Quand venir

La Région de Valencia présente un climat exceptionnel presque toute l'année, surtout sur son littoral. Grâce à la Méditerranée, ce dernier jouit de températures tempérées en hiver, tandis que les mois d'été sont chauds.

Le climat des terres de l'intérieur est davantage de type continental. Les étés y sont secs et les hivers froids. La Région de Valencia a sa haute saison en été, de juin à septembre, comme dans le reste de l'Europe, mais aussi pendant les jours fériés espagnols et pendant la semaine de Pâques.



# Information touristique



## Offices du tourisme



## Tourisme online

- [www.comunitatvalenciana.com](http://www.comunitatvalenciana.com)
- [www.turismodecastellon.com](http://www.turismodecastellon.com)
- [www.costablanca.org](http://www.costablanca.org)
- [www.valenciatourisme.org](http://www.valenciatourisme.org)
- [www.alicanteturismo.com](http://www.alicanteturismo.com)
- [www.castellonturismo.com](http://www.castellonturismo.com)
- [www.visitvalencia.com](http://www.visitvalencia.com)
- [www.visitbenidorm.com](http://www.visitbenidorm.com)
- [www.visitelx.com](http://www.visitelx.com)

Merci de  
votre visite!



GENERALITAT  
VALENCIANA



TURISME  
COMUNITAT VALENCIANA

Faites de votre séjour à la Region de Valencia  
une **expérience inoubliable.**

Tout commence sur **comunitatvalenciana.com**



Suivez-nous  
et partagez!



@comunitatvalenciana



@comunitat\_valenciana



@c\_valenciana



@Visit Comunitat Valenciana



visitcomunitatvalenciana