



Mar i Muntanya
Mar y Montaña
Sea and Mountain

Terres de Mestral



www.terresdemestral.cat

Terres de Mestral

Mar, muntanya i viceversa

Les terres de Mestral són de mar i muntanya perquè un territori petit com el nostre concentra, en pocs kilòmetres, el bo i millor de les platges i la costa mediterrània i unes serres sorprenents que són plenes de llegendes, camins, vies ferrades... Petits pobles d'interior i de costa, que conserven l'essència d'una ruralitat ben viva, ideal per als turistes contemplatius, però que, alhora, conviden a no parar per descobrir aquestes terres.

Mar, montaña y viceversa

Las Terres de Mestral son de mar y montaña porque un territorio pequeño como el nuestro concentra, en pocos kilómetros, lo mejor de las playas y la costa mediterránea y unas sierras sorprendentes que están llenas de leyendas, caminos, vías ferradas... Pequeños pueblos de interior y de costa, que conservan la esencia de una ruralidad muy viva, ideal para los turistas contemplativos, pero que, al mismo tiempo, invitan a no parar para descubrir estas tierras.

Sea, mountain and vice-versa

The Terres de Mestral region is about sea and mountain, because in such a small territory, only few kilometers, it combines the good and very best of the beaches and the Mediterranean Coast with some surprising mountains, which are full of legends, paths, vies ferradas, you name it... There are small inland or coastal villages which preserve the essence of a yet very lively rural style, ideal for the contemplative tourist, but which, at the same time, invite you to keep moving to discover these lands.

Centre d'Interpretació de la Serra de Llaberia
A l'espai d'interpretació del món mitològic, el visitant s'endinsa en una nova atmosfera per conèixer històries màgiques i mitològiques.
Centro de Interpretación de la Serra de Llaberia. En el espacio de Interpretación del mundo mitológico, el visitante se adentra en una nueva atmósfera, para conocer historias mágicas y mitológicas.
Serra de Llaberia Interpretation Centre In the Interpretation Centre of the Mythological World, the visitor gets into a new atmosphere, to discover magical and mythological stories.

L'Hospitalet de l'Hospitalet
La seva funció era la d'acollir aquells pelegrins que superaven el Coll de Balaguer, lloc de pas obligat. Encara es conserven restes d'aquest antic hospital.
Su función era la de acoger aquellos peregrinos que superaban el Coll de Balaguer, lugar de paso obligado. Aún se conservan restos de este antiguo hospital.
Its function was to host the pilgrims coming from Coll de Balaguer, the only possible passage. There are still remains of this ancient hospital.

Castellet de Banyoles
És un dels poblat ibèrics més importants de Catalunya. Es uno de los poblados iberos más importantes de Catalunya. It is one of the most important Iberian settlements in Catalunya.

L'església de Tivissa
Declarada Bé Cultural d'Interès Nacional, es tracta d'un edifici majestuós, de gran interès arquitectònic, on es barregen els estils gòtic, renaixentista i barroc. Al segle XIX, i per manca d'espai, es va construir una nova església més gran al voltant de la vella.
La iglesia de Tivissa Declarada Bien Cultural de Interés Nacional, se trata de un edificio majestuoso, de gran interés arquitectónico, donde se mezclan los estilos gótico, renacentista y barroco. En el siglo XIX, y por falta de espacio, se construyó una nueva iglesia más grande alrededor de la vieja.
The Church in Tivissa Named Cultural Asset of National Interest, it is a majestic building, very interesting from the point of view of architecture, with a mixture of architectural styles such as gothic, renaissance and baroque. In the 19th century, due to the lack of space, a new church was built around the old one.

Centre d'Interpretació de l'Oli de Vandellòs
En aquest vell molí, reconverit en espai museístic, podreu escoltar el testimoni dels moliners que hi treballaven.
Centro de Interpretación del Aceite En este viejo molino, reconvertido en espacio museístico, podrá escuchar el testimonio de los molineros que trabajaban.
Centre for the interpretation of the olive oil. There is an old mill, reconverted into a museum, where you will be able to listen to the millers who used to work.

Masia de Castelló
Castelló és un poble deshabitad des dels anys 50 amb un gran encant.
Castelló es un pueblo deshabitado desde los años 50 con un gran encanto.
Castelló is a village deserted in the 50's, but full of charm.

Centre d'Interpretació de l'Acete
En este viejo molino, reconvertido en espacio museístico, podrá escuchar el testimonio de los molineros que trabajaban.

El Törn
El paradís naturista. El paraíso naturista. A paradise for Naturism.

L'Almadrava
Una platja encisadora fins i tot sota l'aigua. Una playa encantadora incluso bajo el agua. A charming beach even under water.

Port Esportiu
Puerto Deportivo. Sports Harbour.

L'Arenal
La platja dels extrems: per no fer res o per no parar quiet. La playa de los extremos: para no hacer nada o para no parar quieto.
The Beach of the extremes: to do nothing or to never stop.

Historias de Muntanya adentro
* Pratdip Els Xucladors de sang Els prínceps de Santa Marina
* Tivissa El Sentinella dels Ilercavons El Sant que pintava els camins
* Vandellòs L'Oli amb aromes de Llorer El Pesebre dels estels

Stories from deep in the Mountains
* Pratdip Los Chupadores de sangre Los Príncipes de Santa Marina
* Tivissa El Centinella de los Ilercavones El Santo who marked paths
* Vandellòs Oil with the aroma of bay leaves The Nativity of stars

Terres de Mestral
Martí i Franquès, 5. L'Hospitalet de l'Infant
Tel.: (+34) 977 569 030

Oficina de Turisme de Tivissa
Foig, 5. Tivissa
Tel.: (+34) 691 213 341
turisme@tivissa.cat

Oficina de Turisme de Pratdip
Plaça de l'Església, 1. Pratdip
Tel.: (+34) 977 566 388
turisme@pratdip.cat

Oficina de Turisme de L'Hospitalet de l'Infant i La Vall de Llor
Estació, 1. L'Hospitalet de l'Infant.
Tel.: (+34) 977 823 328
turisme@vandellos-hospitalet.cat

www.terresdemestral.cat



Allotjaments / Alojamientos / Accommodation

Camping Alberg Tivissa
Pacte de Qualitat Turística
Núm. Registre: KTE-000136
Foig, 3. 43746. Tivissa
977 417 316
www.albergcampingtivissa.cat

Las Dos Tartanas Bungalowpark
Núm. Registre: HUTT-000011
HUTT-000019
L'Hospitalet de l'Infant
977 822 002
www.lasdostartanas.com

La Margarita
Núm. Registre: ATT-000033
Llastres, 1.
L'Hospitalet de l'Infant
977 822 465
www.costalingua.biz

Hotel Mas Mariassa
Pacte de Qualitat Turística
Núm. Registre: HT-000843
Ctra. T-311, km 30. Pratdip
977 262 601
www.masmariaassa.com

Hoteles Vistamar
Núm. Registre: HT-000301
Mar, 22. L'Hospitalet de l'Infant
977 823 000
www.hotelvistamar.es

Restaurants i Bars / Restaurantes y Bares / Restaurants and Bars

Möss
Pl. Berenguer d'Entença, s/n
L'Hospitalet de l'Infant
620 620 113

Restaurant Pizzeria Missamarol
Pacte de Qualitat Turística
Av. Catalunya, s/n. Tivissa
977 418 177
www.missamarol.com

El Bistro Restaurant
Les Eres, 32. Masrudoms
600 992 163
www.elbistro.eu

Restaurant Sal Grossa
Pacte de Qualitat Turística
Molí Dr. Capella, local 16
Port Esportiu. L'Hospitalet
de l'Infant
977 820 373
cogr@tinet.cat

Deviteca Espai Gastronòmic
Pacte de Qualitat Turística
Tarragonès, local 5.
L'Hospitalet de l'Infant
977 820 206
info@deviteca.com

Llesqueria El Porró
Port Esportiu Hospitalat
Vandellòs. L'Hospitalet de l'Infant
977 820 687
luisacarretero@gmail.com

Restaurant - Pizzeria Vistamar
Mar, 22. L'Hospitalet de l'Infant
977 823 000
www.hotelvistamar.es

Piano Bar "El Buho"
Pl. Marina, 3
L'Hospitalet de l'Infant
elbuhopianobar@gmail.com

LB21 "Les Barques"
Pg. Marítim, 21
L'Hospitalet de l'Infant
977 822 129
lbrestaurant@hotmail.com

Chiringuito Sant Roc
Pg. L'Arenal, davant l'edifici
St. Roc. L'Hospitalet de l'Infant
619 076 446 / 672 461 003
mat.sc.srl@gmail.com

Restaurant Pizzeria "La Barca"
Port Esportiu, local 16-17-18
L'Hospitalet de l'Infant
977 823 191 / 659 899 162
pseudoaale8933@yahoo.com

Ca l'Alino - Apartaments i
habitatges d'ús turístic Baronia
Núm. Registre: HUTT-008463
Pratdip
977 830 465 / 633 082 178
www.baronia.es

Càmping La Masia
Núm. Registre: HT-000019
Ctra. del Càmping, Platja de
l'Almadrava. N340 Km. 1121.
L'Hospitalet de l'Infant
977 823 102 / 977 820 588
www.camping-lamasia.com

Cal Federico - Apartaments i
habitatges d'ús turístic Baronia
Núm. Registre: HUTT-003707
Balmaes, 13. Pratdip
977 830 465 / 633 082 178
www.baronia.es

Cal Barceló
Pacte de Qualitat Turística
Núm. Registre: PT-000087
Sant Jaume, 6. Vandellòs
i l'Hospitalet de l'Infant
657 264 257 / 629 774 475
www.calbarcelo.com

Hotel 4R Meridía Mar 3 ***
Pacte de Qualitat Turística
Núm. Registre: HT-000724
Pg. Marítim, 31.
L'Hospitalet de l'Infant
977 823 927
www.meridiamar.com

La Figuerola Resort & Spa
Núm. Registre: HT-000873
Ctra. C44, km 11,4. Vandellòs
i l'Hospitalet de l'Infant
977 100 122
www.figuerolesort.com

Cal Fregit - Apartaments i
habitatges d'ús turístic Baronia
Núm. Registre: HUTT-008464
Pratdip
977 830 465 / 633 082 178
www.baronia.es

Cal Fuster - Apartaments i
habitatges d'ús turístic Baronia
Núm. Registre: HUTT-003706
Escoles, 21. Pratdip
977 830 465 / 633 082 178
www.baronia.es

Sol Solet
Pg. Marítim L'Arenal, s/n
L'Hospitalet de l'Infant
630 209 828
solsoletbar@hotmail.com

Taberna Nevada
Tivissa, 4. Boulevard Azul
L'Hospitalet de l'Infant
977 820 424 / 615 137 468
manolicanocampos@hotmail.com

El Rebost de la Nuri
Ctra. Hospitalet-Móra Km 6,6
Masboquera. 977 824 157
nuria_19@hotmail.com

La Figuerola Resort & Spa
Ctra. C44, km 11,4. Vandellòs
i l'Hospitalet de l'Infant
977 100 122
www.figuerolesort.com

Hostal Braseria Tivissa
Pg. Sant Isidre, 2. Tivissa
977 418 020
www.hostaltivissa.com

Xiringuito Caliu
Platja Punta del Riu

Bar La Piscina de Pratdip
Av. Catalunya, s/n. Pratdip
977 566 366
barlapiscina-pratdip@hotmail.com

Platges com ja no en queden Playas como ya no quedan Beaches as there aren't any left

El nostre litoral l'integren platges de sorra fina i d'aigües transparents al llarg de més de 5 kilòmetres. Els certificats EMAS i Bandera Blava en garanteixen la netedat, una qualitat immillorable de l'aigua, l'accessibilitat i la presència de socorristes i primers auxilis. Alhora que també són platges ideals per practicar-hi tot tipus d'esports i activitats nàutiques.

Nuestro litoral lo integran playas de arena fina y aguas transparentes a lo largo de más de 5 kilómetros. Los certificados EMAS y Bandera Azul garantizan la limpieza, una calidad inmejorable del agua, la accesibilidad y la presencia de socorristas y primeros auxilios. A su vez también son playas ideales para practicar todo tipo de deportes i actividades nauticas.

Our coast is made of fine sand beaches and transparent water more than 5 km along. The certificates EMAS and Blue Flag guarantee their cleanness, the superb quality of their water, the accessibility as well as first aid and life guards. Moreover, they are ideal to practise any kind of water sports.



La costa per no parar mai quiet La Costa para no parar nunca quieto The coast which keeps you moving

Qui no vulgui parar mai quiet, trobarà en les Terres de Mestral el seu millor bocí de costa: algües cristal·lines on submergir-se i fer snorkel, racons i coves per descobrir mentre es navega amb kayak o paddle surf, onades sobre les que llicsar fent windsurf i empenjats pels vents, una mar per gaudir i sentir-se viu...

Quien no quiera parar nunca quieto, encontrará en les Terres de Mestral su mejor pedazo de costa: aguas cristalinas donde sumergirse y hacer snorkel, rincones y cuevas por descubrir mientras se navega en kayak o paddle surf, olas sobre las que deslizarse haciendo windsurf y empujados por los vientos, un mar para disfrutar y sentirse vivo...

If you want to keep active you will find a stretch of coast: crystalline waters where to scuba dive or snorkel, spots and caves to discover while sailing on a kayak or a paddle surf board, waves to slide on by windsurfing pushed by the wind, a sea to enjoy and feel alive.



A peu per camins de llegenda A pie por caminos de leyenda Walking on legendary paths

No tota la costa és igual. Com tampoc no ho són totes les serres. Això ho saben bé aquells a qui agrada caminar i, a peu, acabar descobrint racons i indrets que són difícils d'imaginar, plens de llegendes i relats populars.

No toda la costa es igual. Como tampoco lo son todas las sierras. Esto lo saben bien aquellos a quienes les gusta caminar y, a pie, acaban descubriendo rincones y lugares que son difíciles de imaginar, llenos de leyendas y relatos populares.

Not all the coast is alike, neither are all the mountains. This is well known by all of us who like hiking and on foot, end up discovering spots difficult to imagine, so full of legend and local stories.



BTT de totes les maneres BTT de todas las maneras Mountain-biking in any possible way

Els recorreguts poden ser tan exigents com cadascú decideixi, ja que l'entorn natural per on transcorren ens proporciona trams de dificultat mitjana i alta, que requereixen d'una bona preparació física i d'una gran perícia tècnica. Però si allò que desitgem són rutes més accessibles que ens permetin aixecar la vista, no dubteu que el paisatge us deixarà sense alè.

Los recorridos pueden ser tan exigentes como cada uno decida, ya que el entorno natural por donde transcurren nos proporciona tramos de dificultad media y alta, que requieren de una buena preparación física y de una gran pericia técnica. Pero si lo que deseamos son rutas más accesibles que nos permitan levantar la vista, no dude que el paisaje le dejará sin aliento.

The routes can be as demanding as you decide since, the natural environment where they go through, provides some medium and high difficulty sections which demand the biker to be fit and to have technical skills. But if we are looking for more accessible routes, which allow us to enjoy the views, be sure that the landscape will be breathtaking.



Empreses d'activitats / Empresa de actividades Tourism & Leisure Businesses

Geoturisme
Marça de Dalt, 18 2n. Tivissa
666 885 244
www.geoturisme.wordpress.com

Catsud
Av. Catalunya, 1, 2º E. Tivissa
626 684 917 / 636 162 426
www.catsud.com

The Curious Cats Travel
Av. Barcelona 52, local 4
Miami Platja
697 460 126 / 652 217 362
www.the curiouscats.com

Món Iber Roccs
Tivissa
roccsi@gmail.com

Peudagògic
Sant Andreu, 7. Vandellòs
669 810 753 / 609 097 765
www.peudagogic.cat

Deviteca Espai Gastronòmic
Pacte de Qualitat Turística
Tarragonès, local 5
L'Hospitalet de l'Infant
977 820 206
info@deviteca.com

Hydra Diving Center
Gimbernat, 4. Nau 7
(Pol. Ind. Les Tapies)
L'Hospitalet de l'Infant
977 240 499 / 673 649 631
www.hydrasub.com

**Stand Up Paddle Surf
Sol Solet Bar**
Pg. Marítim L'Arenal, s/n
L'Hospitalet de l'Infant
630 209 828
solsoletbar@hotmail.com

**Club Nàutic
Hospitalet - Vandellòs**
Molí Dr. Capella, s/n.
L'Hospitalet de l'Infant
977 823 004
www.cnhv.net

Hípica Rancho Las Rocas
Urb. Planes del Rei, s/n
Pratdip
659 415 374
info@lacentaura.com

Costalingua
Llastres, 1
L'Hospitalet de l'Infant
977 822 465
www.costalingua.biz

Centre Horus
Camí de Pratdip a Coldejou,
Km 1,4. Pratdip
643 325 274
centrohoruspratdip@gmail.com

P&P La Figuerola
Ctra. C44, km 11,4. Vandellòs
977 054 909 / 647 463 588
www.lafiguerola.com

**Plastres Serveis Municipals
Pl. Aster, s/n.**
L'Hospitalet de l'Infant
977 820 523
esports@vandellos-hospitalet.cat

Deltaventur
Sant Jaume, 87. Amposta
610 448 800
www.parceldeltaventur.com

Grup de Recerca i Investigació d'Espais de la Guerra Civil. - GRIEGC
Carrer Baix Empordà, 8 Baix Empordà, 8 Escala 1 3rd 10º Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant 669 283 728 / 695 303 672 griegcequipo@gmail.com

Viatge al Món de l'oli Viaje al Mundo del Aceite A trip to the world of olive oil

L'oli d'oliva verge extra és molt més que un ingredient essencial de la cuina mediterrània. Perquè el conreu de l'olivera també ha estat una activitat que ha sustentat, al llarg de la Història, el paisatge i el món rural de les Terres de Mestral. A poc que hi pareu atenció, hi trobareu camps d'oliveres que s'enfilen en turons, oleicultors artesans i, fins i tot, un espai museístic pioner que us convidi a descobrir tots els secrets de l'oli.

El aceite de oliva virgen extra es mucho más que un ingrediente esencial de la cocina mediterránea. Porque el cultivo del olivo también ha sido una actividad que ha sustentado a lo largo de la historia, el paisaje y el mundo rural de les Terres de Mestral. Si presta atención, encontrará campos de olivos que trepan por los cerros, oleicultores artesanos e, incluso, un espacio museístico pionero que invita a descubrir los secretos del aceite.

Extra virgin olive oil is more than an essential ingredient in the Mediterranean cuisine. The growing of olive trees is an activity which has sustained along history the landscape and the rural world in Terres de Mestral. It only takes little attention to discover fields of olive trees perching over the hills, olive farmers and artisans, even a remarkably modern oil museum, where you can discover the secrets of the olive oil.



Vies Ferrades imperdibles Vias Ferratas imperdibles Must do via ferratas

La qualitat de la roca, la puresa de l'entorn, la tranquil·litat i les nombroses vies, amb graus de dificultat de tots els nivells, conviden a pujar ben amunt per gaudir de les millors panoràmiques d'aquestes serres, amb el mar mediterrani fixat en l'horitzó.

La calidad de la roca, la pureza del entorno, la tranquilidad y las numerosas vías, con grados de dificultad de todos los niveles, invitan a subir bien arriba para disfrutar de las mejores panorámicas de estas sierras, con el mar Mediterráneo fijado en el horizonte.

The quality of the rock, the purity of the environment, the quietness and the number of vies with all kind of difficulty levels, invite you to climb high, to enjoy the best sceneries of these mountains with the Mediterranean on the Horizon.



Km.0 L'essència de la Cuina Mediterrània La Esencia de la Cocina Mediterránea The essence of Mediterranean Cuisine

I entre tots els plats de la cuina de les Terres de Mestral, la icona és la cloxa. Una menja tradicional del territori que té la capacitat d'adaptar-se als nous temps i que alhora ens permet conèixer i assaborir la tradició i els temps passats. La cloxa era i és un menjar de tros, de camp, d'aire lliure i ple de sabor.

Y entre todos los platos de la cocina de las Terres de Mestral, el icono es la cloxa. Un manjar tradicional del territorio que tiene la capacidad de adaptarse a los nuevos tiempos y que a la vez nos permite conocer y saborear la tradición y los tiempos pasados. La cloxa era y es una comida de huerto, de campo, de aire libre y llena de sabor.

And among all the dishes Terres de Mestral, the icon is cloxa. Eat a traditional territory that has the ability to adapt to changing times and also allows us to discover and savor the tradition and the past. The cloxa was and is a food garden, field, outdoor and full of flavor.

Terra de Vinya i Vi Tierra de Viña y Vino A land of wine and vineyard

Ben a prop del mar, els cellers que s'hi emplacen –gairebé tots sota l'ampara de la DO Montsant– t'obren les portes perquè coneixis el patrimoni vitivinícola, la gent i les històries que conté cada ampolla. Només així descobriràs, sense marge per al dubte, per què els seus vins són un bocí d'aquesta terra, apreciats a les taules de mig món.

Muy cerca del mar, las bodegas que se emplazan –casi todas bajo el amparo de la DO Montsant– te abren las puertas para que conozcas el patrimonio vitivinícola, la gente y las historias que contiene cada botella. Sólo así descubrirás, sin margen para la duda, que sus vinos son un pedazo de esta tierra, apreciados en las mesas de medio mundo.

Very close to the sea, the wineries placed in this area (nearly all under the DO Montsant) open their doors so that you get to know the wine heritage, the people and the stories that every bottle contains. Only this way you will discover, without any shadow of doubt, why the wines are a piece of this land and appreciated around the world.



Cellers i Molins d'Oli / Bodegas y molinos de aceite Wineries and oil mills

Vinyes d'en Gabriel
Ctra. Darnóms - La Serra, s/n
Darnóms
609 989 345
www.vinyesdengabriel.com

Agrobotiga de Pratdip
Av. Catalunya, 9. Pratdip
977 566 244
elena@cooperativadepratdip.es

Cellers Joan d'Anguera
Major, 34. Darnóms
977 418 348
www.cellersjoandanguera.com

Celler Serra de Llaberia
977 824 122 / 669 589 386
www.serradellaberia.com

Celler Cedó Anguera
Ctra. La Serra d'Almos, Km 0,2
La Serra d'Almos
699 694 728
www.cedoanguera.com

Celler Cairats
Era, 4-16. Darnóms
685 194 745
www.cellercairats.com

Celler La Placeta
Carretera, 19. Els Guiamets
676 578 925 / 699 500 995
www.cellerlaplaceta.com

Celler Aibar1895
Bassa, 2. Darnóms
977 417 532 / 639 321 367
692 475 925
www.celleraibar.eu

**Cooperativa Agrícola
La Serra d'Almos**
Av. de la Cooperativa, s/n
La Serra d'Almos
977 418 125 / 977 417 429
www.serradalmos.com

Cooperativa de Vandellòs
Ctra. Hospitalet-Móra, s/n
Vandellòs
977 824 040 / 977 824 041
coopvandellos@tinet.org

Celler Anguera Domènech
Sant Pere, 2. Darnóms
977 405 857
www.vi-anguera.com

Altres empreses / Otras empresas / Other companies

La Centaura
Urb. Planes del Rei, s/n. Pratdip
617 065 464
www.lacentaura.com

Evelyn Roca Espai d'Art
Jaume II, 1
L'Hospitalet de l'Infant
646 915 415
evelynroca.blogspot.com.es

IDETSA
Martí i Françaquès, 5
L'Hospitalet de l'Infant
977 820 820
www.idetsa.net

Nomar
Ctra. Hospitalet-Móra, 18
Vandellòs
977 262 265
pacopilar@nomarvandellos.com