

PRZYRODA

w Hiszpanii



www.spain.info

1. Park Narodowy Atlantyckich Wysp Galicji
2. Park Narodowy Picos de Europa
3. Park Narodowy Ordesa y Monte Perdido
4. Park Narodowy Aigüestortes i Estany de Sant Maurici
5. Park Narodowy Monfragüe
6. Park Narodowy Sierra de Guadarrama
7. Park Narodowy Tablas de Daimiel
8. Park Narodowy Cabañeros
9. Park Narodowy Doñana
10. Park Narodowy Sierra Nevada
11. Park Narodowy Caldera de Taburiente
12. Park Narodowy Garajonay
13. Park Narodowy Teide
14. Park Narodowy Timanfaya
15. Park Narodowy Archipelagu Cabrera



WSTĘP

Poznaj dziewiczą i dziką przyrodę, zobacz majestatyczne wodospady lub podziwiał gwiazdy w magicznych miejscach ich obserwacji. Ćwicz jogę na łonie natury lub podglądaj rysia iberyjskiego w jego naturalnym środowisku. Piętnaście parków narodowych i rozległa sieć obszarów chronionych w Hiszpanii sprawia, że zaniemówisz z wrażenia. Ciesz się bezpośrednim kontaktem z przyrodą i zapomnij o miejskim gwarze.

Flora i fauna Hiszpanii należą do najbogatszych w całej Unii Europejskiej.

SPIS TREŚCI

Wstęp	3
Obszary chronione	5
Parki narodowe	
Parki narodowe na wyspach	
Inne obszary	
Jeśli chcesz aktywnie i przyjemnie spędzać czas	21
Obserwacja flory i fauny	
Sport na łonie natury	
10 sekretów hiszpańskiej przyrody	30

Ministerstwo Przemysłu, Handlu i Turystyki
Wydane przez: © Turespaña
Projekt: Lionbridge
NIPO: 115-20-017-2

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Treść tej broszury rzygotowana była z dużą starannością, jednak w przypadku zauważenia jakiegokolwiek błędu prosimy o pomoc w jego poprawieniu i wysłanie wiadomości na adres brochures@tourspain.es

Okładka przednia: Park Narodowy Atlantyckich Wysp Galicji
Okładka tylna: Meandro del Melero, Cáceres



▲ PICOS DE EUROPA
KANTABRIA



▲ PARK NARODOWY LAS TABLAS DE DAIMIEL
CIUDAD REAL



OBSZARY CHRONIONE

Ponad jedna czwarta terytorium Hiszpanii to tereny chronione. Ciesz się pięknem i urokiem parków narodowych, pięćdziesięciu rezerwatów biosfery i innych obszarów chronionych z racji ich wyjątkowego bogactwa i różnorodności biologicznej.

▲ PICOS DE EUROPA
KANTABRIA

Tam gdzie panuje **górski klimat**, wśród tak malowniczych szczytów jak Pireneje czy Sierra Nevada, kontempluj krajobrazy ich wspaniałych ośnieżonych stoków.

Odwiedź jeden z naszych **15 parków narodowych** i przeżyj niezapomniane chwile. Poznaj **Picos de Europa**, naturalne siedlisko saren, wilków i niedźwiedzi, lub **Doñana**, ostoję rysia iberyjskiego. Podziwiaj piękno **Tablas de Daimiel** i **Parku Cabañeros**, dwóch unikalnych ekosystemów do obserwacji różnych gatunków ptaków i dużych ssaków. Ponad jedna czwarta naszego terytorium to tereny chronione. Wybór jest ogromny!

Poczuj wyjątkowość i magię lasów, rzek i gór, o jakich nigdy nie śniłeś. Hiszpania została uznana przez UNESCO za kraj o największej liczbie **rezerwatów biosfery** na świecie. Ochrona środowiska i jego zrównoważony rozwój to dla nas fundamentalne wartości, dlatego znajdziesz w Hiszpanii wiele

chronionych obszarów przyrodniczych spełniających warunki Europejskiej Karty Zrównoważonej Turystyki.

Postaw na emocje i przygodę oraz ciesz się **aktywną turystyką**. Zjeżdżaj na nartach po zaśnieżonych stokach, odkrywaj podwodny świat lub zdecyduj się na konną przejażdżkę pośród pastwisk i dolin. To tylko część z aktywności, którym możesz się oddać jak kraj długi i szeroki. Różnorodność hiszpańskiej przyrody to doskonała sceneria dla poszukiwaczy wrażeń.

Wszystko to i wiele więcej czeka na ciebie w Hiszpanii – kraju, który podbije twoje serce bogactwem i różnorodnością biologiczną naturalnych krajobrazów. Dołącz do nas i odkryj wszystko, co nasza przyroda oferuje twoim zmysłom.

PARKI NARODOWE

Odwiedź nasze parki narodowe, a odkryjesz miejsca o niezwykłej wartości przyrodniczej i kulturowej rozsięte po Półwyspie Iberyjskim, Wyspach Kanaryjskich oraz Balearach. Dołącz do nas, aby poznać nasze ekologiczne skarby, a różnorodność i malowniczość krajobrazów wprawią cię w prawdziwy zachwyt.

10 PARKÓW NARODOWYCH DO ZOBACZENIA NA PÓŁWYSPIE IBERYJSKIM

PARK NARODOWY PICOS DE EUROPA

Możesz tu odbywać piesze wędrówki pośród rzek i wąwozów, wspiąć się na jeden z najwyższych szczytów – **Naranjo de Bulnes** lub, jadąc kolejką linową w **Fuente Dé**, podziwiać z wysokości imponujące piękno krajobrazu. Park położony jest na północy kraju, między Leónem, Kantabrią i Asturią. Jest to największy park narodowy na całym Półwyspie Iberyjskim i jeden z najczęściej odwiedzanych.

W regionie dominuje atlantycki ekosystem leśny. Przeważają tu dęby i klony, a w ich gęstwinie spotkać można dziki, sarny i borsuki, szczególnie jeśli wybierzesz się wiosną. Przeżyj wyjątkowe chwile, przemierzając na koniu **wąwóz Hermida**. Panuje tu cisza, którą przerywa jedynie odgłos kopyt na drodze. Jeśli zaś lubisz sporty zimowe, masz tu do dyspozycji trzy wysokiej klasy ośrodki narciarskie.



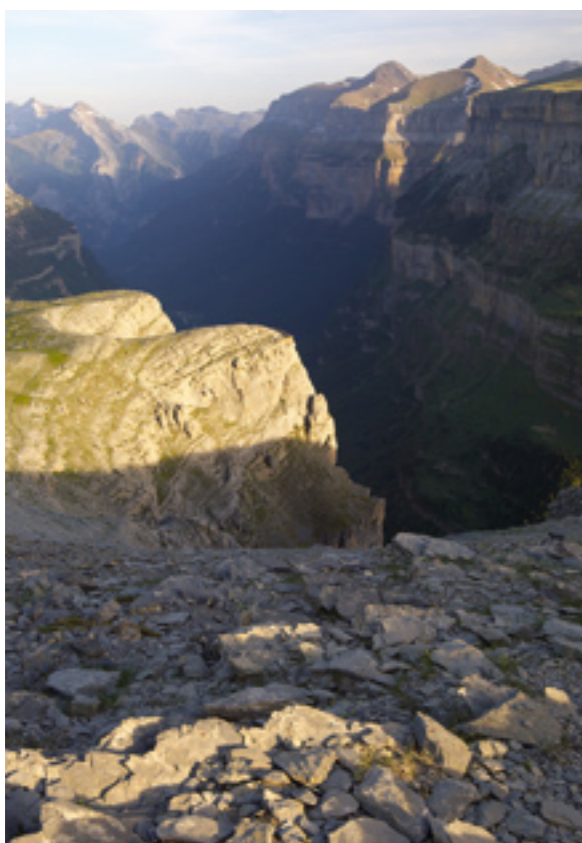
▲ PARK NARODOWY AIGÜESTORTES
LÉRIDA

PARK NARODOWY AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI

Atrybutem tego malowniczego miejsca jest woda. Leżący w sercu **katalońskich Pirenejów** park to schronienie dla jeleni szlachetnych i jeden z ostatnich mateczników orłosępa w Europie. Czeka tu na ciebie ponad 200 jezior górskich oraz mnóstwo strumieni i wodospadów o krystalicznej wodzie. Park przecina sieć **historycznych szlaków pieszych** przechodzących przez urokliwe miejscowości, doliny i przełęcz górskie.

PARK NARODOWY ORDESA Y MONTE PERDIDO

Zachwycą cię kontrasty tej osobliwej przestrzeni pełnej lasów bukowych, wodospadów i wąwozów. Biwakuj na szczycie **Monte Perdido**, najwyższym punkcie w **Aragońskich Pirenejach**, lub wspinaj się z poziomego łąk Pradera de Ordesa aż do wodospadu **Cola de Caballo** i odkryj ten wyjątkowo piękny naturalny obszar.



▲ PARK NARODOWY ORDESA Y MONTE PERDIDO
HUESCA



▲ PARK NARODOWY ORDESA Y MONTE PERDIDO
HUESCA

PARK NARODOWY CABAÑEROS

W **Górach Toledańskich** znajdziesz jeden z największych obszarów lasów śródziemnomorskich na całym Półwyspie Iberyjskim. Na rozległych równinach **Raña de Santiago**, zwanych też „hiszpańskim Serengeti”, można podziwiać liczną populację jeleni. Park Cabañeros jest także schronieniem dla różnych zagrożonych gatunków, zwłaszcza orła przedniego i sępa kasztanowatego.



▲ PARK NARODOWY CABAÑEROS
CIUDAD REAL

▼ PARK NARODOWY CABAÑEROS
CIUDAD REAL



PARK NARODOWY DOÑANA

Park Doñana, położony na **andaluzyjskim wybrzeżu Atlantyku**, jest najbardziej różnorodnym biologicznie obszarem w całej Europie. Poznaj pieszo, konno lub jeepem jego zróżnicowane ekosystemy: śródziemnomorskie enklawy, pustynne krajobrazy ruchomych wydm i przyrodnicze bogactwo terenów bagiennych. Te obfitujące w słodką wodę równiny rozkwitają w pełni w miesiącach wiosennych i letnich, kiedy to stają się bogatym źródłem pożywienia i miejscem gniazdowania ptactwa wodnego.

Przy odrobinie szczęścia i cierpliwości będziesz mógł zobaczyć gdzieś pośród sosen i zarośli **rysia iberyjskiego** – niekwestionowanego króla Doñany. Najbardziej zagrożony kot na naszej planecie dzieli terytorium z orłem iberyjskim, również zagrożonym wyginieciem.



CUESTA MANELI, PARK NARODOWY DOÑANA
HUELVA



SĘP PŁOWY W PARKU PRZYRODY MONFRAGÜE
CÁCERES

PARK NARODOWY CABAÑEROS

To naturalne sanktuarium przyrodnicze w prowincji Cáceres jest jednym z najlepszych miejsc do **obserwacji ptaków**. Udaj się do **Roquedo de Peña Falcón**, jednego z punktów widokowych na rzece Tag, i podziwiaj szybującego po niebie sępa kasztanowatego, największego drapieżnego ptaka w Hiszpanii. Oglądanie zaś rozgwieżdżonego nocnego nieba nad parkiem sprawi, że zaniemówisz z wrażenia.



▲ PARK NARODOWY MONFRAGÜE
CÁCERES

PARK NARODOWY MONFRAGÜE
CÁCERES





▲ PARK NARODOWY SIERRA NEVADA
GRENADA

PARK NARODOWY SIERRA NEVADA

W Grenadzie zza Alhambry wyłaniają się najwyższe szczyty Półwyspu Iberyjskiego, Mulhacén i Veleta, ze swoimi ośnieżonymi przez pewną część roku stokami. Jeśli zależy ci na wyjątkowych zdjęciach, wysokie góry Sierra Nevady dostarczą ci wielu niezapomnianych widoków – różnorodność fauny czy kolory kwiatów wiosną dadzą okazję do niezwykłych ujęć.

Od listopada możesz korzystać z ośrodka narciarskiego i szusować po licznych trasach zjazdowych lub wyruszyć na trasy narciarstwa biegowego z przewodnikiem.

Jeśli lubisz poczuć dreszczyk emocji, podziwiał krajobrazy z dużej wysokości podczas lotu dwumiejscową paralotnią lub uprawiania Para-Ski.

▼ PARK NARODOWY SIERRA NEVADA
GRENADA



▲ GEŚ W PARKU NARODOWYM TABLAS DE DAIMIEL
CIUDAD REAL

PARK NARODOWY TABLAS DE DAIMIEL

Rozlewiska rzek Cigüela i Gwadiany przecinających się w okolicach **Daimiel** stworzyły na przestrzeni czasu mokradła unikalne w skali europejskiej. Tutejszy ekosystem odwiedzany jest każdego roku przez najważniejszych mieszkańców tych terenów – liczne gatunki ptaków wodnych przemierzających szlaki migracyjne.

PARK NARODOWY ATLANTYCKICH WYSP GALICJI

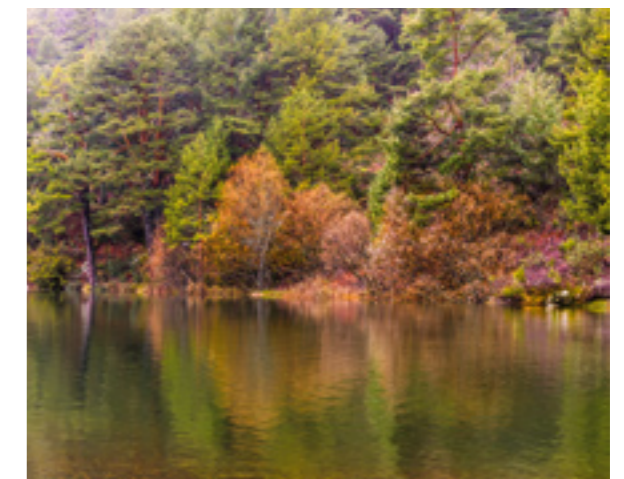


▲ PARK NARODOWY ATLANTYCKICH WYSP GALICJI

Odwiedź ten naturalny raj urwistych klifów i odkryj naturalne bogactwo morskiego dna, nurkując wśród zatopionych statków, od **ujścia rzeki Arosa** po **ujście rzeki Vigo**. Z wysokości **punktu widokowego Monte Faro** można podziwiać piękne morskie pejzaże, malownicze estuaria i jedną z najistotniejszych kolonii mew w Europie

PARK NARODOWY SIERRA DE GUADARRAMA

Pokonaj centralną część Półwyspu Iberyjskiego dzięki szlakom pieszym i rowerowym, wytyczonym tak, by docierały do cyrków i lagun lodowcowych, które rozciągają się na długości 500 kilometrów. Zimą wypożycz rakiety śnieżne i eksploruj, jak przystało na wytrawnego trapera, rozległe lasy sosnowe oraz krajobrazy wysokogórskie.



▲ PARK NARODOWY SIERRA DE GUADARRAMA
WSPÓLNOTA MADRYTU



▲ PARK NARODOWY TEIDE
TENERYFA



▲ PARK NARODOWY TEIDE
TENERYFA

PARK NARODOWY CALDERA DE TABURIENTE

W zdominowanym przez czarne i czerwone kolory pejzażu wyspy **La Palma** wyróżnia się ogromna kaldera wulkaniczna o średnicy 8 kilometrów. Pośród bujnych lasów sosnowych z kilkusetletnimi okazami tych iglaków znajdziesz malownicze szlaki piesze oraz konne. Podziwiaj otaczający krajobraz, który wydaje się pochodzić z innej planety – ogromne morze lawy docierające do samego wybrzeża morskiego.

▼ PARK NARODOWY CALDERA DE TABURIENTE
LA PALMA



PARKI NARODOWE NA WYSPACH

Dzika przyroda Balearów i Wysp Kanaryjskich jest pełna kontrastów. Czekają na ciebie księżycowe krajobrazy, endemiczna flora i fauna oraz wyjątkowe ekosystemy.

PARK NARODOWY TEIDE

Wybierz się, by zobaczyć z bliska Teide, górę wpisaną na listę światowego dziedzictwa UNESCO. To ogromny nieaktywny wulkan na **Teneryfie**, którego szczyt jest najwyższym wzniesieniem w Hiszpanii. To okazja, by zobaczyć liczne stożki wulkaniczne i pokłady zastygłej lawy. W części zwanej **Pico Viejo** zafascynuje cię niezwykły zestaw kolorów i formacji geologicznych bardziej przypominających powierzchnię Marsa niż Ziemi. Park Teide jest najstarszym parkiem narodowym na Wyspach Kanaryjskich, najczęściej odwiedzanym w całej Hiszpanii i jednym z najważniejszych na świecie. Odkryj ogromną bioróżnorodność tego surowego terenu w postaci mnogich gatunków bezkręgowców i gadów, które można spotkać tylko tutaj.



▲ PARK NARODOWY TEIDE
TENERYFA



PARK NARODOWY TIMANFAYA
LANZAROTE

PARK NARODOWY TIMANFAYA

Na wyspie **Lanzarote** o wulkanicznym pochodzeniu archipelagu świadczą miejsca takie jak punkt widokowy **Montaña Rajada**. Można stamtąd kontemplować krajobraz, w którym spotykają się i stapiają ogień, popiół i skała.

PARK NARODOWY GARAJONAY

Na wyspach wszystko jest niespodzianką. Zanurz się w lasy wyspy **La Gomera** i odkryj wyjątkowy ekosystem. W jego bujnej roślinności wyróżnia się unikalny las wawrzynolistny – zachowany ślad lasów podzwrotnikowych, które miliony lat temu dominowały w całym obszarze Morza Śródziemnego.



▲ PARK NARODOWY GARAJONAY
LA GOMERA

► WULKAN MONTAÑAS DE FUEGO
W PARKU NARODOWYM TIMANFAYA
LANZAROTE





PARK NARODOWY ARCHIPELAGU CABRERA

Wsiądź na łódź na Majorce na **Balearach** i popłyn do archipelagu Cabrera. Jeśli lubisz nurkowanie, zachwyci cię bogactwo dna morskiego i piękne jaskinie, w które wdziera się morze. Na samym archipelagu znajduje się jeden z najlepiej zachowanych ekosystemów wyspiarskich w hiszpańskim regionie Morza Śródziemnego, z unikalną florą, taką jak traganek lub dziurawiec balearski.

JASKINIA NA WYSPIE CABRERA
PALMA DE MALLORCA

INNE OBSZARY

REZERWATY BIOSFERY

Hiszpania jest jednym z krajów na świecie, z największą liczbą obszarów uznanych przez UNESCO za rezerwaty biosfery. Zawdzięcza to swojemu bogactwu przyrodniczemu i zaangażowaniu w jego ochronę. Odwiedź miejsca, w których człowiek osiągnął harmonijny i trwały związek z naturą.

Podziwiał pasmo **Sierra de Grazalema** w prowincji Kadyksu, stanowiące rodzaj muru skalnego wzdłuż oceanu. Daj się oczarować imponującemu katalońskiemu masywowi **Montseny** lub lagunom i mokradłom rezerwatu **La Mancha Húmeda** w regionie Kastylia-La Mancha.

Od Morza Śródziemnego po Kantabrię odkryjesz niesamowitą różnorodność naszych rezerwatów biosfery. Czekają na Ciebie prawie pięćdziesiąt unikalnych miejsc.

PRZESTRZENIE Z EUROPEJSKĄ KARTĄ ZRÓWNOWAZONEJ TURYSTYKI

Hiszpania ma 28 chronionych przestrzeni przyrody, które otrzymały Europejską Kartę Zrównoważonej Turystyki dzięki swojemu zaangażowaniu w ochronę środowiska. Oprócz wysokiej wartości ekologicznej wyróżniają się pełnym katalogiem świadczonych tu usług i znakomitą infrastrukturą. Uprawiaj ekoturystykę w miejscach takich jak Park Przyrody **Strefy Wulkanicznej La Garrotxa** w prowincji Girona lub w pasmach górskich **Sierras de Cazorla, Segura i Las Villas**, w prowincji Jaén, gdzie poczujesz wolność na tych wielkich przestrzeniach.



▲ PARK NARODOWY SIERRA NEVADA
GRENADA



Zdjęcie: Park Narodowy Picos de Europa

▲ ZIELONY SZLAK SENDA DEL OSO
ASTURIA

SIEĆ NATURA 2000

Dzięki ogromnej różnorodności biologicznej Hiszpania jest krajem, który wnosi najwięcej powierzchni do programu Natura 2000, najważniejszej sieci obszarów chronionych na świecie. Znajdziesz tutaj setki obszarów specjalnej ochrony ptaków i specjalnych obszarów ochrony siedlisk, w których człowiek może cieszyć się kontaktem z naturą z poszanowaniem zasad zrównoważonego rozwoju.

ZIELONE SZLAKI

Zdobądź się na odkrywanie Hiszpanii w oryginalny i niecodzienny sposób. Zielone Szlaki to sieć malowniczych tras w całym kraju biegnących wzdłuż dawnych linii kolejowych. Stare drewniane podkłady na torach wykorzystano do pikietażu tras jako słupki kilometrowe oraz do budowy balustrad. Te trasy, o niewielkiej różnicy poziomu terenu i szerokich łagodnych zakrętach, są odpowiednie zarówno dla spacerowiczów, rowerzystów, jak i osób o ograniczonej sprawności ruchowej.

Pokonaj sięgające po horyzont gaje oliwne w prowincji Kordoba. **Zielony Szlak Oliwy** (Vía Verde del Aceite) wiedzie przez imponujące wiadukty z XIX wieku i jest najdłuższym szlakiem w Andaluzji. Warto także przemierzyć trasę dawnej kolejki górniczej w Asturii. **Szlak Niedźwiedziej Ścieżki** (Senda del Oso) przebiega przez pasmo Picos de Europa i, prowadząc łagodnie wzdłuż rzeki, przecina serce asturyjskich gór. Możesz też wybrać najdłuższy Zielony Szlak w Hiszpanii, biegnący z **Ojos Negros** przez dolinę rzeki Palancia, w dół do bogatych sadów w Walencji na wybrzeżu Morza Śródziemnego.

GEPARKI

Odkryj bogactwo geologiczne Hiszpanii dzięki jej jedenastu geoparkom. Są to terytoria wspierane przez UNESCO. Szczycą się unikalnym bogactwem mineralnym, geofizycznym, geologicznym i paleontologicznym oraz przestrzeganiem strategii zrównoważonego rozwoju ukierunkowanej także edukacyjnie.

Odwiedź sąsiedni historyczny okręg **Maestrazgo** w prowincji Teruel, gdzie krajobraz górski, pełen grani i kanionów zabarwiony jest szarym kolorem wapienia. Dalej na północ, w **Sobrarbe**, w okręgu Huesca, zastaniesz miejsce o wyjątkowym pięknie, ze skałami liczącymi ponad 500 milionów lat. Na wschodzie, w **Geoparku Środkowej Katalonii**, zaskoczą cię formacje skalne, takie jak góra solna w Cardonie.

▶ PARK PRZYRODY MAESTRAZGO
TERUEL

Odwiedź muzeum pod gołym niebem z księżycowymi pejzażami i dziewiczymi plażami w wulkanicznym pasmie górskim **Cabo de Gata-Níjar** w Almerii. Nie opuszczając Andaluzji, podążaj szlakiem amonitów, których spiralne muszle sprzed milionów lat zachowały się w skałach pasma **Sierras Subbéticas**, lub zobacz skamienielińy ze śladami meduz w **Sierra Norte de Sevilla**. To prawdziwa podróż w czasie do początków życia na kontynencie europejskim.

W **Molina – Alto Tajo** w Aragonii, największym geoparku w Hiszpanii, odnajdziesz pozostałości pradawnych cywilizacji i takie perły krajobrazowe jak dolina Valle del Mesa lub wąwóz Barranco de la Virgen de la Hoz. W Estremadurze zaś okręg **Villuercas-Ibores-Jara** oferuje

pejzaże rodem z Appalachów. A może szukasz czegoś bardziej egzotycznego? Poznaj bliżej tajemnice wybrzeża **Costa Vasca** dzięki piętnastu naturalnym punktom widokowym. Czekają na ciebie spektakularne klify i unikalna formacja nakładających się na siebie warstw skalnych.

Wulkaniczne pochodzenie Wysp Kanaryjskich ma determinujące znaczenie dla krajobrazu wysp **El Hierro, Lanzarote i Archipelagu Chinijo**. To idealne miejsca do podziwiania formacji geologicznych wydających się rodem z innej planety. Wszystko widoczne jak na dłoni, zarówno w morzu, jak i nad jego poziomem. Kontrast bieli soli w Salinas de Janubio i czarnego piasku będzie jednym z najpiękniejszych krajobrazów, które pozostaną ci w pamięci po wizycie na Lanzarote.

JEŚLI CHCESZ AKTYWNIIE I PRZYJEMNIE SPĘDZIĆ CZAS

Zdecyduj się na niecodzienne spędzenie czasu i dokładnie poznaj Hiszpanię poprzez podpatrywanie jej flory i fauny, obserwując niedźwiedzie brunatne w Parku Narodowym Picos de Europa lub zagrożone gatunki ptaków w Parku Narodowym Tablas de Daimiel. Podziwiaj rozgwieżdżone niebo z wyjątkowych miejsc, takich jak na wyspie La Palma, gdzie znajduje się Obserwatorium Roque de los Muchachos.

Jeśli lubisz sport, możesz uprawiać praktycznie wszystkie jego dziedziny. Pokonaj wąwozy o pionowych ścianach przyprawiających o zawrót głowy, przejedź się rowerem pośród gór lub odkryj fascynujący podwodny świat naszych wybrzeży. Bogactwo przyrody w Hiszpanii czyni ją miejscem sprzyjającym poszukiwaczom przygód.



Zdjęcie: josepizarro/123rf.com

▲ PARK NARODOWY TABLAS DE DAIMIEL
CIUDAD REAL

OBSERWACJA FLORY I FAUNY

Zasoby naturalne Hiszpanii oferują tak ogromną różnorodność biologiczną, jakiej próżno szukać gdzie indziej na świecie. Obserwuj ponad 500 gatunków ptaków i poznaj najważniejszych i zarazem zagrożonych przedstawicieli **dzikiej zwierzyny**: niedźwiedzia brunatnego, orła iberyjskiego, orłosępa, rysia iberyjskiego oraz wilka iberyjskiego. Odkryj naszą florę, najbogatszą w całej Unii Europejskiej i w basenie Morza Śródziemnego, a także podziwiaj gwiazdy z wyjątkowych miejsc ich obserwacji.

To tylko część z niezliczonych doświadczeń, które możesz przeżyć w Hiszpanii w pełnym kontakcie z przyrodą.

PARK PRZYRODY CABO DE GATA
ALMERÍA





Ryś iberyjski to najbardziej na świecie zagrożony gatunek z rodziny kotowatych i spotkać go można jedynie na Półwyspie Iberyjskim.

▲ OBSERWACJA RYSIA W PARKU DOÑANA
HUELVA

OBSERWACJA RYSI W PARKU DOÑANA

Wyprawa w poszukiwaniu rysia iberyjskiego w **Parku Narodowym Doñana** z pewnością okaże się niezwykle ciekawym doświadczeniem. Jego populacja, licząca mniej niż 500 osobników, odradza się powoli dzięki programowi hodowli tych zwierząt i ich stopniowego przenoszenia z niej do środowiska naturalnego.

W Doñanie i **Parku Przyrody Sierra de Andújar** wyspecjalizowane firmy organizują wyprawy, których celem jest obserwacja dzikich zwierząt w ich naturalnym środowisku. Rysie można także zobaczyć w **Ogrodzie Zoologiczno-Botanicznym w Jerez de la Frontera** w prowincji Kadyksu.

OBSERWACJA PTAKÓW

Weź lornetkę i ciesz się bogactwem krajobrazu i licznym ptactwem. Przebiegający przez nasz kraj ważny korytarz będący częścią szlaku migracyjnego tysięcy ptaków sprawia, że wybierają one nasz kraj jako miejsce lęgowe i miejsce odpoczynku. Zaskoczy cię łatwość obserwowania ptaków drapieżnych, leśnych i wodnych w wielu punktach na terytorium Hiszpanii. To prawdziwy raj dla turystyki ornitologicznej.

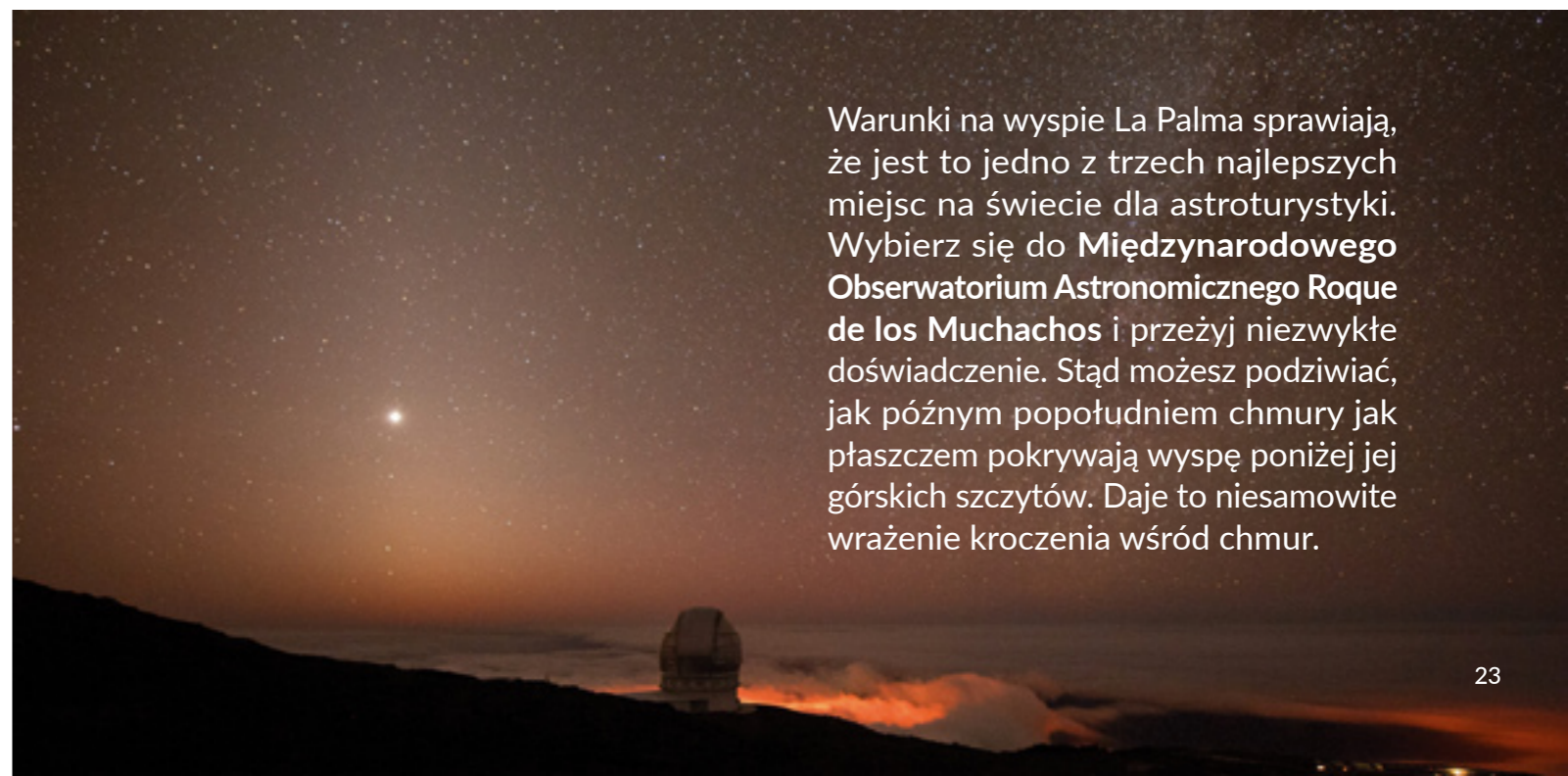
Śródziemnomorski las **Parku Narodowego Cabañeros** to klejnot, w którym zamieszkują orzeł iberyjski, sęp kasztanowaty i ruzdzik. Odwiedź mokradła Parku Przyrody **Lagunas de Ruidera**, aby spotkać kaczkę hełmiastą, kaczkę krzyżówkę i czapkę purpurową.

Możesz też zrelaksować się, słuchając śpiewu setek ptaków w zapierającym dech w piersiach parku przyrody **Hayedo de Tejera Negra**, w północnej części pasma górskiego Sierra Guadalupe.

Wiosną przemierzaj równiny Cáceres lub okręg La Serena w **Estremadurze**, aby obserwować dropie, najcięższe latające ptaki. Z pewnością zachwyci cię także widok największej kolonii sępów w parku przyrody **Monfragüe**, obszarze specjalnej ochrony ptaków.

Moczary **Las Marismas de Odiel** w Andaluzji to ornitologiczne sanktuarium uznane przez UNESCO za rezerwat biosfery. Można tu zobaczyć flamingi, czapki purpurowe i rybołowy. Z kolei iberyjska stepówka białobrzucha i dzięcioł czarny zamieszkują **Nawarrę**. Sprzyjająca lokalizacja tego regionu, między Morzem Kantabryjskim, doliną rzeki Ebro i Pirenejami, sprawia, że obszar ten nie ma sobie równych, jeśli chodzi o obserwowanie ptaków.

▼ MIĘDZYNARODOWE OBSERWATORIUM ASTRONOMICZNE
ROQUE DE LOS MUCHACHOS
LA PALMA



OBSERWACJA GWIAZD

Hiszpania to kraj oferujący jedne z najlepszych warunków do kontemplacji nocnego nieba w Europie. Odkryj piękno rozgwieżdżonego nieboskłonu z punktów widokowych i naturalnych obserwatoriów, a zobaczysz, że będziesz pod wrażeniem. Hiszpania ma osiem certyfikowanych terytoriów Starlight, czyli chronionych miejsc ze względu na wyjątkową w skali globu przejrzystość nieba uznawaną za dziedzictwo przyrodnicze.

Spaceruj pośród dębów i gwiazd w **Parku Narodowym Monfragüe** w Estremadurze. Odwiedź punkt widokowy **Mirador del Castillo** i podziwiaj Drogę Mleczną w całej okazałości. Poznaj tajemnice sklepienia niebieskiego w **Obserwatorium Astronomicznym w Torrejón el Rubio** lub w **Portilla del Tiétar**. Oferta punktów obserwacyjnych, miejsc noclegowych i firm specjalizujących się w astroturystyce w tej naturalnej enklawie jest bardzo bogata. Gwiazdy wydają się być blisko, w zasięgu ręki, dlatego oglądanie ich nie wymaga korzystania z dużych teleskopów lub specjalnego sprzętu.

Warunki na wyspie La Palma sprawiają, że jest to jedno z trzech najlepszych miejsc na świecie dla astroturystyki. Wybierz się do **Międzynarodowego Obserwatorium Astronomicznego Roque de los Muchachos** i przeżyj niezwykle ciekawe doświadczenie. Stąd możesz podziwiać, jak późnym popołudniem chmury jak płaszczem pokrywają wyspę poniżej jej górskich szczytów. Daje to niesamowite wrażenie kroczenia wśród chmur.

SPORT NA ŁONIE NATURY

Hiszpania jest rajem do uprawiania sportu na łonie natury. Masz szeroką gamę możliwości, aby cieszyć się swoją ulubioną aktywnością w bajkowej scenerii. Załóż buty trekkingowe i wybierz się na wędrowkę Drogą św. Jakuba lub skorzystaj z innych tras o podobnie długiej tradycji. Nurkuj pośród samogłówów – ryb rozdymkkształtnych na wyspach Hormigas lub poszusuj na nartach po zaśnieżonych stokach Sierra Nevady. Mamy wszystko, czego może chcieć miłośnik sportu na łonie przyrody.

PIESZE WĘDRÓWKI

Dzięki ponad 60 000 kilometrów certyfikowanych i oznaczonych szlaków oraz łagodnemu klimatowi, Hiszpania jest jednym z najlepszych miejsc do uprawiania tego sportu. Po całym dniu wędrowki skorzystaj z noclegu w wiejskiej kwaterze, na kempingu, w schronisku górskim lub w którymś z obiektów należących do hiszpańskiej sieci schronisk młodzieżowych (www.reaj.com). Doświadczenie będzie niezapomniane.

Poczuj zawrót głowy, pokonując ścieżkę wciśniętą w ściany **wąwozu Gaitanes** i poczuj się jak wytrawny poszukiwacz przygód, przekraczając wiszący most na trasie **Caminito del Rey** biegnącej wysoko w górach Malagi. Zapuść się w gąszcz lasów jodłowych i sosen hakowatych i podziwaj spektakularne jeziora wysokogórskie w **Pirenejach Wschodnich**. To wyjątkowa enklawa, pełna cudów, takich jak najwyższa w Pirenejach góra Aneto i jej trzynaście lodowców.

▼ CAMINITO DEL REY
MALAGA



Aby całkowicie oderwać się od codziennej rutyny, zostań pielgrzymem i wybierz się na **Camino de Santiago**.

To unikalny sposób na odkrywanie północy Hiszpanii, kontakt z przyrodą i oglądanie krajobrazów o wyjątkowym pięknie. Wybierz któryś z najbardziej odpowiadających ci szlaków, aby dotrzeć do mety, czyli Santiago de Compostela i jego imponującej katedry.

Możesz też podążać śladami jednego z legendarnych średniowiecznych rycerzy na **Szlaku Cyda Walecznego** (Camino del Cid Campeador), turystycznej i kulturowej trasie w środkowej i wschodniej części kraju. Odkryj jego przygody na pięciu głównych odcinkach lub na innych trasach tematycznych prowadzących przez lasy, góry i zabytkowe miejscowości.

SZLAKI KONNE

Czy odważysz się podróżować po Hiszpanii konno? Galopuj przez łąki i doliny, odwiedź średniowieczne miasteczka... Wybierz jedną z tras jeździeckich wytyczonych w **Katalonii**, na **Balearach** lub w **Kastylii i Leónie** i poczuj wolność, pokonując przestrzeń na końskim grzbiecie. W pobliżu najpiękniejszych i nieoczywistych zakątków naszego kraju znajdziesz wiele ujeżdżalni.

► PLAŻA BOLONIA
KADYKS



▲ PIELGRZYMI NA DRODZE ŚW. JAKUBA





Zdjęcie: neftail77/123rf.com

▼ SIERRA NEVADA
GRENADA

SPORTY ZIMOWE

Przygotuj swoje narty lub deskę snowboardową i wybierz się na jeden z imponujących ośnieżonych stoków górskich Hiszpanii. Od grudnia do marca nasze góry mienią się bielą i przyciągają tysiące fanów sportów zimowych.

Zdecyduj się na jeden z 34 ośrodków narciarskich w całym kraju. Przyjedź do eleganckiego kurortu **Baqueira Beret**. Piękno tras zjazdowych stoków oraz wyśmienita oferta gastronomiczna czynią go najbardziej ekskluzywnym ośrodkiem w kraju, odwiedzanym przez znane osobistości z całej Europy. Kierunek nachylenia stoków gwarantuje doskonałą jakość śniegu.

Stacja narciarska **Formigal**, położona w Pirenejach w prowincji Huesca, jest przystosowana do wymagań zarówno

dorostych, jak i dzieci dzielących tutaj wspólną pasję do sportów zimowych. Zjedź nocą drewnianymi sankami po oświetlonym torze saneczkowym (**tobogganing**) lub zbuduj igloo, aby poczuć się jak Eskimos. Z mitycznego Pico del Gallinero w **Cerler** można szusować najdłuższą narciarską trasą zjazdową na całym Półwyspie Iberyjskim. Jeśli wolisz snowboard, odwiedź znajdujący się tu **snowpark**, aby poćwiczyć swoje najlepsze triki.

Baw się dobrze w **Sierra Nevada** i ciesz się słońcem, także zimą. Skorzystaj z różnych oryginalnych możliwości, jak kolejka górską z dwuosobowymi sankami. Szukasz silnych emocji? Wypróbuj Para-Ski u podnóża Velety, jednego z najwyższych szczytów Półwyspu Iberyjskiego, i poczuć adrenalinę, podziwiając spektakularny śnieżny krajobraz.

NURKOWANIE

Niezależnie od tego, czy jesteś ekspertem w nurkowaniu, czy po raz pierwszy zagłębiasz się w fascynujący podwodny świat, zachwyci cię ponad 20 rezerwatów morskich Hiszpanii.

Jeśli chcesz zanurzyć się w jednej z najlepiej zachowanych łąk posidonii w litoralu Morza Śródziemnego, skieruj się w stronę **Cabo de Gata** w prowincji Almería. Wybierz się na nocne nurkowanie w Punta del Castillo lub zejź w głębiny wśród zabytków archeologicznych w Cala de San Pedro.

Możesz też spróbować snorkelingu w rezerwacie morskim **Cabo de Palos e Islas Hormigas** w rejonie Cartageny w Murcji. Tutejsze wybrzeże obfituje w spokojne zatoczki z krystaliczną wodą. Jeśli szukasz więcej emocji, zbliź się do **wysp Hormigas**

i odkryj tajemnice skrywane przez Sirio, zatopiony transatlantyk, wokół którego pływają wspaniałe samogłowy.

Wyspa **La Palma** jest idealna do nauki nurkowania. Dzięki przejrzystym wodom i wyjątkowemu klimatowi oferuje najlepsze możliwe warunki na pierwsze spotkanie z głębinami podczas zanurzenia z instruktorem. Jest tu też okazja podziwiać podwodny cmentarz **Malpique** i odkrywać ogromne bogactwo dna morskiego.

Na wyspie **El Hierro** poczuć się jak Jacques Cousteau. W **La Restinga**, najbardziej na południe wysuniętej miejscowości w Europie, znajdują się główne ośrodki nurkowe.

Będziesz mieć możliwość nurkowania przy podwodnym wulkanie Bajón odkrytym przez słynnego oceanografa podczas jego pierwszej podróży na pokładzie Calypso.



SPORTY WODNE

Odkryj **Baleary**, kotłując się żaglówką na falach lub uprawiając kitesurfing na wodach **Cap de Creus**.

Jeśli wolisz rzeki, masz również duży wybór w Hiszpanii lądowej, bowiem możesz wypożyczyć w stanicach wodnych sprzęt na spływ **wzburzonymi wodami rzeki Tag** lub podziwiać naturalne krajobrazy pasma **Sierra de Madrid**, płynąc kajakiem.

Także w głębi łądu między **Guadalajarą** a **Serranía de Cuenca** czeka na ciebie przygoda. To idealne miejsce do uprawiania kajakarstwa, raftingu i canoraftingu, w którym ośrodek wodny **Alto Tajo** wodzi prym w całej Hiszpanii.

▼ MAJORKA

JOGA NA ŁONIE NATURY

Joga oznacza jedność ciała i umysłu. Zdecyduj się na ćwiczenia, czując łagodny powiew wiatru na twarzy przy relaksującym dźwięku wody spadającej kaskadą w tle. W Hiszpanii jest wiele miejsc, od **Lanzarote** na Wyspach Kanaryjskich po łańcuch górski **Sierra de Tentudía**, między Badajoz i Sewillą, z odpowiednimi warunkami do pogłębienia kontaktu z naturą.

FOTOGRAFOWANIE PRZYRODY

W Hiszpanii czeka na ciebie nieskażona, dzika przyroda i niezwykle miejsca, idealne do robienia wspaniałych zdjęć. Fotografuj zwierzęta, których nie spotkasz nigdzie indziej, rodzimą florę i najbardziej fascynujące krajobrazy, jednocześnie ciesząc się przyrodą.

Sportretuj sępa płowego w locie w **rezerwacie ptaków drapieżnych w Parku Przyrody Hoces del Rianza** lub uchwycić żywe kolory **Parku Narodowego Doñana** podczas jego wiosennej eksplozji barw. W pasmie górskim **Sierra de la Culebra** w Zamorze znajdziesz jeden z obszarów o największym zagęszczeniu wilków w Unii Europejskiej. Może uda ci się zrobić tu wyjątkowe zdjęcie wilka iberyjskiego.

10 SEKRETÓW HISZPAŃSKIEJ PRZYRODY

1. LAS MÉDULAS W OKRĘGU EL BIERZO (PROWINCJA LEÓN)

Przyjedź do tego regionu o falistym i czerwonym krajobrazie, a poznasz największą odkrywkową kopalnię złota w całym dawnym Imperium Rzymskim. Przespaceruj się ścieżkami tego stanowiska archeologicznego, podziwiasz spektakularne pejzaże z punktów widokowych lub zajrzyj do jaskiń i galerii skalnych, które możesz napotkać w każdym zakątku Las Médulas.

2. SURFING W LOS CAÑOS DE MECA (PROWINCJA KADYKS)

Założ piankę neoprenową, chwyć deskę i śmigaj po falach w Los Caños de Meca, które jest idealnym miejscem do uprawiania tego sportu przez zawodowców, szczególnie zimą. Amatorom proponujemy pobliską plażę El Palmar o umiarkowanych falach w miesiącach letnich, gdzie panuje surfingowa atmosfera.

CANOS DE MECA
KADYKS



CIUDAD ENCANTADA
CUENCA

3. ZANURKUJ W WODACH WYSPY LANZAROTE

Zanurz się w krystalicznych wodach Lanzarote, jednej z Wysp Kanaryjskich. Optymalna do nurkowania widoczność jest tu latem i jesienią. Zachwyć się pionowymi ścianami prowadzącymi do jaskini **La Catedral** lub popłyń aż do głębokiego tunelu **Agujero Azul**, w którym możesz spotkać koniki morskie, raszple lub manty.

4. ODWIEDŹ CIUDAD ENCANTADA W PROWINCJI CUENCA

Puść wodze fantazji, obserwując unikalne formacje skalne w **Parku Przyrody Sierra de Cuenca**. Skały rzeźbione w ciągu wieków przez wodę, wiatr i lód tworzą figury przypominające ludzkie postacie, różne przedmioty czy zwierzęta. Zadziwiające formacje geologiczne, które dopełnia otaczająca przyroda, współtworzą to magiczne miejsce.



JASKINIA W CERRO DEL HIERRO, PARK PRZYRODY SIERRA NORTE SEWILLA

5. ŚLADAMI NIEDŹWIEDZIA BRUNATNEGO W ASTURII

Wyrusz pieszo lub rowerem na szlak **Senda del Oso** (Niedźwiedzia Ścieżka) przecinający góry i wąwozy Asturii, a odkryjesz dziką przyrodę, naturalne środowisko chronionego gatunku. Najważniejszymi tu mieszkańcami są Paca i Tola, dwie niedźwiedzice uratowane 20 lat temu żyjące, w stanie półdzikim i często widywane w obszarze **Proaza**.

6. PODZIWIJ JASKINIĘ SOPLAO (CELIS, KANTABRIA)

Poczuj się jak odkrywca innych światów i poznaj to dzieło natury ukryte przed oczami człowieka przez wieki, a stworzone i formowane przez tysiące lat siłami wody i wilgoci. Ta jaskinia to prawdziwy cud geologiczny, niesamowite miejsce złożone z pionowych gardel, labiryntów galerii oraz skał o różnych kolorach i odcieniach.

7. UPRAWIAJ PIESZE WĘDRÓWKI PO PARKU ANAGA (SANTA CRUZ DE TENERIFE)

Zanurz się w czarodziejskim lesie La Enhillada – Cabeza del Tejo lub wyrusz Sendero de los Sentidos (Szlakiem Zmysłów), gdzie znajdziesz bujną i imponującą zieleń wawrzynolistną (masę leśną utworzoną przez rodzime gatunki). Trasy prowadzące w górne partie masywu wiodą przez punkty widokowe, z których można podziwiać wulkan Teide oraz skały Roques de Anaga, dwie monolityczne formacje wyłaniające się z morza zaledwie kilka metrów od wybrzeża.

8. WODOSPAD POZO DE LOS HUMOS (MASUECO, SALAMANKA)

Odkryj wodospad o wysokości porównywalnej do Niagary. Jego wody, spadając z ogromną siłą z wysokości 50 metrów, zamieniają się w mgłę nadającą nazwę temu miejscu, którego znaczenie to Studnia Mgły. Pisarz Miguel de Unamuno odwiedził wodospad i oczarował się jego pięknem. Właśnie dlatego trasa prowadząca do tego miejsca została nazwana szlakiem Unamuno. Warto podziwiać ten cud natury z dwóch różnych punktów widokowych: z daleka, z Pereña de la Ribera zapewniającego panoramiczną perspektywę, lub z bliska, z Masueco, skąd można poczuć krople wody na twarzy.



WULKAN TEIDE TENERIFYA

9. SPĘDŹ DZIEŃ NA ZBIORACH OLIVEK W BAEZIE (W PROWINCJI JAÉN)

Odkryj ogromne połacie porośnięte drzewami oliwnymi w prowincji Jaén uważanej za światową stolicę produkcji oliwy z oliwek. Dzień zacznij w gaju oliwnym, zbierając owoce, które później staną się najwyższej klasy płynnym złotem. Zebranie oliwek i przetransportowanie ich do tłoczni, gdzie są przetwarzane na oliwę, a następnie magazynowane, będzie dla Ciebie niewątpliwie niezapomnianym przeżyciem.

DRZEWA OLIWNE W BAEZIE
JAÉN



10. ODWIEDŹ FORMACJĘ SKALNĄ PEÑA DE LOS BARRUECOS W ESTREMADURZE

Poczuj tysiącletnią magię doliny z dominującymi niesamowitymi granitowymi blokami uformowanymi przez erozję oraz stawami, w których zdobywa pokarm bocian biały i czapla siwa. Podziwiaj z bliska kapryśne kształty ogromnej skały Peña del Tesoro i odwiedź małe sanktuarium malowideł naskalnych ukryte w masywnym kamieniu.

▼ BARRUECOS
CÁCERES





 <p>MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO</p>	<p>TURESPAÑA </p>
--	---