

INFORMACIÓN TURÍSTICA

902 450 505

e-mail: info902@marmenor.net

www.marmenor.net

FOTOGRAFIA PURDADA, A.E.V.
© Mister 5 pin 2003

OFICINA DE INFORMACIÓN TURÍSTICA/TOURIST
INFORMATION OFFICE/TOURISMUSBÜRO

LA MANGA DEL MAR MENOR

Km 0

Tlf. : 968 146 136

Fax: 968 564 958

30380 LA MANGA DEL MAR MENOR

e-mail: lamanga@marmenor.net



AYUNTAMIENTO
DE CARTAGENA

Concejalía de Turismo



AYUNTAMIENTO
DE SAN JAVIER

Concejalía de Turismo



MANCOMUNIDAD
TURÍSTICA MAR MENOR
MURCIA - ESPAÑA

MURCIA
turística



Disfrutarás el doble.
You'll have twice as much fun.
Macht doppelten Spass.

lamanga



La Manga del Mar Menor

Existen algunos lugares a los que la Naturaleza les ha otorgado las condiciones para convertirlos en un paraíso; pero hay sólo unos pocos en el mundo donde este privilegio es doble por sus especiales características geográficas y medioambientales. La Manga del Mar Menor es uno de ellos. Conózcala, porque disfrutará el doble.

La Manga del Mar Menor es una franja de arenas blancas de 21 kms. de longitud y una anchura media de 300 m. Separa el Mar Mediterráneo del Mar Menor, laguna litoral de 170 km² de superficie y una profundidad máxima de 8 m., considerada la mayor piscina del mundo debido a sus aguas tranquilas y cálidas; éstas, ricas en sales y yodo, mantienen una temperatura nunca inferior a los 18°.



There are places where nature has provided conditions that have converted them into virtual paradises; there are few locations in the world where this privilege is doubled by geographic and environmental aspects, and La Manga is one of them. You should get to know it because the reward is also doubled.

La Manga del Mar Menor is a strip of land with white sand beaches, 21 km. in length and average width of 300 m. The strip separates the Mediterranean Sea from the Mar Menor (the Minor Sea), which is a lagoon that has a surface area of 170 km², and a maximum depth of 8 m., and is considered to be the World's largest swimming pool, due to its calm and warm waters which are rich in salts and iodine, and maintain a temperature that is never lower than 18 °.

Einige Gebiete sind von der Natur grosszünftig bedacht worden. Aber nur wenige von ihnen sind so reich mit geographischen und landschaftlichen Schätzen gesegnet wie La Manga del Mar Menor. Entdecken Sie dieses einzigartige Gebiet.

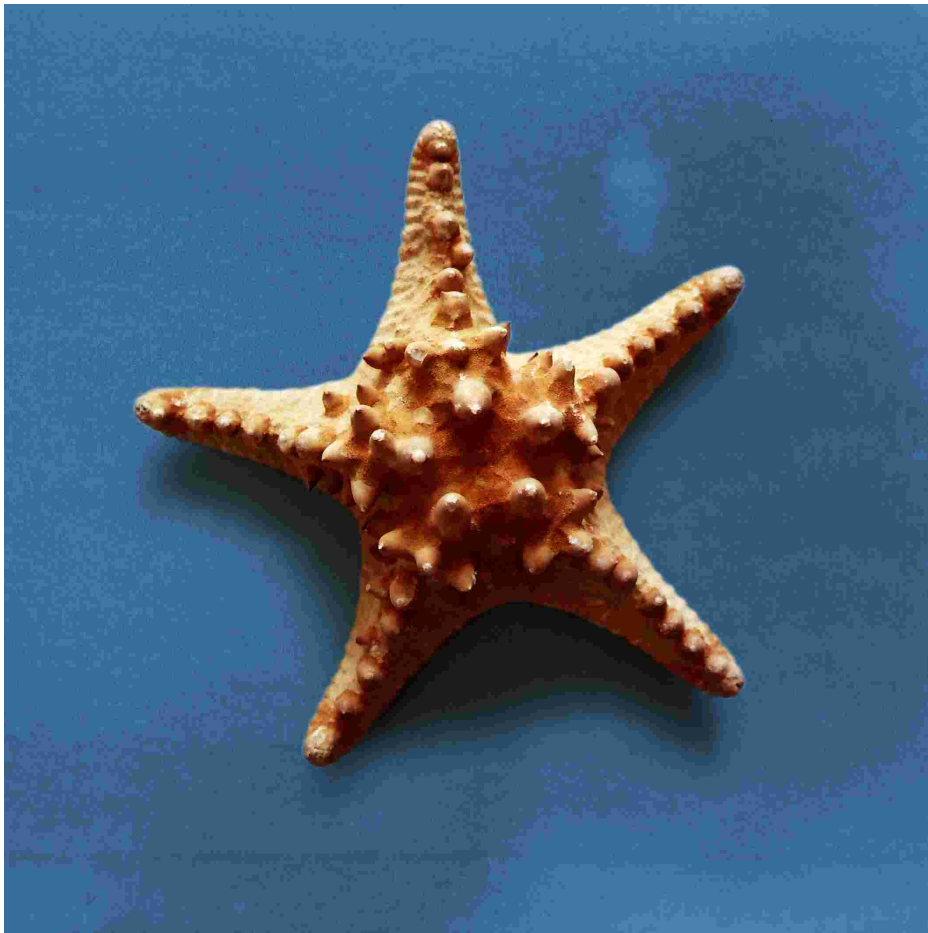
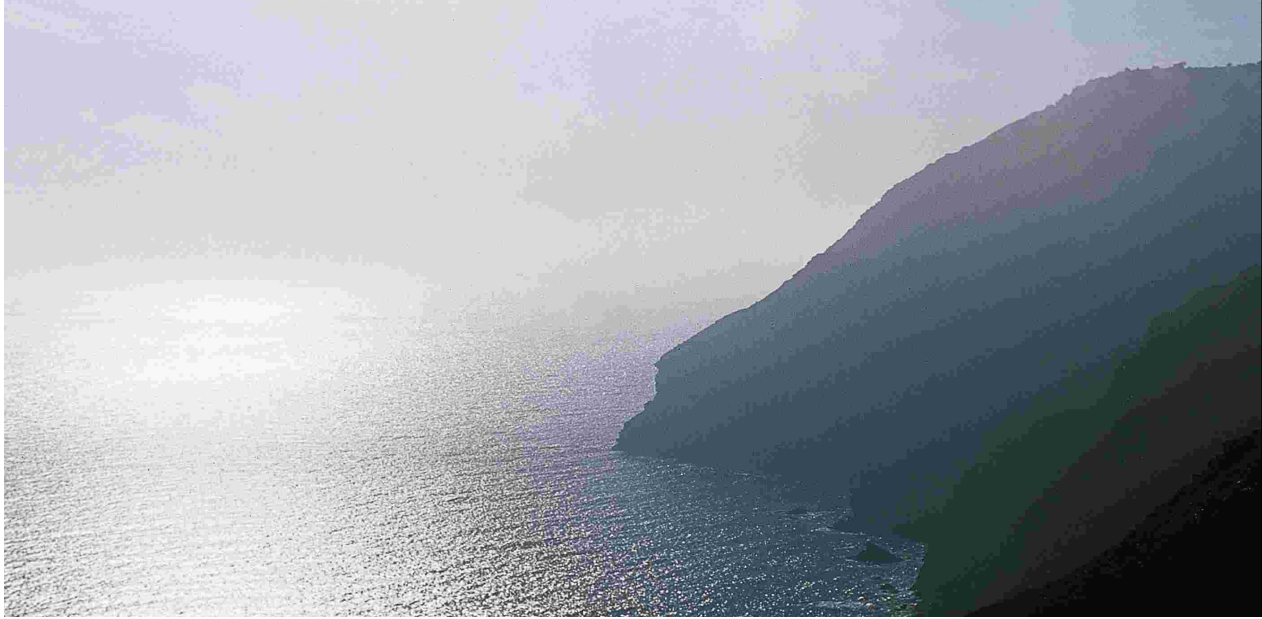
La Manga del Mar Menor, ein Küstenstreifen aus weissem Sand von 21 km. Länge und einer mittleren Breite von 300 m. ist eine Landzunge zwischen dem Mittelmeer und dem Mar Menor. Letzteres ist ein Binnenmeer von 170 km² mit einer Höchsttiefe von 8 m. Wegen seines ruhigen und warmen Wassers darf es als grösstes Schwimmbecken der Welt gelten; das Wasser ist reich an Jod und Salzen. Seine Temperatur fällt auch im Winter nie unter 18°.



Clima y Naturaleza

Este entorno natural, único en Europa, goza además de un clima excepcional durante todo el año, con más de 300 días de sol anuales y unas temperaturas medias de 17º en invierno y 26º en verano. Es por tanto una permanente primavera.

La naturaleza es aquí generosa con la vida: usted podrá contemplar flamencos y otras aves migratorias en el Parque Natural de Las Salinas, al norte de La Manga, y en la de Calblanque al sur. En la Reserva Marítima de Cabo de Palos-Islas Hormigas se encuentran los fondos más vírgenes del litoral Mediterráneo, un paraíso para los amantes del buceo.



Climate and Nature

This natural environment, unique in Europe, also enjoys an excellent climate through out the year, with more than 300 days of sunshine per annum and an average Winter temperature of 17° and Summer 26°. It is for this conditions that it always seems like Spring.

The nature here is abundant with life; you can observe flamingos and other migratory birds in the Las Salinas Nature Park, to the north of La Manga, and in Calblanque Nature Reserve to the south. In the Maritime reserve of Cabo de Palos-Islas Hormigas can be found the greenest sea beds of the Mediterranean coast line, a paradise for underwater enthusiasts.

Natur

Diese natürliche Umgebung ist in Europa einzigartig und besitzt mit 300 Sonnentagen aun einer mittleren Temperatur von 17° im Winter und 26° im Sommer ein aussergewöhnliches Klima während des ganzen Jahres. Ein Land des ewigen Frühlings.

Zur interessanten und reichhaltigen Fauna gehören das Flamingo und andere Zugvögel im Naturpark Las Salinas nördlich von La Manga und in Calblanque im Süden. Im Meeresreservat von Cabo de Palos – Islas Hormigas liegen die unberührtesten Meeresgründe der gesamten Mittelmeerküste, ein Taucherparadies.

Deportes Náuticos

Gracias a las particulares condiciones geográficas y climáticas de La Manga del Mar Menor, este enclave es probablemente el mejor lugar del mundo para la práctica de deportes náuticos.

Dos mares distintos, suaves brisas, días soleados todo el año y una importante infraestructura deportiva hacen de La Manga el paraíso de los deportes de vela; varios puertos deportivos, como el Puerto Tomás Maestre o el Puerto de Cabo de Palos, innumerables escuelas de vela y clubs de buceo para los amantes del submarinismo son algunas de las instalaciones que usted encontrará en La Manga.

Nautical Sports

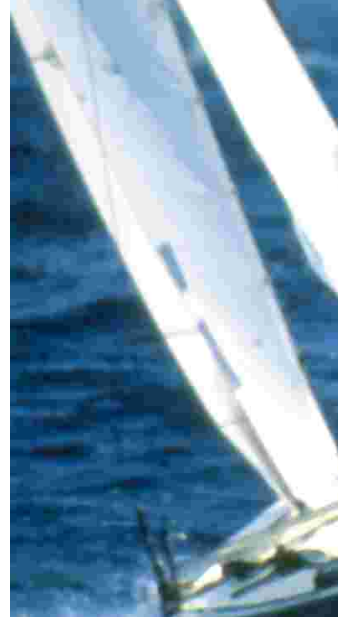
Thanks to the geographic conditions and the climate, La Manga del Mar Menor is probably the best place in the world for the practice of nautical sports.

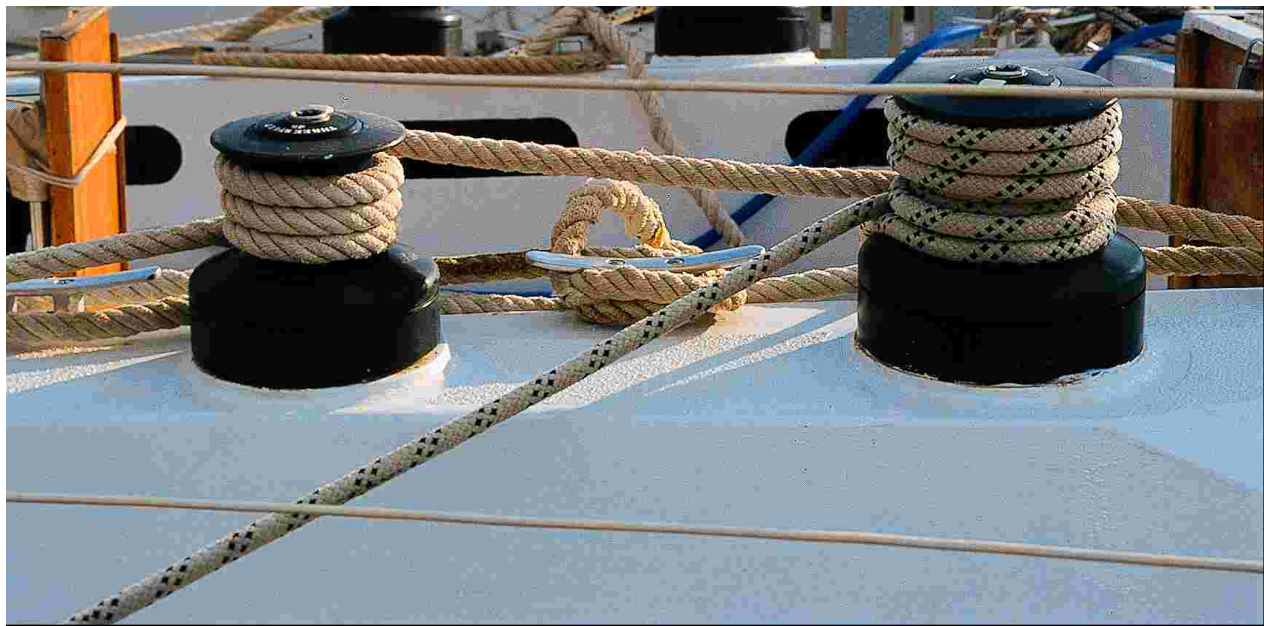
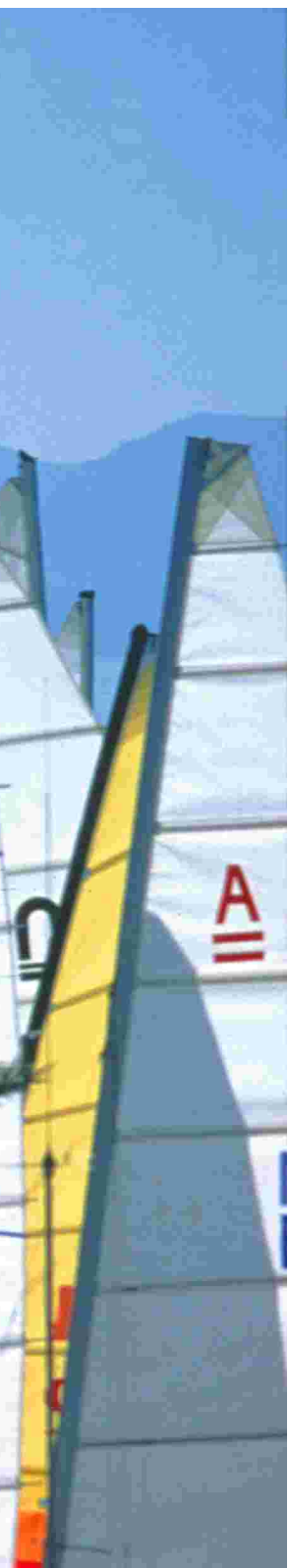
Two distinct seas, soft breezes, sunny days and a significant sporting infrastructures makes La Manga a sailors paradise; various sport ports, such as the Puerto Tomas Maestre or the Port of Cabo de Palos, numerous sailing schools, and diving clubs for the lovers of underwater activities are a few of the installations that you can find in La Manga.

Wasser Sport

Dank der besonderen geographischen und klimatischen Bedingungen von La Manga del Mar Menor ist dieses Gebiet vermutlich der beste Ort der Welt für die Ausübung der verschiedenen Wassersportarten.

Zwei verschiedene Meere, sanfte Brisen, Sonne das ganze Jahre hindurch und eine gute sportliche Infrastruktur machen La Manga zum Paradies für den Segelsport; in La Manga erwarten Sie mehrere Sporthäfen, wie Puerto Tomás Maestre oder Puerto de Cabo de Palos sowie zahlreiche Segelschulen und Tauchclubs für den Hobbytaucher.







Gastronomía

Un mundo de sabores se le ofrece al visitante de La Manga. Pescados y mariscos recién sacados del mar, sencillamente a la plancha o como ingredientes del famoso caldero, arroz típico de los pescadores.

Verduras y hortalizas del Campo de Cartagena que son expresión jugosa de sus tierras. Salazones como la hueva y la mojama de atún, que se elaboran siguiendo técnicas de la época romana. Pastel Cierva de San Javier, de sugerente sabor dulce-salado. Carnes de cordero y embutidos típicos. Todo ello conforma una gastronomía sana y natural que usted degustará con deleite.



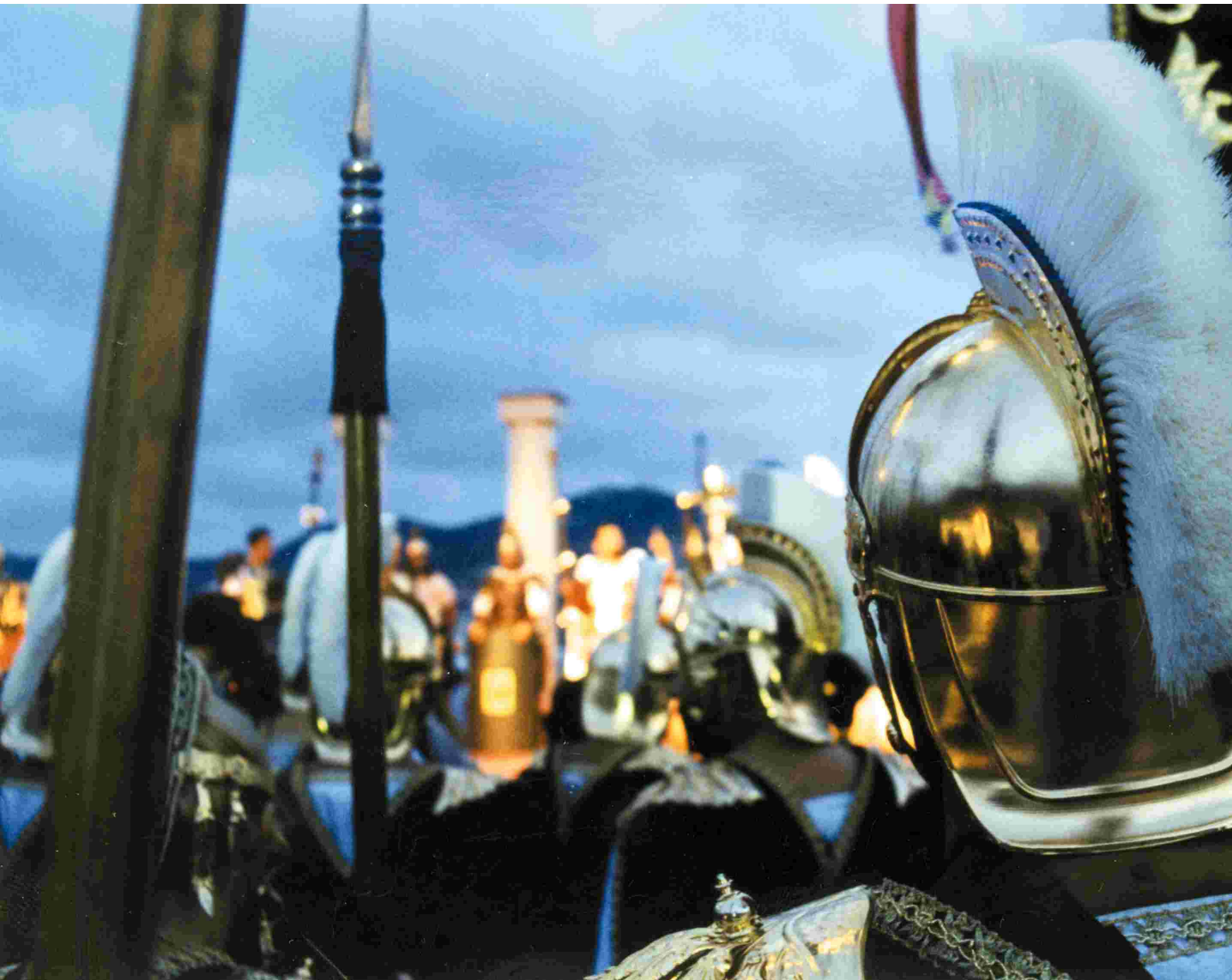
Gastronomy

A world of flavours is offered to the visitors of La Manga. Fish and shellfish recently taken from the sea, prepared on hotplates, or as ingredients in the locally famous Caldero, a typical rice dish of fishermen. Fresh fruit and vegetables from the fields of Cartagena are abundant and tasty compliments from the land. Salted fish products such as salted tuna and its roe, that are produced following techniques from the Roman era. Cierva pie of San Javier with its characteristic salt - sweet flavour. Lamb and typical cold meats. All of this forming with a natural and healthy gastronomy that you will enjoy and delight.

Gastronomie

Dem Besucher bietet sich ein vielfältiges gastronomisches Angebot. Frischer Fisch und Meeresfrüchte, gegrillt oder im berühmten Eintopf und Reis nach Fischermanns Art.

Für erstklassiges Obst und Gemüse sorgt das Campo de Cartagena. Die Zubereitung von Roggen und eingesalzenem, getrocknetem Thunfisch beruht auf Verfahren aus der Römerzeit. Eine salzigsüße Spezialität ist das Pastel Cierva de San Javier. Lammfleisch und einheimische Wurstwaren ergänzen das Angebot dieser gesunden und natürlichen einheimischen Küche.



Ocio

En La Manga usted podrá descansar o hacer deporte, pero también conocer historia, asistir a espectáculos teatrales o musicales y participar en las Fiestas Tradicionales de la zona.

La oferta cultural engloba acontecimientos como el "Festival Internacional de Teatro" y "Festival de Jazz" de San Javier o "La Mar de Músicas" en Cartagena y visitas a yacimientos arqueológicos como el Teatro Romano de Cartagena o recorridos por la sierra minera.

Pero si prefiere disfrutar haciendo algo de deporte, le proponemos una relajante jornada de golf en alguno de los cuatro campos de la zona, entre ellos, el exclusivo campo de La Manga Club en Los Belones, o bien un paseo a caballo o en bicicleta admirando la belleza del paisaje. También podrá realizar excursiones en barco a cualquiera de las islas del Mar Menor y de esta parte del litoral Mediterráneo.

Importantes fiestas populares, como las de "Carthagineses y Romanos" en Cartagena o los "Carnavales del Mar Menor", le permitirán conocer las tradiciones y costumbres de las gentes de esta tierra.

Al llegar la noche la diversión está garantizada: restaurantes, bares, discotecas y un casino de juego le ofrecen la posibilidad de prolongar una jornada llena de acontecimientos.

Leisure

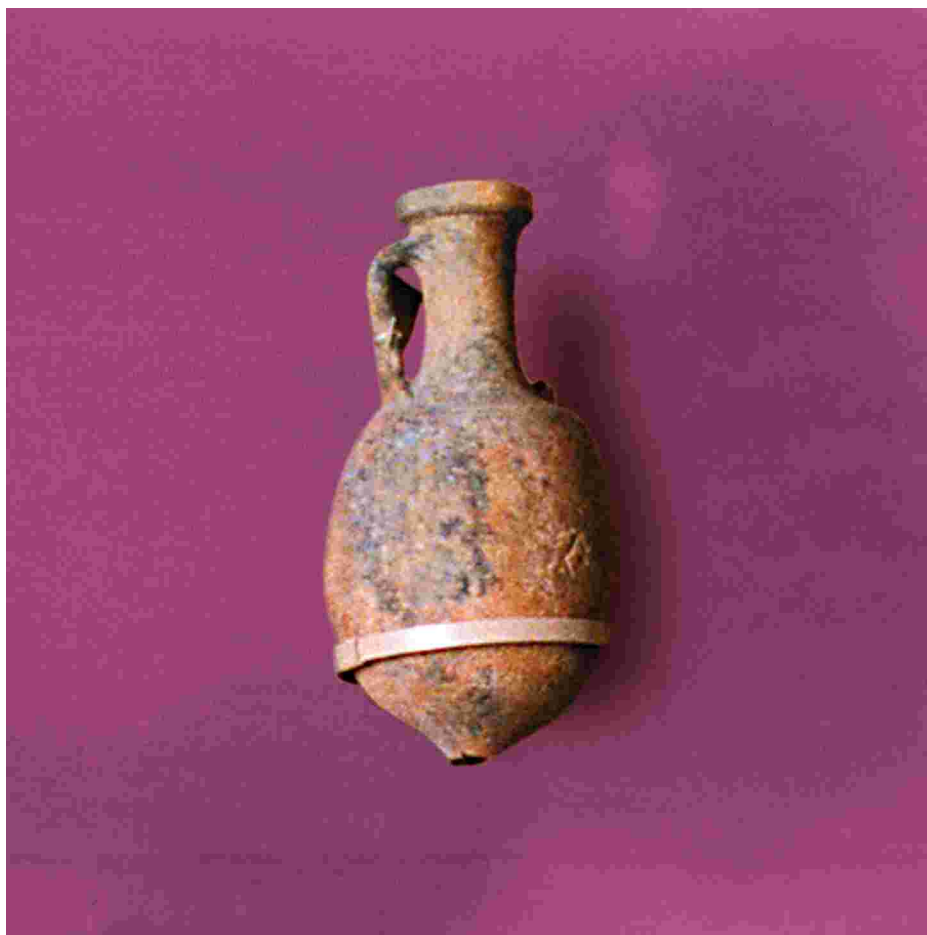
In La Manga you can rest, practice sport, and also get to know the local history, join in theatrical or musical productions or participate in the Traditional Fiestas of the area.

The cultural offering includes the "Festival Internacional de Teatro, Música y Danza de San Javier", "La Mar de Músicas" in Cartagena, visits to archaeological remains such as the Roman theatre in Cartagena or tours through the Sierra Minera.

But should you prefer to enjoy something more sporty, we offer a relaxing day of golf on one of the four courses in the area, among them the exclusive camp of La Manga Club in Los Belones, or a trip on horse back or bicycle through the beautiful countryside. You can also make boat trips to Mar Menor's islands and along the nearby Mediterranean coastline.

Important traditional celebrations, such as the "Carthaginians and Romans" in Cartagena, allow you to get to know the people and the customs of this land.

With nightfall fun is guaranteed: restaurants, bars, discotheques and a casino offers the prospect of prolonging a day full of varied experiences.



Freizeit

In La Manga Können Sie sich ausruhen, Sport treiben oder die Geschichte entdecken, Theateraufführungen und Musicals besuchen und an den Volksfesten der Gegend teilnehmen.

Das kulturelle Angebot umfasst Veranstaltungen wie das "Festival Internacional de Teatro, Música y Danza de San Javier" oder "La Mar de Músicas" in Cartagena, archäologische Stätten wie das Römische Theater von Cartagena und Streifz,ge durch die Sierra Minera.

Sportbegeisterte haben die Wahl zwischen einer entspannenden Partie Golf auf einem der vier Plätze der Umgebung. Zu ihnen gehört der exclusive Golfplatz La Manga Club in Los Belones. Die Schönheiten der Landschaft Können auch hoch zu Pferd oder auf dem Rad entdeckt werden. Weiter besteht die Möglichkeit zu Ausflügen auf dem Schiff zu einer der Inseln im Mar Menor und der Mittelmeerküste.

Bedeutende Volksfeste, wie "Carthagineses y Romanos" in Cartagena bringen ihnen die Traditionens und Sitten der Einheimischen näher.

Auch an Abendunterhaltung fehlt es nicht. Restaurants, Bars, Discos und ein Spielkasino sorgen auf Ihrem Urlaub für Spass und Unterhaltung.

Alojamientos

La Manga cuenta con una gran infraestructura alojativa, con hoteles, apartahoteles y apartamentos, para que usted elija la mejor solución a sus necesidades.

Si prefiere el contacto más directo con la naturaleza, la oferta de campings le proporcionará instalaciones con todos los servicios para que usted se sienta como en su casa. Para los más jóvenes, las Residencias Juveniles Deportivas les permitirán gozar de unas vacaciones practicando sus deportes favoritos.

Accommodation

La Manga has an excellent infrastructure of hotels, aparthotels and apartments that allow you to select the best solution for your needs. If you prefer to be in closer contact with nature, there are camping sites with all of the necessary services for you to feel at home. For the younger generations there are Youth Sports Residences that permit the practice of their favourite sports.

Unterkunft

La Manga besitzt eine ausgezeichnete Infrastruktur an Hotels, Aparthotels und Ferienwohnungen, die jedem Anspruch genügt. Falls Sie den direkten Kontakt mit der Natur vorziehen, bieten Ihnen die Campingplätze ein vollständiges Dienstleistungsangebot, damit Sie auch hier zu Hause sind. Die Jugend kann in den Ferien- und Sportheimen ihrem Lieblingssport nachgehen.

Lodos y aguas que curan

El Mar Menor es una laguna hipersalina. Las características de sus aguas están condicionadas por la insolación, los vientos y, sobre todo, la comunicación con el Mediterráneo a través de las encañizadas. Las concentraciones iónicas medidas para algunos elementos, como magnesio, calcio, sodio, bromo, yodo y flúor, son muy superiores a las del Mediterráneo. Está demostrado que los tratamientos termales con este tipo de aguas salinas producen un efecto osmótico en los tejidos intersticiales del cuerpo humano y una consiguiente activación de todo el sistema sanguíneo. Como resultado se produce una eliminación de partículas tóxicas y una relajación muscular muy indicadas para casos de artritis, reumas, tendinitis, estados nerviosos y todo tipo de patologías relacionadas con las articulaciones.

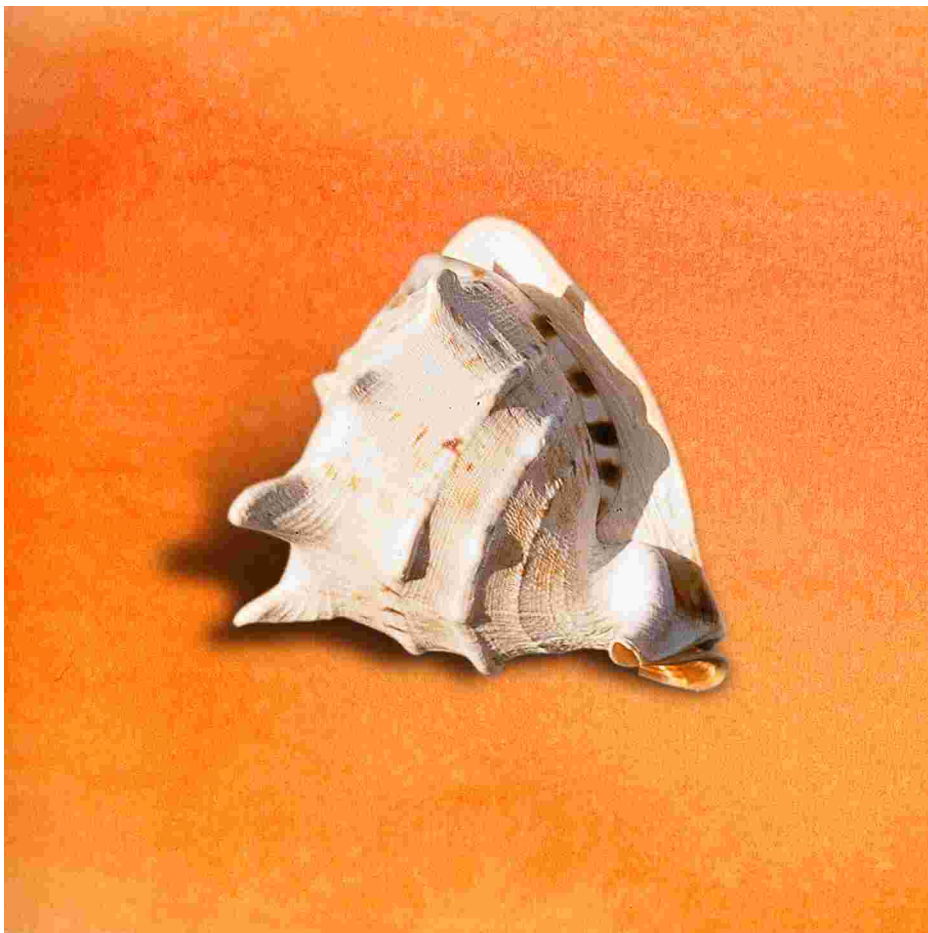
Muds and curative waters

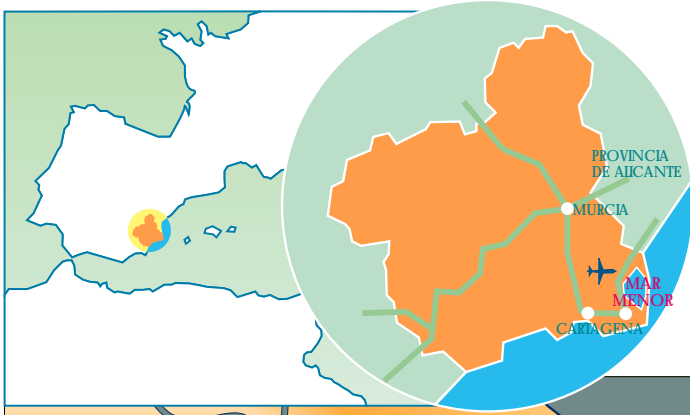
The Mar Menor is a lake with a very high level of salt. The characteristics of the water is conditioned by the extreme heat, the wind and above all its connection to the Mediterranean through the fishing canals. The ionic concentrations of magnesium, calcium, sodium, iodine and fluoride are much higher than the amounts found in the Mediterranean. It has been proved that thermal treatments with this type of salt water has an osmotic effect on the interstitial tissue of the human body and increases the activity of the blood circulation. As a result toxins are eliminated and the bodies muscles relax, very good for sufferers of arthritis, rheumatism, tendonitis, nervous diseases and all types of pathologies related to the articulations.

Schlamm und heilendes wasser

Das Mar Menor ist eine sehr salzhaltige Lagune. Die Eigenschaften seines Wassers sind bestimmt durch die Sonneneinstrahlung, die Winde und vor allem die Verbindung zum Mittelmeer durch die Kanäle. Die mittlere ionische Konzentration einiger Elemente, wie das Magnesium, Calcium, Natrium, Brom, Jod und Fluor liegen sehr viel höher als im Mittelmeer. Dieses zeigt, dass die Thermal-Behandlungen mit dieser Art Salzwasser einen osmotischen Effekt auf das Zwischenraumgewebe des menschlichen Körpers ausüben und eine Aktivierung des ganzen Butsystems erreichen. Als Resultat erreicht man eine Eliminierung toxischer Partikel und eine Entspannung der Muskulatur, sehr zweckmässig in Fällen von Arthritis, Rheuma, Bänderdehnung, Nervositätsstadien und jeder Art von.

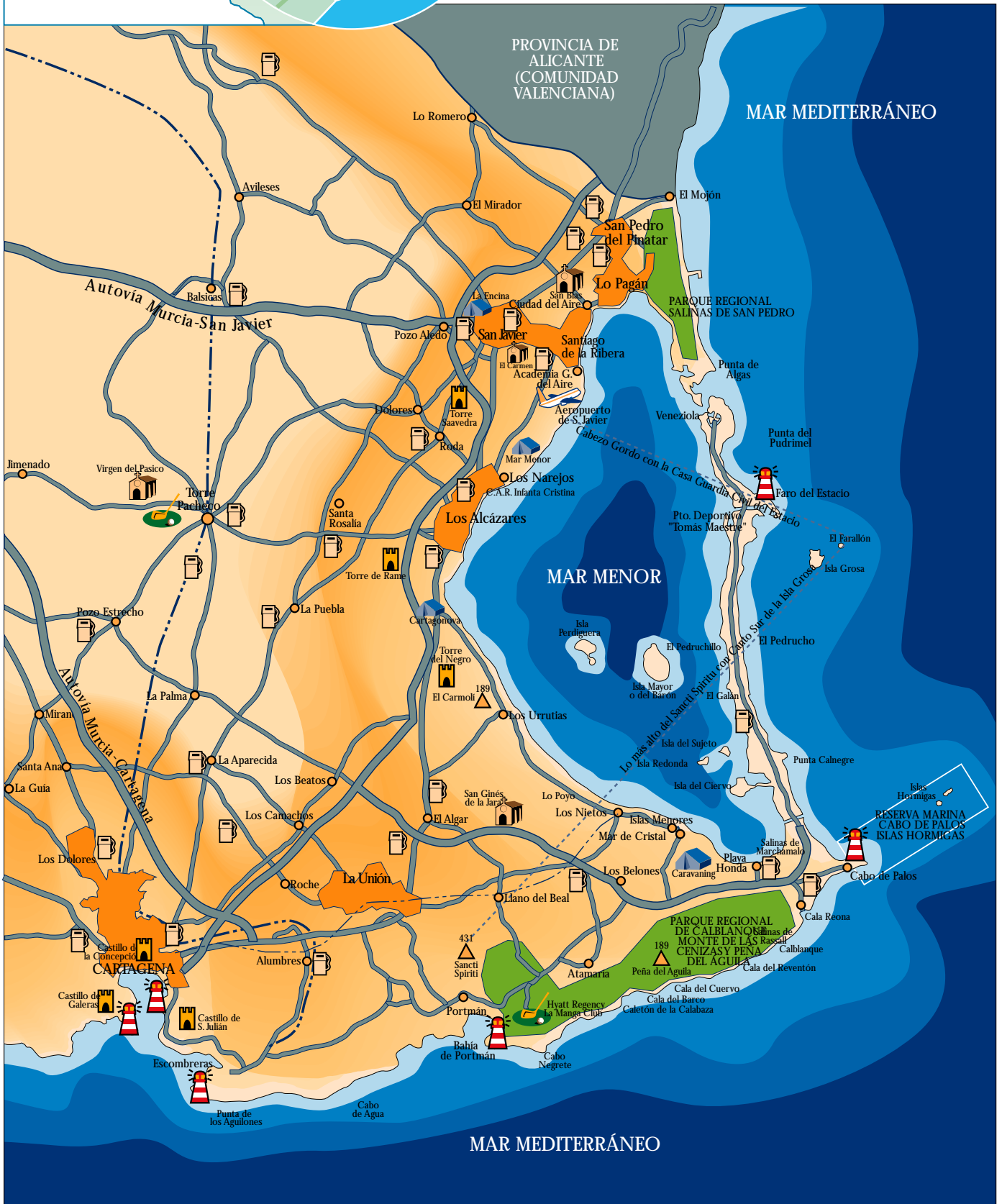






Mapa de Situación

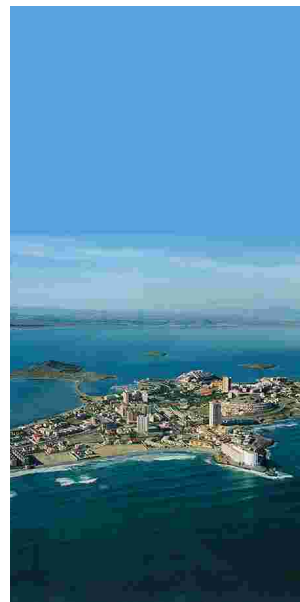
ESPAÑA / REGIÓN DE MURCIA / MAR MENOR





TEMPERATURAS		
	TEMPERATURA AMBIENTE	TEMPERATURA DEL AGUA DEL MAR
ENERO	16º	18º
FEBRERO	16º	18º
MARZO	18º	20º
ABRIL	20º	22º
MAYO	24º	23º
JUNIO	26º	24º
JULIO	28º	25º
AGOSTO	30º	28º
SEPTIEMBRE	30º	26º
OCTUBRE	25º	24º
NOVIEMBRE	18º	21º
DICIEMBRE	16º	18º
MEDIDA EN ºC	5 10 15 20 25 30	5 10 15 20 25 30

DISTANCIAS KILOMÉTRICAS	
Madrid	470 km
Barcelona	650 km
Alicante	110 km
Murcia	75 km
Cartagena	30 km
San Javier	40 km



Accesos

La Manga está perfectamente comunicada por todos los medios de transporte. Dos aeropuertos, el de San Javier y el de El Altet, con vuelos regulares a toda Europa. Autovías a Madrid, Andalucía y Barcelona para que su viaje resulte cómodo y rápido. Estación de tren en Cartagena y Balsicas-Mar Menor y líneas regulares de autobuses le permitirán llegar a su destino de forma muy sencilla y sin complicaciones.

Access

La Manga is perfectly connected by all means of transport. Two airports, Murcia's San Javier and El Altet in Alicante, both having schedule flights to all parts of Europe. Motorways to Madrid, Andalucía, Barcelona and through France to other countries, enabling your trip to be comfortable and quick. The train station in Cartagena and Balsicas-Mar Menor, and regular bus services also contribute to your reaching your destination in the most simple and uncomplicated manner.

Verkehrsanbindung

La Manga wird von allen Verkehrsmitteln bestens erschlossen. Zwei Flughäfen, San Javier und El Altet sorgen für regelmässige Flugverbindungen nach ganz Europa. Schnellstrassen nach Madrid, Andalusien und Barcelona garantieren eine bequeme und rasche Anfahrt. Auch über Züge nach Cartagena und Balsicas-Mar Menor sowie regelmässige Autobusverbindungen erreichen Sie ihr Ziel schnell und zuverlässig.