

Guida delle Zone Naturali 🇮🇹  
della Regione di Valencia

Scopri il paesaggio  
naturale e  
l'essenza rurale



SPIRITO  
MEDITERRANEO

Aree naturali della costa e l'entroterra, comuni e itinerari.



*Benvenuto nella  
Regione di  
Valencia*



REGION OF  
VALENCIA



Cortes de Pallás

## SCOPRI LA NATURA E L'ENTROTERRA DELLA REGIONE DI VALENCIA

*te ne innamorerai*

Se ami la natura, il mondo e la vita rurale, la Regione di Valencia ha tantissime cose buone da offrirti. Negli oltre 500 km di costa, troverai lunghissime spiagge di sabbia e calette incastonate tra le rocce. Senza allontanarti dal litorale, puoi osservare le specie animali e vegetali che vivono nelle straordinarie zone umide come, ad esempio, il Prat de Cabanes-Torreblanca, L'Albufera di Valencia o le Saline di Santa Pola. Verso l'interno scoprirai posti mozzafiato come il Deserto di les Palmes, a Castelló, o il Parco Naturale del Túria, a Valencia, fonte di tanta ricchezza naturale e agricola. Altra zona interessante è quella della Font Roja, nei pressi di Alcoi (Alicante), ricoperta da un impressionante manto boschivo. Tutto questo prima di arrivare in montagna: dalle catene montuose costiere di Irta o El Montgó, a quelle dell'entroterra, Tinença di Benifassá, Serra Calderona o Serra de Mariola.

Per conoscere queste aree naturali protette, hai a disposizione un'ampia rete di sentieri da percorrere a piedi, in bicicletta o a cavallo. In ogni caso, nella Regione di Valencia puoi praticare tante altre attività all'aria aperta.

E che dire dei paesini? Sono tantissimi, così autentici e così affascinanti che pochi giorni di vacanza nella Regione di Valencia non ti basteranno! Dal mare alla montagna ti sorprenderanno località come Bocairent, Sagunt, Chelva, Altea, Xàtiva, Morella o Peñíscola, che conservano un ricco patrimonio storico-artistico, oltre al vero sapore e alla magica luminosità del Mediterraneo. La Regione di Valencia ospita, inoltre, piccoli e incantevoli borghi di origine medievale dove potrai goderti il vero ambiente rurale. Da visitare anche i paesini e i villaggi con meno di cento abitanti. Ogni comarca ha una propria personalità. Scoprite tutte!

# Indice

## CAPITOLO 1

p. 4. Aree naturali protette della Regione di Valencia

p. 6. Nato nel Mediterraneo

p. 8. CASTELLÓ

- Parchi naturali
- Riserva Naturale Marina d'Irta
- Illes Columbretes

p. 12. VALENCIA

- Parchi naturali
- Altre zone protette
- L'Albufera di Valencia

p. 16. ALICANTE

- Parchi naturali
- Altre zone protette
- Riserva Naturale Illa de Tabarca

p. 19. Altre specie animali e vegetali della Regione di Valencia

## CAPITOLO 2

p. 22. La Costa

p. 24. Tutti al mare!



## CAPITOLO 3

p. 28. Itinerari e diversità

p. 30 Chi muove le gambe muove il cuore

p. 32. CASTELLÓ

- Itinerari
- Via Verde Ojos Negros

p. 34 VALENCIA

- Itinerari
- Cammino dei Calderones

p. 36. ALICANTE

- Itinerari
- Cammino alla vetta del Penyal d'Ifac (Calpe)



p. 40. Informazioni pratiche





*Aree  
naturali*

- DELLA  
REGIONE DI VALENCIA -

# Nato nel Mediterraneo



È sempre un buon momento per tornare alle nostre origini e per esplorare, prendersi cura e godersi tutta la bellezza che ci regala la natura. La Regione di Valencia può aiutarti a raggiungere questo obiettivo. È infatti un territorio particolarmente ricco e variegato quanto a risorse naturali. Avrai l'opportunità di visitare 22 zone riconosciute come Parco naturale, oltre ad altre aree protette che

comprendono zone di protezione speciale per gli uccelli (ZPS), aree classificate come Paesaggi Protetti, Zone Naturali Municipali o Monumenti Naturali. Ci sono anche le Microriserve di Flora.

Tutti questi spazi ospitano una grande varietà di ecosistemi, anche se quasi sempre con un denominatore comune: l'influenza del Mediterraneo che determina il clima, il regime pluviometrico e dei venti e l'intervallo delle temperature regionali. Qui potrai scoprire zone umide straordinarie come L'Albufera di Valencia o le Saline di Santa Pola, fino ad arrivare alle zone aride dell'entroterra alicantino.

Dalle scenografiche catene montuose costiere, parte della Cordigliera Betica al mare, tra Valencia e Alicante, fino

Montanejos





Parque Natural Salinas de Santa Pola

Lavanda, Cincorres



alle vette del sistema iberico che attraversa il nord est della Regione di Valencia, popolate da alcune delle maggiori specie di rapaci spagnole. E, ovviamente, le fresche rive dei fiumi, come lo Júcar, il Túrria o il Mijares, habitat di numerose specie animali e vegetali. Inoltre, l'acqua di questi e degli altri fiumi della zona è necessaria per alimentare le ricche aree agricole della Regione.

A questo proposito, bisogna sottolineare l'importanza della dichiarazione del 2019 da parte dell'UNESCO rispetto alle Riserve di Biosfera dell'Alt Túrria e della Valle del Cabriel per la ricchezza naturale e per lo sviluppo di attività umane che rispettano l'ambiente.

# Castelló

Ci sono otto zone classificate come parchi naturali nella provincia di Castelló, oltre al Parco Naturale e alla Riserva Naturale Marina de las Illes Columbretes, un luogo che per le sue peculiarità merita una menzione speciale. Ogni area presenta caratteristiche e personalità diverse, ma che insieme costituiscono un impressionante catalogo di biodiversità.

Se le montagne più alte, nelle pendici del Sistema Iberico, come l'emblematica cima del Penyagolosa, accolgono grandi uccelli rapaci e mammiferi, le catene costiere, come quella di Irta, sprofondano nel mare dando vita a scogliere e a un ricco paesaggio sottomarino. Ci sono, ovviamente, anche le zone umide costiere, un autentico privilegio e fonte di nutrimento per specie di uccelli migratori, residenti e marini. Altrettanto significativi sono il fiume Mijares e la sua foce, considerata Area Protetta, e la Marjal di Almenara. Entrambi sono fortemente consigliabili per l'avvistamento di uccelli.

## Tinença di Benifassà

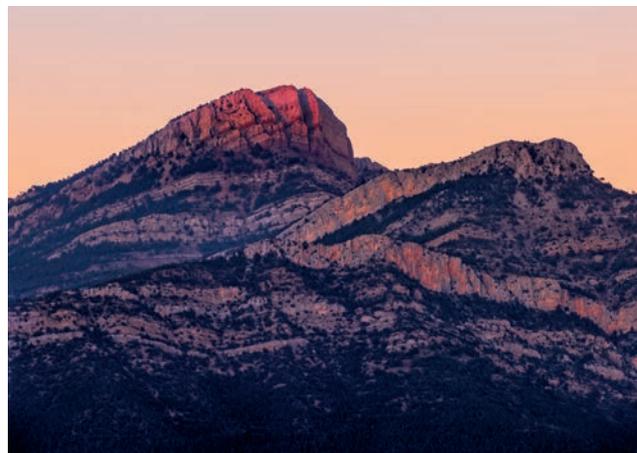
Prati di alta montagna, garighe e pinete, vaste zone di cespugli, grotte, rocce, sorgenti... In quasi 5000 Ha di questo parco naturale ci sono habitat che potresti trovare a latitudini molto più settentrionali. La peculiarità di questo massiccio umido spiega come tante e diverse specie trovino rifugio proprio qui. L'emblema è lo stambecco (o capra ispanica), che trova qui una delle riserve più importanti del paese.





## Penyagolosa

Gli oltre 1.000 Ha di questo parco naturale ospitano la seconda montagna più alta della Regione di Valencia, di 1814, da cui viene il nome. La ripida catena montuosa circostante accoglie specie importanti come l'aquila reale o lo stambecco. Questo spiega perché si tratta di un luogo molto amato da tutti gli alpinisti interessati a scoprire la zona del Maestrat.



Penyagolosa

## Prat de Cabanes-Torreblanca

Questo parco naturale è, senza dubbio, la principale zona umida della provincia di Castelló. E, proprio per questo, rappresenta uno dei luoghi più importanti per la salvaguardia ambientale e l'avifauna, tanto da far parte della Lista di Zone Umide a livello Internazionale Ramsar. Troverai tre ambienti diversi: la palude salmastra, il cordone litorale e la zona palustre.

Caratterizzati da vari tipi di vegetazione, nidificano qui uccelli come il falco di palude, cormorano grande, il martin pescatore, il cavaliere d'Italia, l'anatra colorata o la folaga comune. La zona ospita anche altri animali endemici, come il gambero (crostaceo) o il pesce Fartet.

Pernice di mare (*Glareola pratincola*)



## Deserto di Les Palmes

Quello che troverai in questo parco naturale non è un deserto vero e proprio, inteso generalmente come "luogo arido e con scarsa vegetazione". Tutto il contrario: qui abbonda la vegetazione e il nome gli venne assegnato dai frati carmelitani scalzi perché era una zona specialmente disabitata. Il Parco Naturale del Deserto di Les Palme è una catena montuosa costiera (la vetta più alta è Bartolo, 749 metri) che occupa una superficie di 3000 Ha, attraversata da numerosi sentieri e dove potrai ammirare varie specie botaniche di tipo mediterraneo che circondano l'antico monastero carmelita e il museo (secolo XVIII).

Desert de les Palmes



## Serra d'Irta

Questo parco naturale ha una duplice dimensione: il mare e la montagna. Del mare parleremo più avanti. Entrambe costituiscono una delle zone protette più peculiari e più importanti della Regione di Valencia. Potrai ammirare qui uno dei più estesi tratti costieri incontaminati, raggiunge infatti quasi quindici chilometri di lunghezza. Non perderti le viste panoramiche ai piedi della Torre Badum in una delle scogliere più alte della regione.

Serra d'Espadà

## Serra d'Espadà

Con gli oltre 31.000 Ha, questo parco il più vasto spazio protetto della provincia di Castelló. Ti sorprenderà, infatti, sapere che nei suoi 60 chilometri si succedono ripide cime di oltre 1.000 metri e che poi si abbassano fino alle valli formate dai fiumi Mijares e Palància. Un ampio e variegato ecosistema dove predominano i boschi di pini e sughere. Di queste ultime si alimenta l'industria del sughero, da secoli importantissima nella Serra d'Espadà.





Illes Columbretes

### + Illes Columbretes

---

> Un'escursione in barca alle Columbretes è una vera e propria fortuna e un regalo per tutti i sensi. Se ti interessa visitare questo piccolo arcipelago di isolotti e scogli, situato a circa 56 chilometri dalla costa di Castelló, ti porterai dietro una bella manciata di immagini indelebili. Queste isole di origine vulcanica sono i resti di vari crateri emersi dal mare milioni di anni fa e che ospitano oggi straordinarie colonie di uccelli marini, come la berta grigia che nella Regione di Valencia solo nidifica nelle isole Columbretes. La stessa cosa succede al falco della Regina. Altrettanto importante è l'ampia e variegata flora e fauna sottomarina che popola la riserva circostante, di oltre 5.500 Ha.

L'approdo, sempre per piccoli gruppi, avviene solamente nell'Illa Grossa, la più grande dell'arcipelago, dove è presente anche un faro raggiungibile con un breve cammino.

## Riserva Naturale Marina d'Irta

La parte marina del parco naturale omonimo, davanti alla costa di Alcossebre e a quella di Peñíscola, ospita una ricca flora e fauna sottomarina, soprattutto vicino alle scogliere, che sprofondano fino a 20 metri nel mare.

È possibile praticare l'immersione solo previa licenza, ma puoi sempre navigare nei 900 Ha dell'area protetta e goderti questa straordinaria fusione tra terra e mare in una zona privilegiata del Mediterraneo.





# Valencia

**Parlare di natura a Valencia significa parlare della famosa Albufera, alla quale va dedicata una menzione speciale. Nella provincia ci sono altre zone naturali protette che meritano di essere visitate.**

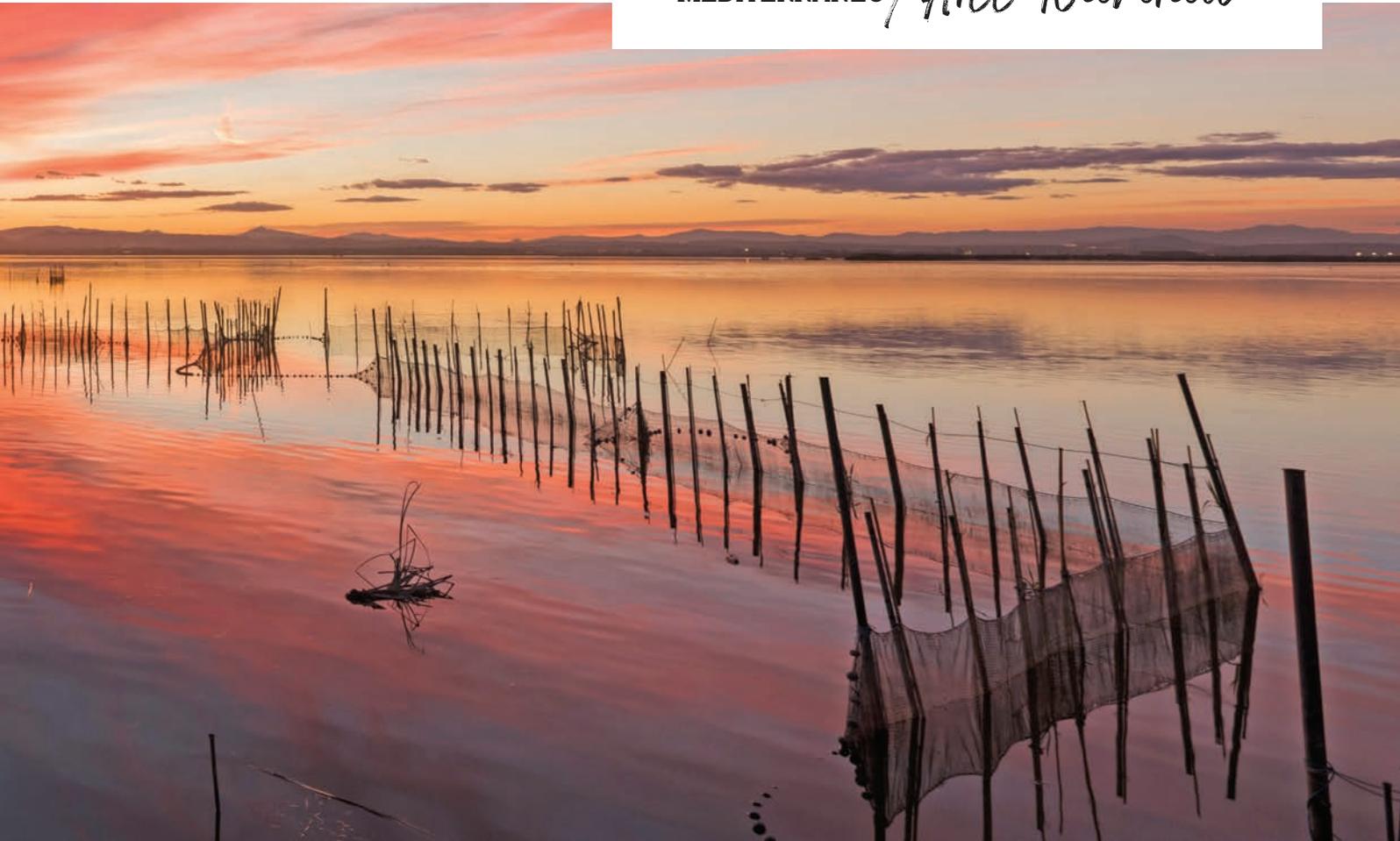
**Dalle note formazioni geologiche del Parco Naturale di Chera – Sot de Chera o la Foce del Cabriel, alle zone umide come La Marjal de Pego-Oliva e il ricchissimo sentiero che lascia il Túria. Le viste panoramiche dei parchi naturali e delle aree protette di Valencia sono talmente tante che troverai sicuramente un luogo preferito dove perderti e goderti la natura.**

Parque Natural del Túria

## Il Túria

Buona parte della pianura del fiume Túria è protetta dai confini del suo stesso parco naturale. All'interno di un'area di oltre 8.000 Ha troverai una gioia biologica: l'autentico bosco di vegetazione ripariale (della riva) mediterranea, costituito da un variegato campione di grandi alberi, come ad esempio pioppi, salici e olmi. Protetta dalla vegetazione e in alcuni punti del fiume particolarmente riparati, potrai scoprire un'altra gioia del parco: la lontra.





Albufera

## Chera-Sot de Chera

Questo parco naturale, a nord-est della provincia, si caratterizza per le alte montagne con profonde gole in cui scorrono fiumi, come ad esempio il Reatillo (o Sot), che, chilometri più a valle, alimentano il Túria. Un'altra peculiarità della zona è rappresentata dalle formazioni rocciose che rendono Sot de Chera il primo parco geologico della Regione di Valencia. Si tratta di oltre 6.400 Ha di area protetta in cui alcune cime superano i 1100 metri.



### + L'Albufera di Valencia

> Non ha bisogno di tante lettere di presentazione quella che, senza dubbio, è l'area naturale più famosa, amata e visitata della Regione di Valencia. Quello che probabilmente non sai è che questa preziosa zona umida, nonostante sia separata dal Mediterraneo solo da una stretta striscia sabbiosa (restinga), è d'acqua dolce.

Per tale ragione, già dai tempi dell'epoca romana e preromana, nelle zone circostanti sono proliferate risaie e altre coltivazioni. Sono stati però i Musulmani a stabilire nella zona dei veri e propri sistemi di produzione agricola, giunti fino ai nostri giorni.

Dal punto di vista ecologico, il lago de L'Albufera ha una profondità media di circa un metro e occupa la maggior parte dei 21.100 ettari della superficie totale del parco naturale. Se ti sembra grande, devi sapere che oggi occupa solo un terzo di quello che era nel XIX secolo, quando è stata prosciugata per ottenere nuovi terreni agricoli.

Potrai osservare un ricchissimo esempio di avifauna europea e mediterranea. In base ai dati del Servizio di Biodiversità, infatti, nell'area de L'Albufera si nutrono e riposano 30 specie ornitologiche, un centinaio delle quali si riproducono nella zona. Sono presenti anche due specie emblematiche di pesci ad alto rischio di estinzione: il *samaruc* e il *fartet*.

## Hoces del Cabriel

Il fiume Cabriel, al confine tra la Regione di Valencia e Castiglia La Mancha, nel corso dei secoli ha disegnato uno stravagante paesaggio caratterizzato da straordinarie conformazioni geologiche. Più di 31.400 Ha che ospitano gole e ripide scogliere, oltre a animali grandi dimensioni, come ad esempio mufloni, stambecchi. Più a valle troverai cervi e cinghiali. La presenza di numerosi rapaci rende quest'area una Zona di protezione speciale per gli uccelli (ZPS).

## Serra Calderona

Le ultime pendici orientali del Sistema Iberico sono i 18.000 ettari di questo parco naturale, le cui colline sono ricoperte da boschi di pino d'Aleppo, sugheri e brughiere. Tra i posti più visitati di quest'area protetta spicca la cima del Garbí (593 metri), da cui potrai goderti un magnifico panorama sulle comarche vicine (l'Horta Nord e Camp de Morvedre).

La Marjal de Pego-Oliva



Serra Calderona

## La Marjal de Pego-Oliva

Il parco naturale come tale, con i suoi quasi 1300 ettari, si trova tra la provincia di Valencia e quella di Alicante e si tratta di una zona umida (una palude è il luogo dove si accumulano e affiorano le acque sotterranee) con una straordinaria biodiversità e dove confluiscono quattro ruscelli che nascono nelle montagne vicine. Oltre ad essere un'importante zona di nidificazione e riposo durante le migrazioni di ogni specie di uccelli, la palude ospita una flora e fauna subacquea ricchissima.



## + Le nuove riserve della Biosfera

> Nel 2019, l'UNESCO ha riconosciuto due zone naturali della Regione di Valencia come riserva della Biosfera: Alto Túria e Valle del Cabriel. Il primo, con una superficie di circa 60.000 ettari, comprende buona parte del corso medio del fiume Túria e ospita una grande varietà di terreni e habitat e, quindi, una variegata flora (pini, roveri, ginepri, vegetazione ripariale) e fauna (uccelli tipici della steppa, merli acquaioli, rospi levatori, lepri iberiche, conigli e, sott'acqua, barbi codarossa e scardole mediterranee).

La Riserva della Biosfera del Valle del Cabriel, occupa ben 421.000 ettari tra la Regione di Valencia, Castiglia La Mancha e Aragona. In questo spazio si succedono paesaggi di montagna, formazioni rocciose, acque paludose, lagune, steppe e, più a valle, terreni coltivabili nelle pianure formate dal fiume. L'agricoltura e l'allevamento hanno un ruolo importantissimo nella zona intorno al fiume.

Puebla de San Miguel

## Puebla de San Miguel

Questa zona protetta ospita l'Alto de Barracas (o Cerro Calderón) che, come già commentato precedentemente, è il più alto della Regione di Valencia. Fa parte della Serra de Javalambre, del Sistema Iberico, nella comarca di Rincón de Ademuz. L'aspetto più rilevante è la predominanza di boschi di ginepri, oltre alla presenza di paesaggi straordinari, come il Barranco de la Hoz, e di moltissimi tassi. È anche un luogo perfetto per l'osservazione degli uccelli: il gufo reale, il grifone, le aquile reali, il biancone e l'aquila minore, il nibbio reale, il gheppio, la civetta europea, il gruccione, l'upupa o l'averla. Per quanto riguarda l'aspetto etnografico, potrai scoprire i modi di vivere passati in luoghi emblematici come il lavatoio o il centro di tessitura, oltre al Museo di Etnologia.





# Costa Blanca

Dal punto di vista naturale e, senza togliere nulla al Mar Mediterraneo, questa provincia si distingue per il triangolo delle zone umide che si trovano tra Elx, Santa Pola e Torrevieja.

Hai a disposizione vari parchi naturali dove esplorare, conoscere e divertirti.

Da vedere, per esempio, la Serra de Mariola, meta abituale di alpinisti e escursionisti; o percorrere le scogliere della Font Roja e poi cercare ombra tra i boschi di quercia, e il Penyal d'Ifac, un'icona della costa alicantina e un magnifico belvedere sul Mediterraneo. Nella lista anche le montagne più emblematiche della provincia, incluse dalla Generalitat Valenciana tra le zone protette. Un bell'esempio è la Serra d'Escalona, ricoperta da un ricco manto boschivo che ospita la più grande colonia di gufi reali dell'Europa Occidentale.

## El Montgó

Tra le località di Dénia e Xàbia si erige questo straordinario massiccio litoraneo di 753 metri. Il parco naturale occupa una superficie di oltre 2.100 ettari caratterizzato da una sorprendente biodiversità. Sono infatti presenti 650 specie diverse di flora. Per quanto riguarda la fauna, il Montgó ospita due rapaci particolarmente a rischio: il falco pellegrino e l'aquila di Bonelli.

## Serra Gelada

Non si tratta di montagne particolarmente fredde, il nome infatti deriva dal riflesso della luna sulla roccia calcarea che crea illusioni ottiche come se fosse "di ghiaccio". Per il resto, nei 745 ettari occupato dal parco naturale, potrai contemplare una scogliera di più di 300 metri sul mare coperta da abbondante vegetazione. Della stessa area protetta fanno parte vari isolotti: Mitjana, l'Olla, la Galera y la Illa de Benidorm, descritta successivamente.

Montgó



Serra Gelada





Carrascal de la Font Roja

## Serra de Mariola

Dominata dalla cima del Montcabrer (1390 metri), in questa emblematica sierra alicantina, fin dai tempi più remoti si è sviluppata un'attività agricola e zootecnica sostenibile. L'interazione dell'uomo con la natura ha dato vita a paesaggi particolarmente autentici. Il parco naturale occupa quasi 17.000 ettari di scogliere, pascoli, canyon e tanta acqua. Risiedono qui specie come l'aquila reale, il grifone, la civetta, l'allocco, il falco pellegrino o lo sparviere; ma anche uccelli di dimensioni più piccole, come la tortora europea, la pernice rossa, il gruccione, il rigogolo europeo, l'upupa o l'averla reale, ad esempio

## Carrascal de la Font Roja

Si tratta di un parco naturale dell'entroterra di Alicante, molto vicino alle località di Alcoi e Ibi, che comprende la montagna di Sant Antoni, la zona de La Teixereta e il Carrascal de la Font Roja. Un ambiente di 2.300 ettari costellato da boschi di tipo mediterraneo (pini, lecci, roverelle, tassi...) sulle pendici di dolci rilievi. Nelle zone più alte, con un po' di fortuna, potrai incontrare qualche faina che risiede nella zona, ma anche aquile di Bonelli, sparvieri o allocchi.

## Penyal d'Ifac

Quest'enorme roccia sulla penisola è uno dei simboli geologici più famosi della Regione di Valencia. È anche uno dei parchi naturali più piccoli (ha una superficie di solo 53 ettari) ma tra i più visitati. Anche se molti visitatori sono attratti solo dal panorama sulla Costa Blanca, questa rocca è in realtà l'habitat in cui convivono vari tipi di vegetazione endemica, circa 400 specie di piante diverse. È anche il luogo in cui risiedono vari tipi di lucertole, gechi e uccelli, come il marangone dal ciuffo o il falco pellegrino.

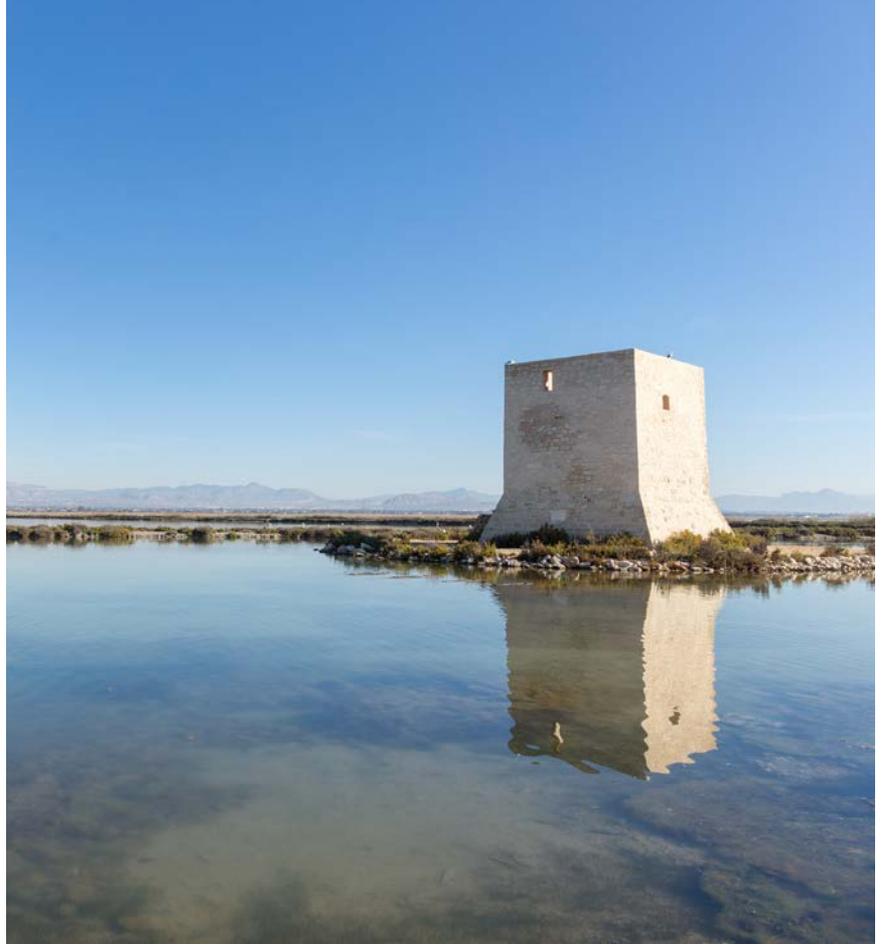
## El Fondo

El Fondo è una cavità inondata che ha dato vita a un'importante zona umida di 2.400 ettari di zona protetta nel comune di Elx. È uno dei principali punti di nidificazione, nutrimento e riposo per numerose specie di uccelli, alcune in grave pericolo di estinzione, come ad esempio l'anatra marmorizzata, che trova qui il principale punto di allevamento di tutta la Penisola Iberica. Ma anche l'airone cenerino, il fenicottero, la garzetta bianca, varie specie di folaghe, la gallinella d'acqua, il cavaliere d'Italia e diversi tipi di anatre, tra le quali il germano reale. La stagione migliore per visitare il parco naturale è, senza dubbio, quella invernale, quando si concentrano oltre 30.000 esemplari di uccelli. Un vero e proprio paradiso per tutti gli amanti del *birdwatching* (osservazione degli uccelli).



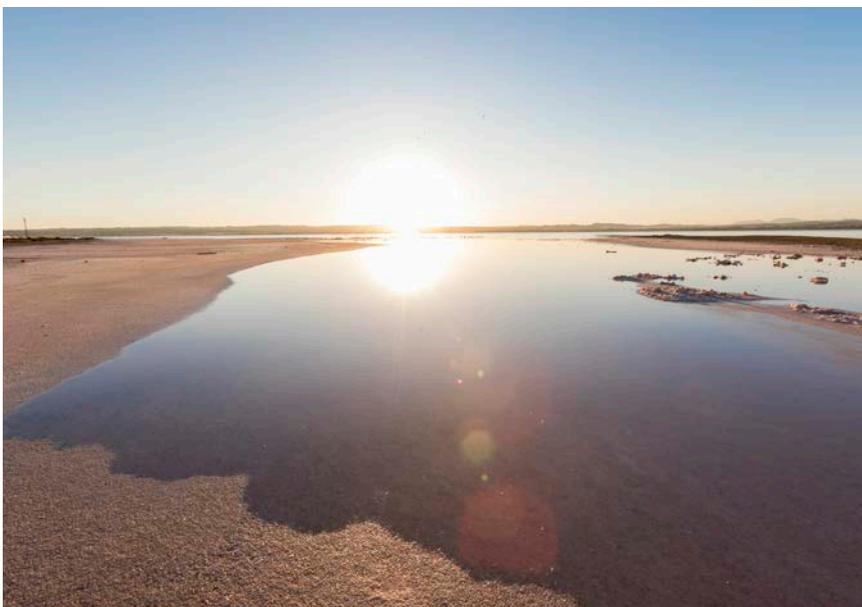
## Las Salinas de Santa Pola

Questo parco naturale di 2.470 ettari si trova molto vicino all'entroterra. Fanno parte della stessa area, infatti, anche L'Albufera d'Elx, che il tempo ha prima riempito con i detriti trasportati dal fiume Vinalopó e poi diviso. Rispetto a El Fondo, le saline di Santa Pola, create nel secolo XIX, hanno modificato in modo significativo il paesaggio dando vita a un variegato ecosistema, un paradiso per ogni specie di uccelli. Tra le tante, senza dubbio sorprende il fenicottero, la cui colonia raggiunge qui 8.000 esemplari.



## Lagunas de La Mata-Torrevieja

Queste aree protette formano un insieme di zone umide fondamentali per i milioni di uccelli che volano sopra alla Regione di Valencia durante le migrazioni annuali tra l'Europa e l'Africa e viceversa. Entrambe le lagune (quella de La Mata e quella di Torrevieja) sono separate da un anticlinale (innalzamento curvo del terreno) solcato a sua volta da un canale artificiale che le collega al mare. Negli oltre 3.740 ettari di parco naturale, spicca anche la presenza dell'*Orchis colina*, un tipo raro di orchidea estremamente vulnerabile, oltre agli spettacolari fenicotteri che vi risiedono.



## Altri spazi

Ci sono tanti altri luoghi importanti dal punto di vista naturalistico. In alcuni casi, si tratta di contesti poco prevedibili, come l'Illa de Benidorm, da sempre conosciuta a distanza dai milioni di bagnanti delle spiagge della "città dei grattacieli". Sia questo isolotto come le acque che lo circondano ospitano una ricca biodiversità e sono dimora di specie molto emblematiche come il falco pellegrino e, sott'acqua, il dentice o la ricciola.

Potrai scoprire le stesse specie anche alcuni chilometri più a nord, nella Riserva Naturale Marina Cap de Sant Antoni, tra Dénia e Xàbia. Uno spazio che occupa circa 900 ettari, caratteristico per le vertiginose scogliere che raggiungono i 150 metri di altezza.

Sott'acqua, se pratichi l'immersione, potrai ammirare alcune delle bellezze sottomarine di questa zona mediterranea, come la posidonia oceanica e alcune specie di gorgonie, oltre all'aragosta e alla cernia.



Tabarca

## Riserva Naturale Marina Illa de Tabarca

In realtà Tabarca non è un'isola, ma un piccolo arcipelago formato da tre isolotti e un'isola principale, che è l'unica abitata in tutta la Regione di Valencia. Per raggiungerla, devi solo salire a bordo di una delle barche che partono dal porto di Santa Pola; si trova a circa 4 miglia nautiche (7,5 chilometri circa) o Alicante circa 11 miglia nautiche (20 chilometri).

L'area che circonda Tabarca è considerata riserva marina, con il fine di preservare la straordinaria biodiversità ospitata dai suoi fondali e dalle sue acque. Se ti appassiona l'immersione, questo è il luogo migliore della Regione di Valencia.

Tra il manto verde della posidonia oceanica dei fondali sabbiosi si muovono specie prestigiose come, ad esempio, tartarughe marine, cavallucci marini, polpi o cernie.



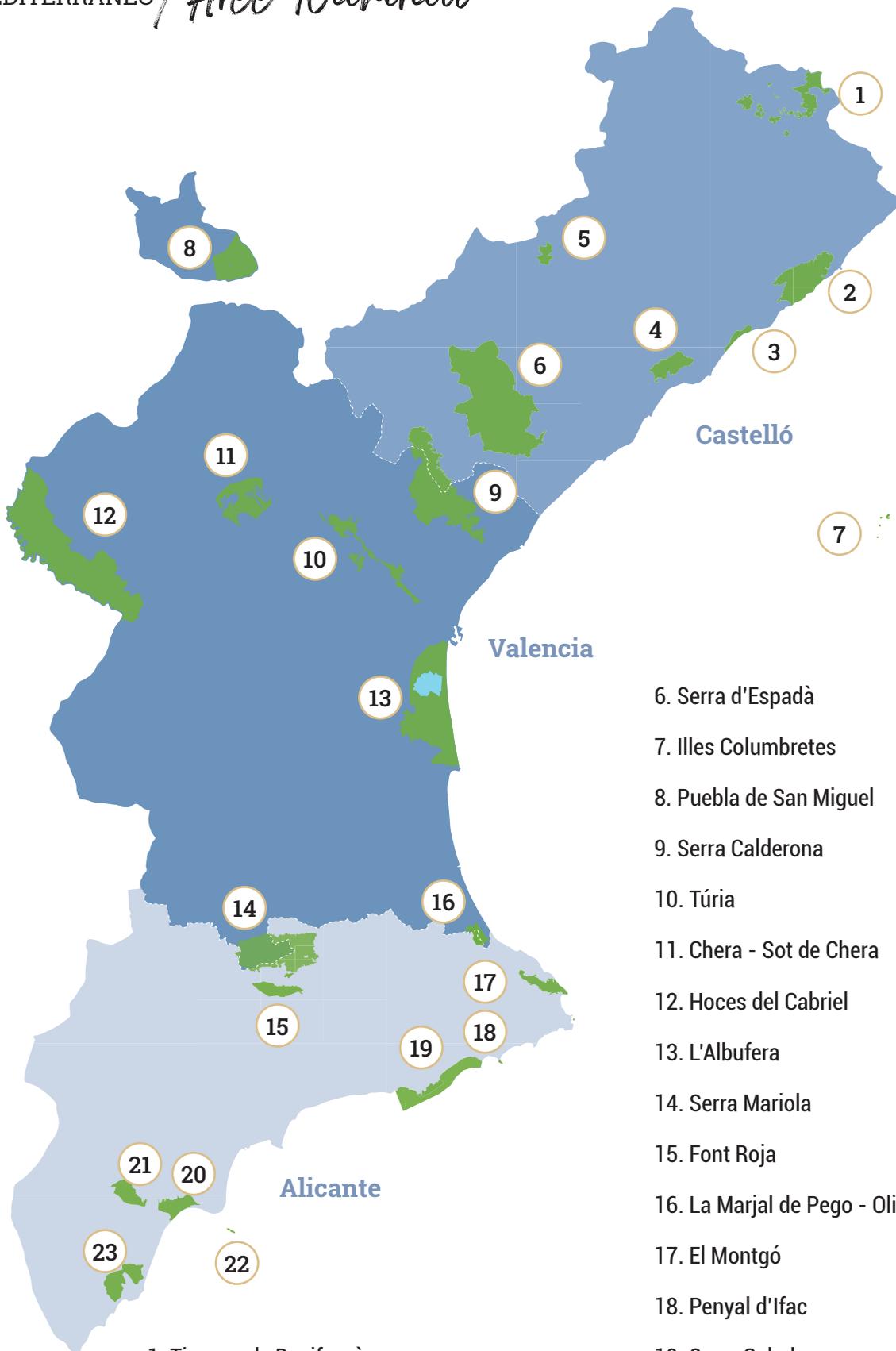
### + Mammiferi e specie vegetali rilevanti della Regione di Valencia

> Dalle zone montagnose interne fino alla costa e dalle zone umide alla steppa, sono moltissime le specie di animali che popolano il territorio della Regione di Valencia. Tra i mammiferi di grandi dimensioni, nei boschi e nelle zone di montagna, vedrai mufloni, cervi rossi, caprioli, stambecchi e cinghiali, ma anche volpi rosse, tassi, faine, genette o gatti selvatici.

Per quanto riguarda i mammiferi di piccola taglia, i diversi ecosistemi della Regione di Valencia ospitano specie importanti come il riccio europeo e algerino, il toporagno grigio, il coniglio, la lepre iberica, lo scoiattolo rosso, il ratto d'acqua, arvicole, topi, il quercino e altre specie di pipistrelli.

Per quanto riguarda la flora, oltre ai boschi di sugheri, pini d'Aleppo, roveri, roverelle e lecci, spiccano le orchidee. La Regione di Valencia ospita 69 specie e 21 forme ibride naturali, incluse alcune di particolare prestigio come l'ofride gialla e il fior di vespa.

Nel sottobosco troverai arbusti e piante come il rosmarino, il timo, il finocchio, il cisto o la ginestra scorpione. Nelle zone ripariali lungo i grandi fiumi valenciani abbondano invece grandi alberi come il salice piangente, i pioppi o gli olmi, insieme a canneti, giunchi e canne. Non lontano troverai moltissimi campi di ulivi, mandorli, aranceti, carrubi e anche cachi.



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**

**Norja hidráulica**

La norja de Casas del Río es parte del término municipal de Requena, situada junto al río Cabriel, afluente del río Júcar, formando límite con el término municipal de Cofrentes y parte integrante de la zona de Requena-Utiel.

Las aguas que proporcionan el riego del margen izquierdo del río Cabriel son derivadas por una presa de vigas de madera recubiertas por una capa de cemento. La presa tiene forma de U invertida por 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 otra parte de sus aguas es conducida hacia la conocida rueda hidráulica de Casas del Río.

**Origen hidráulica**

La norja de Casas del Río es parte del término municipal de Requena, situada junto al río Cabriel, afluente del río Júcar, formando límite con el término municipal de Cofrentes y parte integrante de la zona de Requena-Utiel.

Las aguas que proporcionan el riego del margen izquierdo del río Cabriel son derivadas por una presa de vigas de fusta recubiertas por una capa de cemento. La presa tiene forma de U invertida por 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 otra parte de sus aguas es conducida hacia la conocida rueda hidráulica de Casas del Río.

El funcionamiento de la norja de Casas del Río tiene lugar en el siglo XIX, tras el año 1.720 la fundación definitiva. Desde aquel momento, viene funcionando para el riego de las zonas de Casas del Río y Cofrentes.

El funcionamiento de la norja de Casas del Río tiene lugar en el siglo XIX, tras el año 1.720 la fundación definitiva. Desde aquel momento, viene funcionando para el riego de las zonas de Casas del Río y Cofrentes.

RED ELÉCTRICA

Hoces del Cabriel

 Maggiori informazioni su tutte le aree naturali protette nella Regione di Valencia:  
<https://parquesnaturales.gva.es>





- LA -

# COSTA

- DELLA REGIONE DI VALENCIA -





Cala Ferris, Torrevieja

Lungo gli oltre 500 chilometri di costa della Regione di Valencia si succedono grandi arenili, calette, spiagge di ciottoli e numerose scogliere. Luoghi ideali per goderti le acque calde del Mediterraneo e con circa 320 giorni di sole all'anno su questo vasto litorale.

A volte si tratta di spiagge incontaminate situate vicino a alcune aree protette come, ad esempio, L'Albufera di Valencia, la Serra d'Irta o il Parco Naturale del Montgó. Ci sono poi spiagge urbane lunghissime e bellissime come quella di Sant Joan, la

Oropesa del Mar



Gandia





# Tutti al mare!

Malva-rosa di Valencia o la Platja Nord di Peñíscola.

Nelle piccole insenature nascoste potrai goderti la tranquillità e il fascino del litorale. Se tutto questo non bastasse, c'è il ricco mondo sottomarino della Regione di Valencia, da ammirare anche

in acque non troppo profonde. L'azzurro del Mediterraneo, insieme al caratteristico odore di sale, iodo e la carezza della brezza marina sulla pelle, diventerà, senza dubbio, un ricordo continuo delle tue vacanze nella Regione di Valencia.

Cala del Mal Pas, Benidorm



El Saler, Valencia

## SPIAGGE / *la costa*

Nella provincia di Castelló si trova quella che probabilmente è la spiaggia più cinematografica della Regione di Valencia. Si tratta della Platja Nord, a Peñíscola, sulla quale cavalcò *El Cid* (interpretato da Charlton Heston) nel film del 1961, diretto da Anthony Mann. Ed ha fatto da sfondo a molte altre riprese successive.

Se questa spiaggia ti sembra spettacolare, preparati ad ammirare gli altri arenili e calette che troverai lungo i 139 chilometri del litorale di Castellón. Da Vinaròs fino a Álmenera si succedono decine di bandiere blu con le quali la Fondazione Europea per l'Educazione Ambientale riconosce le spiagge e i porti del continente più attrezzati e più sostenibili. Qui troverai alcune delle più importanti.



La provincia di Valencia possiede 135 chilometri di costa, che vanno dal comune di Sagunt fino ad Oliva. In quest'area si trovano grandi spiagge ben attrezzate come, ad esempio, quelle delle località turistiche di Gandia e Cullera. Dello stesso stile le troverai a Valencia e nella zona che circonda L'Albufera.

Ci sono inoltre numerosissime calette nel litorale valenciano dove godersi quasi in solitudine il piacere della sabbia (o rocce), dell'acqua, del sole e del sale. In alcune di queste è concesso il nudismo; nelle altre, anche solo con una maschera da sub e un boccaglio, potrai contemplare la bellezza e la ricchezza del paesaggio sottomarino del Mediterraneo.



Peñíscola

Alicante é la provincia con la costa piú estesa della Regione di Valencia: 244 chilometri. Anche per questo è una zona con numerosi e variegati arenili. Da Dénia fino a Guardamar del Segura, senza dubbio troverai il tipo di spiaggia che piú si adatta a te e alle tue esigenze.

Per esempio, la spiaggia piú lunga della Regione di Valencia, è quella di Sant Joan; tra quelle piú belle e nascoste, ci sono quelle intorno alle zone protette, come il Montgó, il Cap de Sant Antoni, Nao o le Saline di Santa Pola, per citarne alcune. Sono alcune delle piú emblematiche.



Cala Moraig, El Poble Nou de Benitatxell



## + Un magico mondo sottomarino

> Sotto le acque del litorale mediterraneo della Regione di Valencia esiste un grande mondo sottomarino che vale la pena scoprire. È il regno della *Posidonia oceanica*, vitale per l'equilibrio medioambientale mediterraneo, che cresce sui fondali prossimi alla costa. Vivono qui anche alghe rosse e verdi, spugne, anemoni e coralli. Tra questi organismi si rifugiano numerosi esemplari di spugne, ricci, murene, gronghi, triglie, saraghi, dentici, orate, meri e aragoste rosse, per citarne alcuni.

Probabilmente vedrai passare vicino alla costa della Regione di Valencia anche tartarughe verdi, squali di varie specie, soprattutto verdesca, smeriglio e cetacei come globicefali e balenottere.



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, there are rugged, brownish-grey rock formations with some sparse green vegetation. The text 'Itinerari E biodiversità' is written in a white, cursive font across the middle of the image.

Itinerari  
E  
biodiversità



Se vuoi godere appieno della natura nella Regione di Valencia, la cosa migliore è farlo a piedi, in bicicletta, a cavallo o praticando qualsiasi altro sport all'aria aperta, percorrendo alcuni dei numerosi itinerari e sentieri che attraversano le diverse aree protette. In totale, ci sono circa 9.000 chilometri di vari tipi di sentieri: dai percorsi lunghi (GR) che attraversano contee e province, ai percorsi brevi (PR) e ai sentieri locali (SL).

Si può anche scegliere di percorrere una delle tredici vie verdi che sfruttano il tracciato di vecchie linee ferroviarie e infrastrutture in disuso e che attraversano zone di grande bellezza. Tra queste, l'Ojos Negros è la più lunga della Spagna, con un ampio tratto tra le province di Castelló e Valencia.

Lungo questi sentieri e in alcuni luoghi particolarmente favorevoli avrai l'opportunità di vedere le piante e gli animali più rappresentativi della Regione di Valencia: dalle specie abituali della macchia mediterranea (con abbondanza di pini d'Aleppo, lecci e querce da sughero) e dei boschi fluviali, alle zone umide e ai sistemi dunali che costeggiano gran parte del litorale.



I chi muove  
le gambe  
**muove il cuore**





# CASTELLÓ



Vistabella del Maestrat

## **La Morería e Rambla de Sant Mateu (Les Coves de Vinromà)**

Si tratta di un percorso semplice (e molto piacevole) che circonda la cittadina di Les Coves de Vinromà, nei cui dintorni si trovano diversi resti paleolitici. Il cammino sale fino alla cima della Pisota, da cui si gode una vista mozzafiato sul Mediterraneo. È un percorso circolare di poco più di cinque chilometri e mezzo, ideale per una passeggiata mattutina (circa due ore e mezza).

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

Il Pozo Negro è una laguna di origine glaciale situata nella Serra d'Espadà e uno dei luoghi di balneazione più belli dell'interno della Regione di Valencia. Il percorso per raggiungere questo luogo (piuttosto facile) corre parallelo al fiume Chico per circa sei chilometri (dodici chilometri andata e ritorno) e richiede circa quattro ore e mezza.



Pozo Negro, Fuentes de Ayódar



## + Via verde di Ojos Negros

> Buona parte dei 76 chilometri di questo cammino attraverso la Regione di Valencia corre parallela al fiume Palància. In particolare, dalla città di Barracas (Castelló) ad Algimia d'Alfara (Valencia), anche se è possibile proseguire fino a Sagunt, origine dell'antico percorso minerario che collegava gli Altos Hornos di questa città con Ojos Negros a Teruel, dove veniva estratto il minerale.

La via verde sfrutta il tracciato della vecchia ferrovia mineraria della Sierra Menera. Lungo il percorso, che non è molto ripido, troverai diverse aree di sosta e passerai attraverso quindici gallerie e otto ponti sul fiume, alcuni dei quali sono davvero spettacolari.

## Sentiero del Clot de la Mare de Deu (Borriana)

È un itinerario ideale da fare in qualsiasi periodo dell'anno, ma in estate è particolarmente piacevole perché si snoda parallelamente al fiume Ana, in mezzo a un bellissimo bosco fluviale ricco di pioppi e salici. Il sentiero è lungo circa tre chilometri e ha una bassa pendenza, quindi è ideale se si vuole fare un'escursione con i bambini.

## Gola di Almanzor (Almedijar)

Questo itinerario parte e ritorna alla città di Almedijar, nella regione dell'Alt Palància. Oltre alle ovvie attrazioni paesaggistiche, il percorso è costellato da foreste di querce da sughero e pini. In totale, una distanza di circa dodici chilometri, di media difficoltà (a causa della pendenza), che si può percorrere in poco meno di cinque ore.



Via Verde Ojos Negros

# VALENCIA

## Canyon del Júcar (Jalance)

Non c'è dubbio: questa è un'altra delle possibilità di escursione nell'entroterra/ della provincia di Valencia, tra spettacolari pareti di pietra scolpite dal fiume Júcar. Si snoda lungo il percorso tracciato per la costruzione di un canale d'acqua che raggiunge la città di Cofrentes. In totale, sono circa undici chilometri (andata e ritorno), di media difficoltà, che si possono percorrere in circa quattro ore.



## Los Chorradores de Navarrés (Navarrés)

Tra i vari itinerari di montagna che si possono fare nella zona, questo è uno dei più consigliabili poiché combina paesaggi montani e fluviali e, in caso di bel tempo, la possibilità di fare un bagno nella spettacolare zona di Los Chorradores. Puoi percorrerlo in circa cinque ore, dopo aver camminato per più o meno dodici chilometri di media difficoltà.



## Via verde Serpis (Alcoi)

Seguendo il tracciato dell'antico Tren dels Anglesos, tra Alcoi e Gandia e in parte parallelo al corso del fiume Serpis, questo percorso escursionistico e ciclistico si snoda attraverso l'impressionante natura ai piedi del massiccio di La Safor. In totale, 40 chilometri, in cui si apprezza soprattutto il tratto che si addentra nel Racó del Duc.

## Percorso dell'acqua (Chelva)

Questo sentiero è considerato un itinerario turistico che unisce valori naturali, culturali e ricreativi. Lungo il percorso di due ore e mezza si incontrano foreste, un tunnel, piccole spiagge fluviali, una cascata, aree di sosta per i picnic... Si tratta di un cammino facile, molto adatto alle famiglie.



Los Calderones, Chulilla



### + Percorso dei Calderones

> Seguendo i canyon del fiume Túria, questo itinerario è senza dubbio uno dei più spettacolari dell'interno della provincia di Valencia. Si tratta di un percorso circolare che parte dal paese di Chulilla che vede protagonisti l'acqua e le enormi pareti rocciose disegnate dal fiume nel corso di milioni di anni.

In totale percorrerai circa 16 chilometri, raggiungendo un dislivello di circa 300 metri (accumulato a 1.600 metri), quindi la difficoltà è media. In estate avrai la possibilità di fare il bagno nella zona conosciuta come Charco Azul, un'area particolarmente attraente che si caratterizza anche per la totale calma delle acque.



Ruta del Agua, Chelva

# COSTA BLANCA

## Montagne e Faro di Santa Pola (Santa Pola)

Questo percorso circolare, lungo circa tredici chilometri e di bassa difficoltà, permette di conoscere sia il promontorio e il faro di Santa Pola, che si affaccia sull'immensità del mare, sia la catena montuosa che incornicia la città. Questo spazio naturale è ricoperto da una vegetazione rappresentativa di tipo mediterraneo e si può anche camminare accanto a grandi aree ripopolate di pini.



Santa Pola



## Gola dell'Inferno (La Vall de Laguar)

A causa del livello di difficoltà e delle continue pendenze, non è un percorso adatto a tutti: da qui il nome espressivo di questo luogo. Ma se te la senti, il percorso, lungo poco più di quattordici chilometri e della durata di quasi sette ore, ti impressionerà come pochi altri. Gole profonde, tunnel, corrimano di legno lungo il fiume Ebo, scale di pietra... Non c'è da stupirsi che molti chiamino questo percorso "la cattedrale dell'escursionismo".



### + Ruta a la cima del Penyal d'Ifac (Calpe)

> El Penyal d'Ifac supone una de las estampas más conocidas de la costa alicantina y, con sus 300 metros de altura frente a la playa de Calpe, todo un reto para senderistas y escaladores. Puedes cubrir los algo menos de cinco kilómetros de recorrido circular en unas dos horas y media. La dificultad es media-baja.

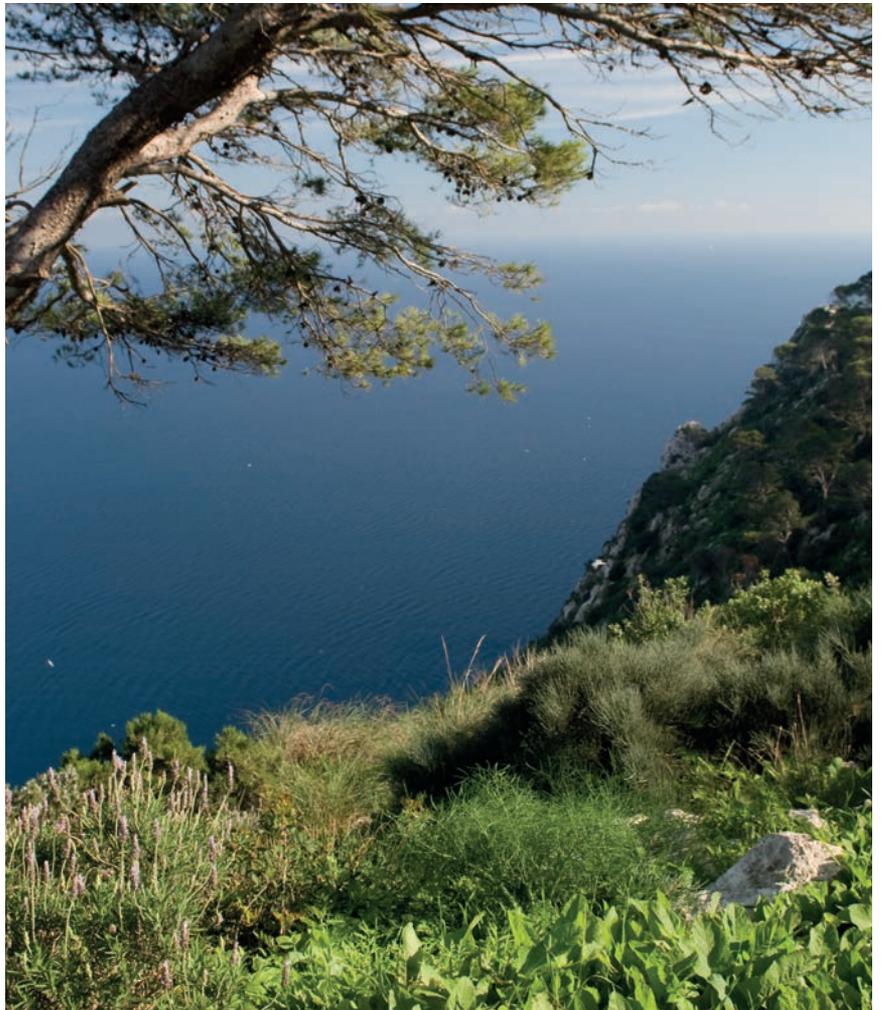
Una vez arriba, y tras atravesar un túnel excavado en la roca, podrás observar una soberbia panorámica de esta zona de costa, de la propia localidad de Calpe y de las sierras vecinas. Para realizar esta ruta debes llevar calzado adecuado (de montaña) y protección contra el sol y agua. En la actualidad hay un límite de aforo diario, por lo que conviene que reserves en el Centro de Interpretación del Parque Natural del Penyal d'Ifac (Carrer del Peñón, Calpe).

## Via verde Maigmo (Alcoi)

Tra gallerie e viadotti che si snodano tra gli stretti passi della Serra de Mariola, negli anni '20 è stata tracciata una linea ferroviaria che collega le città di Alcoi e Alicante. Il percorso di questo treno è quello che sfrutta questa via verde lungo 22 chilometri percorribili a piedi in un giorno. Gran parte del cammino attraversa splendide foreste mediterranee e formazioni di gesso.

## Itinerari per Montcabrer (Agres)

Il Montcabrer è la vetta più alta della Serra de Mariola, con i suoi 1.390 metri, e si raggiunge dal piccolo paese di Agres. Un sentiero di circa undici chilometri (22 andata e ritorno) con un certo grado di difficoltà. Se hai il coraggio di farlo in inverno, potrai trovare molta neve. Qui è conservato anche uno storico ghiacciaio: la Cava Gran. E in qualsiasi stagione rimarrai affascinato dalle sagome dei grifoni che sorvolano la zona.



Penyal d'Ifac (Calpe)







L'Alfàs del Pi

# Informazione pratiche

## Come arrivare

La Regione di Valencia è raggiungibile via terra, mare e aria.

### In macchina

L'**AP-7**, l'Autostrada del Mediterraneo, attraversa la Regione di Valencia parallelamente alla costa e si collega alla rete europea.

- La **A-3** con la capitale spagnola.
- La **A-23**, o Autovía Mudéjar, che collega Sagunto, Segorbe e la provincia di Teruel.
- La **A-31**, o autostrada di Alicante, attraversa questa provincia.
- La **A-33** o Cieza - Fuente de la Higuera raggiunge la Regione di Murcia.
- La **A-35** o Almansa-Xàtiva attraversa queste città e si collega alla provincia di Albacete.

### In treno

La rete ferroviaria della Regione di Valencia collega l'intero territorio con il resto del paese.

I treni ad alta velocità collegano Madrid con il centro di Valencia, Alicante, Castelló de la Plana e altri comuni come Utiel-Requena, Elx, Orihuela e Villena.

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

### In aereo

I tre capoluoghi valenciani dispongono di aeroporti che offrono un'ampia rete di rotte nazionali e internazionali.

- Di **Aeroporto Castelló** è collegato con diverse città spagnole ed europee ed è vicino a destinazioni come Benicàssim, Oropesa del Mar e Peñíscola.

• Situato a 8 chilometri dalla capitale, l'aeroporto internazionale di **Valencia-Manises** è una delle principali vie di accesso per i visitatori grazie alla sua vicinanza alla costa.

• L'aeroporto internazionale di **Alicante-Elche Miguel Hernández (Altet)** è la migliore opzione per i collegamenti con le località turistiche della provincia come Benidorm, Xàbia o Torreveja.

[www.aena.es](http://www.aena.es)

### Via mare

I porti passeggeri di Valencia, Dénia e Alicante offrono buoni collegamenti con le Isole Baleari, Barcellona e diversi Paesi del Mediterraneo. A seconda della stagione, alcune destinazioni delle Baleari possono essere raggiunte anche dal porto di Gandia.

## Quando andare

La Regione di Valencia gode di un clima eccezionale per la maggior parte dell'anno, soprattutto nella zona costiera che, grazie al Mediterraneo, gode di temperature miti nei mesi invernali ed estati generalmente calde.

Il clima dell'entroterra è più vicino a quello continentale, con estati secche e inverni freddi. L'alta stagione nella Regione di Valencia corrisponde ai mesi estivi europei, da giugno a settembre, oltre alle festività nazionali e al periodo di Pasqua.



# Informazioni turistiche



## Uffici di informazione turistica



## Turismo online

- [www.comunitatvalenciana.com](http://www.comunitatvalenciana.com)
- [www.turismodecastellon.com](http://www.turismodecastellon.com)
- [www.costablanca.org](http://www.costablanca.org)
- [www.valenciaturisme.org](http://www.valenciaturisme.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)

Grazie per la  
tua visita!



GENERALITAT  
VALENCIANA



TURISME  
COMUNITAT VALENCIANA

Rendi il tuo soggiorno nella Regione di Valencia  
un'esperienza indimenticabile.

Tutto inizia su [regionofvalencia.com](https://regionofvalencia.com)



Seguici  
e condividi!



@comunitatvalenciana



@comunitat\_valenciana



@c\_valenciana



@Visit Comunitat Valenciana



visitcomunitatvalenciana