



formentera

TURISMO ATTIVO
A FORMENTERA



TURISMO ATTIVO A FORMENTERA

Edita i publica:

Consell Insular de Formentera

Setembre 2023

TURISMO ATTIVO A FORMENTERA

ATTIVITÀ ACQUATICHE 5

Immersioni subacquee

Kayak

Windsurf e nautica

ATTIVITÀ A TERRA 13

Escursioni a piedi

Ciclismo (MTB)

Nordic Walking (Nordic Walking)

Camminata e corsa campestre

Osservazione degli uccelli

Parco naturale di Ses Salines

CONTATTI (TURISMO ATTIVO E DI NATURA) 20





TURISMO ATTIVO A FORMENTERA

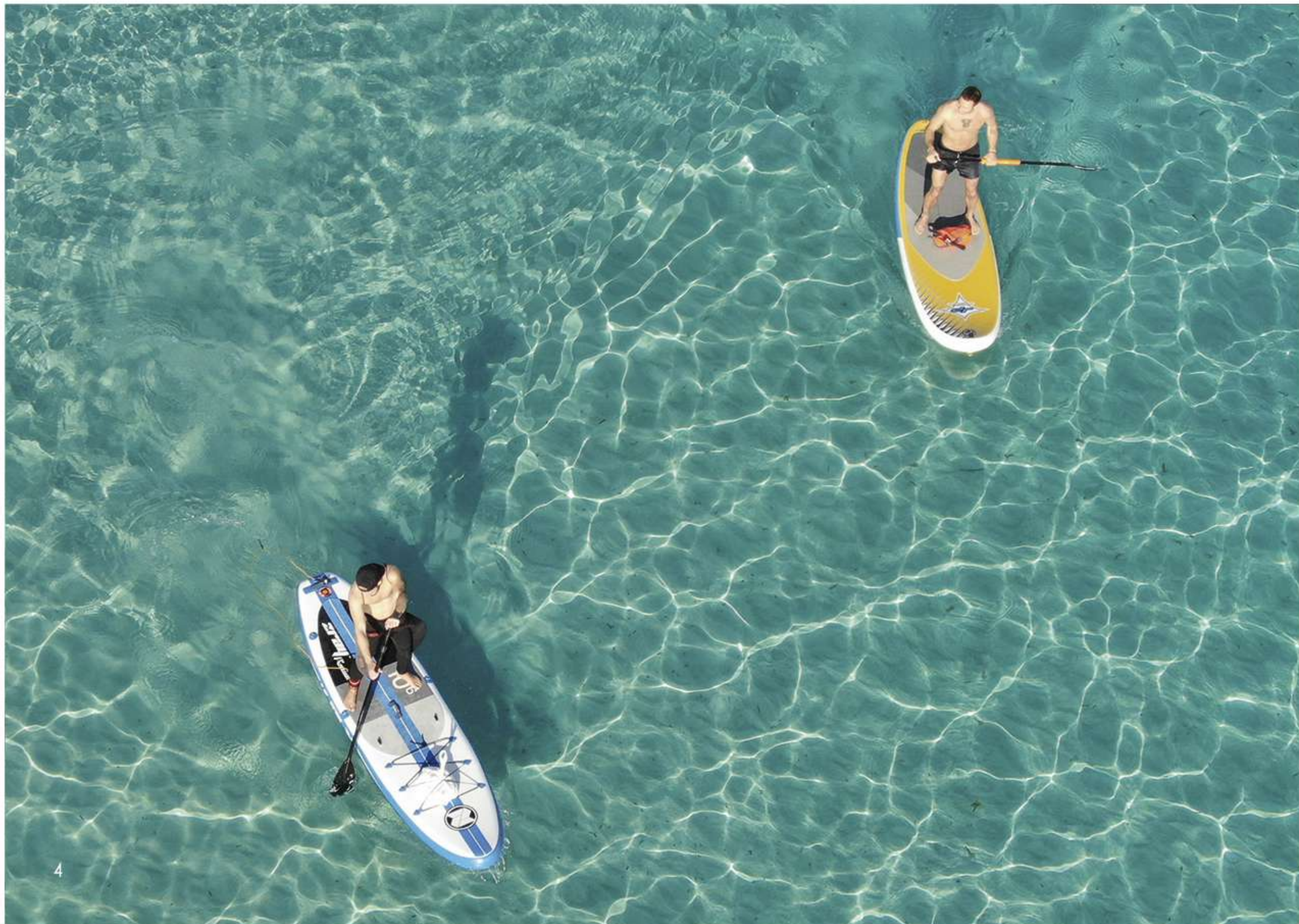
Formentera non è solamente l'ultimo paradiso del Mediterraneo, in cui è possibile godere di immensa pace e relax, ma è anche un luogo privilegiato per svolgere attività all'aria aperta. La Pitiusa minore combina la bellezza delle proprie acque cristalline e dello straordinario fondale marino, con una costa originale e molto suggestiva dal punto di vista geologico, nonché flora e fauna, ricche e variegata. Ed è pertanto, un paradiso per chi ama il turismo attivo.

Formentera possiede 83 km² di superficie terrestre, compresi gli isolotti minori, mentre i rilievi sono principalmente formati da due elevati promontori rocciosi uniti da un istmo centrale di altezza ridotta.

Tutta la zona settentrionale dell'isola è compresa all'interno del "Parque Natural de Ses Salines de Ibiza y Formentera" (parco naturale), dove predominano le zone umide e spiccano l'Estany Pudent con una superficie pari a 3,3 km², l'Estany des Peix con 1 km² e gli stagni di saline, di varie misure. I boschi di sabine e pini ricoprono tutta la superficie terrestre e i sistemi di dune predominano sulle coste sabbiose. Questo complesso garantisce la varietà paesaggistica. E in un ambiente così esuberante e ben conservato, le esperienze divengono uniche.

L'offerta di attività di turismo attivo a Formentera si è intensificata e differenziata negli ultimi anni e ha registrato sempre più adepti e partecipanti. Alcuni sono fan fedeli o professionisti di questi sport che fissano in questi luoghi la loro base di allenamento "vacanziero", ma molti altri non hanno esperienza e considerano questi eventi di turismo attivo che hanno luogo a Formentera come una possibilità di godersi i paesaggi naturali dell'isola, mentre imparano da principianti.

Nella lista di "Dati di contatto di Turismo Attivo e Natura" è disponibile un elenco di tutte le attività che si svolgono a Formentera e dei contatti raccomandati.



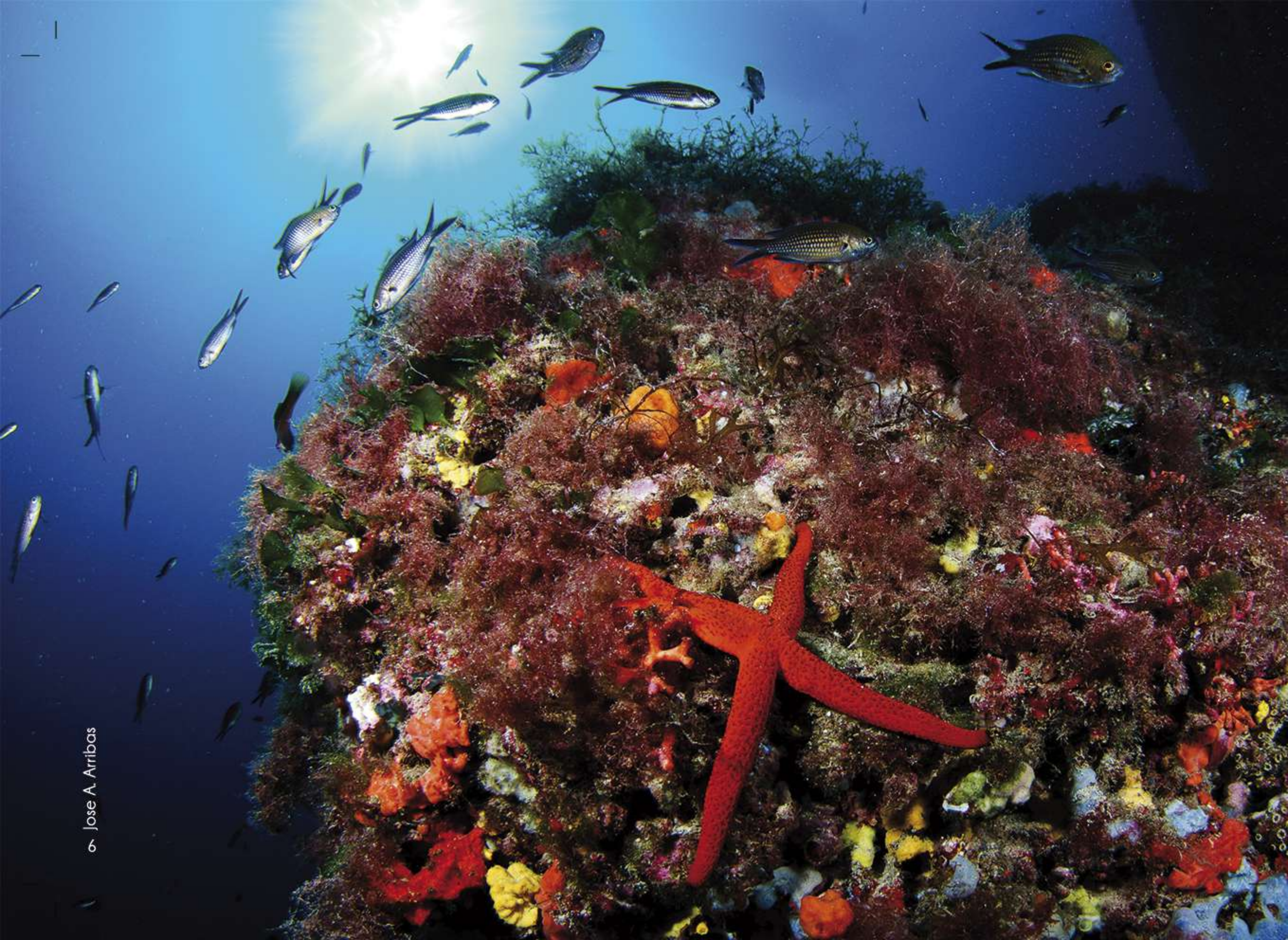
MARE

Il segreto meglio custodito di Formentera si trova sotto la superficie e risiede nelle distese di Posidonia. Queste piante sono responsabili della limpidezza, trasparenza e delle meravigliose tonalità dell'acqua, dato che forniscono grandi quantità di ossigeno e materia organica, oltre a contribuire alla biodiversità delle specie vegetali e animali.

Sono moltissimi i turisti che considerano Formentera come un punto di riferimento per praticare immersioni, kayak o vela. Sia le prime esperienze e i corsi d'immersione, sia i corsi di kayak, vela, windsurf, optimist, laser, wakeboard, catamarano o canoeing per principianti hanno prezzi modici e garantiscono un'esperienza che completa la tipica vacanza con sole e spiaggia. Affittare un'imbarcazione (con o senza capitano) consente di raggiungere angoli di straordinaria bellezza e di difficile accesso in cui poter fare snorkelling.

Vi sono opzioni per tutti i gusti e per tutte le tasche. Il tutto con la garanzia dell'adempimento delle rigorose normative europee, inerenti ad esempio alla garanzia di qualità e sicurezza.





IMMERSIONI

Tra Ibiza e Formentera si trova la maggior distesa continua di posidonia oceanica del Mediterraneo con una superficie di 700 km², dichiarata dall'UNESCO bene naturale nel 1999. Nella zona più settentrionale di Formentera si trova il maggior esemplare di posidonia noto, caratterizzato da 8 km di lunghezza e 100.000 anni di antichità.

La riserva marina di "Es Freus d'Eivissa i Formentera" tutela la salvaguardia di quest'ambiente. Inoltre, si tratta di una delle aree consigliate per praticare questo sport. Sulla cartina di turismo attivo, i posti consigliati per le immersioni sono segnalati con la bandiera internazionale di scubadiving.

Effettivamente sott'acqua la visibilità è tale che si possono ammirare perfettamente le capricciose formazioni rocciose, le grotte, la spettacolare vegetazione, propria di un giardino, e un'enorme varietà di specie marine: polipi, barracuda, sogliole, cernie, saraghi, triglie, murene, gronghi, rombi quattrocchi, seppie, orate, stelle di mare, spugne... E sebbene siano più difficili da avvistare, vi sono anche tartarughe marine e delfini.

Visitare i fondali marini dell'isola è come visitare un'altra isola, quest'ultima dalle dimensioni immense...





KAYAK

La costa di Formentera offre una grande varietà geomorfologica e sul litorale si alternano scogliere medio - alte, zone rocciose e distese di sabbia. Solo dal mare sono pienamente visibili le numerose grotte e cavità che danno vita alle formazioni calcaree e pertanto solo da lì si possono raggiungere questi angoli di difficile accesso e straordinaria bellezza.

Il kayak marino è una disciplina di avventura a contatto con il mare, che non richiede una grande formazione per percorsi di breve durata e che consente di unire l'attività fisica all'ozio e al divertimento. Si può fare in famiglia o con amici, poiché vi sono imbarcazioni singole o doppie.

Nella lista di contatti si trovano le varie scuole che organizzano corsi per principianti e che noleggiavano le attrezzature per percorsi per conto proprio. Inoltre è stato creato un ampio programma di escursioni per visitare le grotte più recondite del litorale più prossimo, anche se l'escursione più richiesta è quella organizzata per poter ammirare il tramonto.



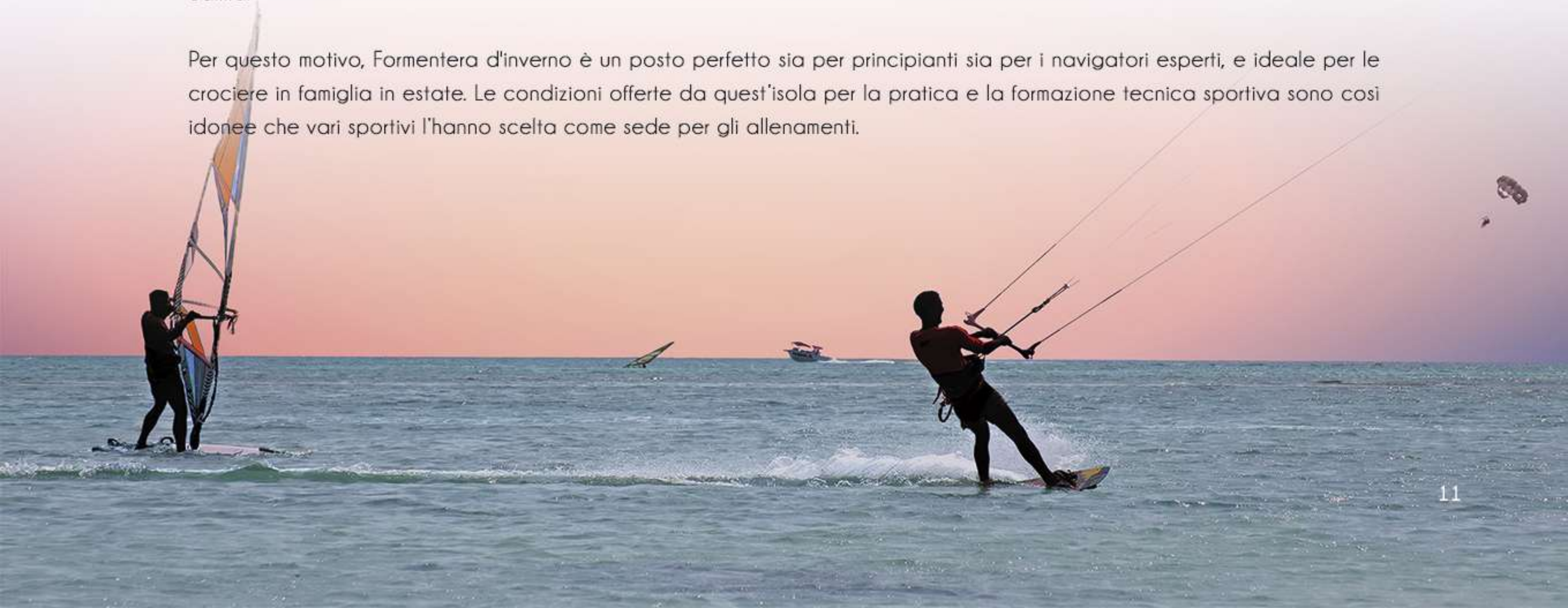


WINDSURF E NAUTICA

Formentera è un paradiso per i navigatori e per gli amanti degli sport nautici. Offre 66 km di litorale alquanto variegato e caratterizzato dal blu turchese delle acque, dall'alternanza di scogliere dalle pareti verticali e spiagge di sabbia bianca che danno vita ad un paesaggio idilliaco per la navigazione a vela. Inoltre, le distanze sono abbastanza brevi e ci si può spostare da nord a sud, attorno all'isola, durante la giornata.

Nel periodo estivo vi sono venti leggeri o medi, tra i 5 e i 15 nodi che provengono principalmente dall'Est. Durante l'inverno troviamo generalmente vento che soffia dall'Ovest con tutti gli estremi; da temporali con venti superiori a 30 nodi, all'assoluta calma.

Per questo motivo, Formentera d'inverno è un posto perfetto sia per principianti sia per i navigatori esperti, e ideale per le crociere in famiglia in estate. Le condizioni offerte da quest'isola per la pratica e la formazione tecnica sportiva sono così idonee che vari sportivi l'hanno scelta come sede per gli allenamenti.





TERRA

Per i fan delle pratiche ludico-sportive terrestri, l'isola possiede la misura e il dislivello perfetti per poter essere visitata completamente a piedi o in bicicletta per tappe.

Boschi di sabine sinuose, paesaggi rurali tempestati da fichi con un'apparenza unica, sistemi di dune con flora endemica, saline e zone umide in cui si possono ammirare gli uccelli, le scogliere dalle curiose forme capricciose scolpite dall'azione del vento e del mare, nonché le lunghe spiagge di sottile sabbia... Tutte queste attrazioni naturali, unite alla peculiare morfologia di Formentera, la dotano di caratteristiche uniche per fare attività di turismo attivo, soprattutto nei periodi primaverile e autunnale, in cui l'esplosione di colore e la luminosità non lasciano indifferenti i visitatori.

A Formentera, addentrarsi per sentieri inesplorati non è sinonimo di "perdersi" poiché di sicuro in pochi chilometri l'avventuriero arriverà al mare e potrà orientarsi facilmente, oltre a poter contare su varie possibilità di scattare quella fotografia insolita o trovare un angolo idilliaco vicino al mare.





ATTIVITÀ A TERRA

CIRCUITI VERDI. Formentera dispone di 32 circuiti polivalenti che possono essere percorsi a piedi, in Nordic Walking oppure in bicicletta. Questi 32 percorsi verdi (inaugurati nel 2015) costituiscono una rete di sentieri collegati di oltre 100 chilometri, la maggior parte dei quali percorribili in bicicletta. Tutti consentono di ammirare il valore paesaggistico dell'isola, nonché altri elementi d'interesse: campi coltivati o pascoli, mulini o pozzi, interminabili filari di muro pagés tipico delle Baleari, che servono ancor oggi per delimitare le proprietà...

NORDIC WALKING® (MARCIA NORDICA). L'isola può essere visitata a piedi o in bicicletta. Per i sentieri a piedi si possono prendere in prestito dagli Uffici di Turismo dell'isola, gratuitamente, bastoni per il Nordic Walking, che è una disciplina sportiva originaria dei Paesi Nordici e che consente di camminare in una posizione più sana ed ergonomica.

IN BICICLETTA. Formentera è anche un ottimo punto d'incontro per gli appassionati di mountain bike che vogliono partecipare a eventi sportivi, soprattutto per i biker. Tre gare si svolgono sull'isola in ottobre: la Vuelta cicloturista a Formentera in mountain bike (una prova non competitiva per ciclisti di qualsiasi livello, con 1.000 metri di pendenza e 3 tappe), la BTT La Mola in mountain bike (prova competitiva con partenza e arrivo al Pilar de la Mola) e il Triathlon Illa de Formentera, con 3 modalità (olimpico, sprint e a staffetta).





LA META IDEALE PER I RUNNER

Formentera, grazie alla sua orografia, al suo clima mite e allo stato di conservazione dei suoi sentieri, sia in prossimità della spiaggia che attraverso boschi di pini e ginepri, è una meta ideale per i corridori. Se non volete correre in modalità libera e preferite seguire un percorso segnalato, sull'isola ne troverete due, con differenti livelli e terreni. Inoltre, nel corso dell'anno a Formentera vengono organizzate varie gare annuali per gareggiare, partecipare oppure, semplicemente, correre in compagnia.

- **FART (Formentera All Round Trail).** Corsa di 72,5 km lungo la costa dell'isola, con partenza e arrivo al porto di La Savina. L'Half Round Formentera Trail di 39,5 km e il Tros de Fart di 21 km si svolgono in contemporanea. All'inizio di marzo.

- **"De Far a Far",** corsa popolare e camminata che unisce i due fari dell'isola, quello di La Mola e quello di Es Cap de Barbaria. Si tiene in aprile e la distanza da percorrere è pari a 26 km. www.elitechip.net

- **La Mezza Maratona Popolare Illa de Formentera** percorre l'isola da un capo all'altro, coprendo la distanza di 21 km. Si svolge all'inizio di maggio e riunisce centinaia di partecipanti locali e internazionali. www.marato-formentera.com

- **Formentera to Run** è un ottimo mix di vacanze e competizione. Si tratta di una gara di lunga distanza che si svolge in una settimana all'inizio di giugno. www.formenteratorun.com

- **Triatlón Isla de Formentera.** Si svolge a Es Pujols all'inizio di ottobre e prevede due modalità: olimpica e sprint. www.triatlonformentera.com





ATTIVITÀ A TERRA

OSSERVAZIONE DI UCCELLI

Per gli amanti della natura Formentera è una continua sorpresa. La sua posizione strategica, tra l'Europa e l'Africa, al centro di una delle principali rotte migratorie del mondo, rende l'isola un punto importante per l'avifauna europea. Gli ecosistemi presenti sul territorio si distinguono anche per la loro estrema singolarità. La diversità della fauna e della flora di Formentera, particolarmente marcata dalla sua insularità, e la qualità dei suoi habitat, hanno determinato che un'area rilevante del suo territorio sia stata inclusa nella Rete Natura 2000.

PARQUE NATURAL DE SES SALINES.

A Formentera, il "Parque Natural de Ses Salines" (parco naturale) ricopre una vasta estensione: la penisola di Es Trucadors con le spiagge di Illetes e Llevant, le isole Espalmador e Espardell, nonché gli isolotti minori di quest'area, Ses Salines, la zona di Can Marroig e il capo Punta Prima. Inoltre a Formentera vi è il centro per visitatori di Can Marroig, dove si svolgono attività dirette a far conoscere le doti naturali e culturali del parco, come ad esempio la flora, la fauna, il patrimonio culturale, l'eredità delle saline, tra le varie cose. Vi è la possibilità di prenotare escursioni e visite guidate, nonché di effettuare vari percorsi autoguidati.





CONTATTI (TURISMO ATTIVO E DI NATURA)

IMMERSIONI

FORMENTERA DIVERS - Istruttori di Formentera con una lunga esperienza sull'isola, uniti per lavorare in nuove strutture progettate esclusivamente per le immersioni subacquee.

Tel 34 971 180561 - www.formenteradivers.com

VELLMARÍ. Immersioni e snorkeling, lavori professionali e di registrazione sott'acqua.

Zona: Punta prima, Punta Pedrera, Punta Rasa, La Mariana (Plataforma), Es Vedrà. Tel 34 971 32 21 05
- www.vellmari.com

ORCA SUB. Immersioni ed escursioni di snorkeling.

Zona: Punta Prima, Punta Pedrera, Punta Gavina, Punta Rasa, La Mariana, Migjorn (Insotel Hotel Group) Tel 34 971 32 84 43 - www.orcasub.com

CONTATTI (TURISMO ATTIVO E DI NATURA)

SPORTI ACQUATICI

CENTRO NÁUTICO FORMENTERA

Lezioni, noleggio ed escursioni in Kayak, noleggio ed escursioni in barca, Optimist, Windsurf, Láser, Catamarano. Noleggio barque. La Savina

Tlf: (+34) 611 494 530

www.centronauticoformentera.com

WET 4 FUN

Lezioni di vela, noleggio ed escursioni in Catamarano, Windsurf, Canoa.. Es Pujols. Tlf:

(+34)971 32 18 09 / (+34)609 76 60 84 |

office@wet4fun.com www.wet4fun.com





NAUTICA ED ESCURSIONI

NÁUTICA PINS. Servizio completo per imbarcazioni (acquisti, riparazioni e manutenzione). Noleggio imbarcazioni. Tlf: (+34)971 32 26 51

FORMENTERA A VELA

Noleggio barche a vela e scuola di vela
La Savina. Tlf: (+34) 687 292 959 / 692 686 578
www.formenteraavela.es

ISLA AZUL FORMENTERA

Noleggio di imbarcazioni. Tlf: (+34) 611 494 530
www.islazulformentera.com

SA BARCA. Escursioni nel tradizionale llaüt diurno e notturno. Noleggio barche con o senza skipper. Tlf: (+34) 634 577 932 | www.sabarcadeformentera.com

CRUCEROS FORMENTERA

Escursioni alla richiesta ed escursioni regolari a Illetes e per vedere il tramonto. La Savina. Tlf: (+34) 971 32 32 07 | (+34) 609 983 369.
www.crucerosformentera.com





MARINE

Il Porto di La Savina di Formentera dispone di due porti nautici, uno situato nel bacino di ponente e l'altro in quello di levante.

Le prenotazioni per l'ancoraggio nelle boe di ormeggio possono essere effettuate al seguente indirizzo: www.portsib.es

ALTRI

ES BOIXETS

Equitazione per adulti e bambini

(+34) 669 572 896

vicent_juan@hotmail.com

www.rutasesboixets.com

CLUB HÍPIC CAN SAVINES

Equitazione per adulti e bambini

(+34) 625988372

hipicaformentera@hotmail.com

DISFRUTA FORMENTERA

Turismo a piedi. Escursioni tutto l'anno.

Tel: (+34) 686 459 054

disfrutaformentera@gmail.com





ALTRI

CENTRO DI INTERPRETAZIONE "CAN MARROIG"

Sviluppa attività per aumentare la consapevolezza dei valori naturali e culturali del Parco Naturale delle Saline (flora, fauna, sale, patrimonio, etc.). Possibilità di organizzare visite guidate.

Tlf: (+34) 971 30 14 60 ext. 3

espaisdenatura@gmail.com

STRUTTURE SPORTIVE

CENTRO SPORTIVO "ANTONI BLANC"

Offre le seguenti attività: sala fitness, tonificazione, aerobica, step, addominali, allenamento, boxtube. Piscina coperta 25x12.5 metri.

Informazioni e riserve: +34.971.32.34.15
poliesportiu@conselldeformentera.cat

1 campo da calcio e calcetto, entrambi con spogliatoi

TENNIS E PADDLE

TENNIS CLUB DI ILLA DE FORMENTERA

Vendita Avinguda Porto s / n. (+34) 971323628
Sant Francesc 3 campi da tennis.





Consell Insular
de Formentera

www.formentera.es

formentera