



Tarragona és una ciutat de gran personalitat, una ciutat amb una pura essència mediterrània, amb un passat romà bimil·lenari reconegut per la UNESCO com a Patrimoni Mundial de la Humanitat. Tarragona és història viva, gastronomia, natura i cultura de mar. Una ciutat en moviment els 365 dies de l'any, amb múltiples activitats capaces de despertar emocions en una destinació que et convida a conèixer-la i descobrir-la de forma pausada, sense presses, assaborint cada racó. L'Amfiteatre romà, les platges de sorra fina, la seva llum càlida, el barri mariner, els espais verds per a desconnectar...

**Tot això i més t'espera a Tarragona, una destinació excepcional.**



## Una ciutat ben comunicada

Tarragona, una de les quatre capitals de província de Catalunya, gaudeix d'una privilegiada situació geogràfica que li permet estar connectada per terra, mar i aire amb la resta d'Espanya, Europa i nord d'Àfrica.

L'**Estació d'Alta Velocitat de Camp de Tarragona**, a només 10 minuts del centre, és una important millora en la connexió exterior de Tarragona i el seu enllaç amb les línies d'altas prestacions, apropant-la amb rapidesa a Barcelona, Lleida, Saragossa, Madrid (a només dues hores i mitja), Còrdova o Sevilla.

**Com arribar** a Tarragona.

## Per què som Patrimoni Mundial?

Més de dos mil anys d'història separen la Tàrraco romana de l'actual Tarragona. Les mil·lenàries pedres que va erigir l'Imperi romà són **Patrimoni Mundial de la Humanitat**, declarat per la UNESCO el 30 de novembre de 2000.

Per tal d'endinsar-nos en aquest apassionant **viatge de retorn al passat**, el primer pas és descobrir com era Tàrraco en la seva època de major esplendor, el segle II. I això és possible gràcies al *mapping* i la **maqueta** a escala 1:500 ubicada a la Volta del Pallol (plaça del Pallol). Molt a prop d'allà, sortint pel portal del Roser, arrenca un Passeig Arqueològic per les **Muralles** que protegien el perímetre urbà. Dels seus 3,5 km se'n conserven en bon estat 1,1 km, el 30%. També segueixen dempeus tres torres, destacant la de l'Arquebisbe i la de Minerva, amb la inscripció llatina més antiga de la península.

El **Temple**, recinte de culte, estava ubicat en l'actual Pla de la Seu, i en el claustre de la Catedral es conserven vestigis d'un pòrtic. Un passeig pels carrers de la Part Alta (centre històric) permet contemplar parts del **Fòrum Provincial**, com les de la plaça del Pallol, plaça del Rei i plaça del Fòrum.

Una altra parada obligada és el **Museu Nacional Arqueològic**, que des del segle XIX alberga, entre d'altres, valuoses restes romanes, com ara fragments arquitectònics, escultures, mosaics, ceràmiques, i fins i tot un llenç de muralla. Actualment està en obres i es pot visitar la seva col·lecció en el Tinglado 4 del Moll de Costa, a prop del port.

El **Circ**, amb capacitat per a 25.000 espectadors, era l'escenari on es disputaven les famoses curses de carros, entre elles les de quadrigues, tan recreades pel cinema. La monumental façana, les grades i, sobretot, les voltes, submergeixen el visitant en un autèntic i apassionant túnel del temps.

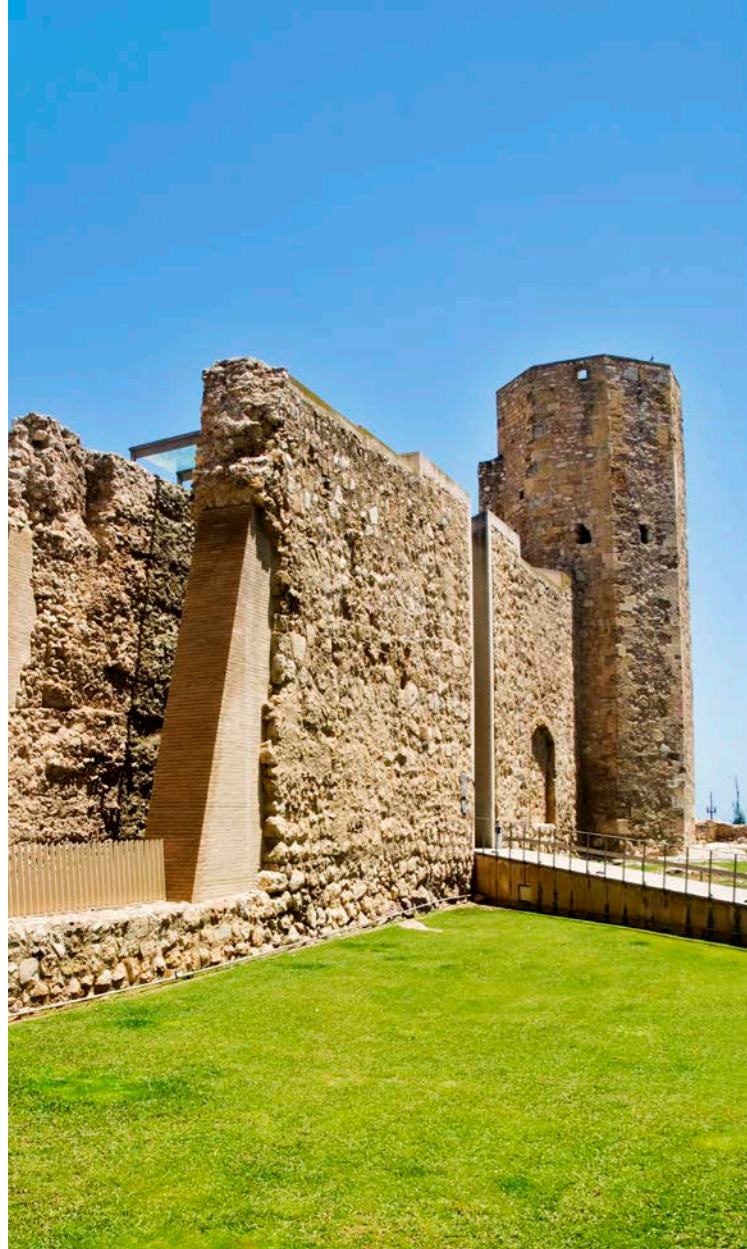
Però sense cap dubte, el gran símbol de la Tàrraco romana és l'**Amfiteatre**, on uns 14.000 espectadors assistien als combats de gladiadors, lluites amb feres i execucions públiques. Asseure's en les seves erosionades graderies tallades en la roca, amb la brisa del Mediterrani sempre present, és impregnar-se de la més pura essència d'una cultura mil·lenària.



Completa el recorregut urbà arqueològic el **Teatre** i el **Fòrum local**, epicentre de la vida ciutadana, del qual es conserven vestigis de la basílica i de les columnes, així com algunes ruïnes dels seus antics carrers. Gairebé a les afores, es troben el **Museu i Necròpolis Paleocristiana** i el **Conjunt Paleocristià del Francolí**.

Per últim, el majestuós **Aqüeducte de les Ferreres**, conegut com a "Pont del Diable", a 4 km de la ciutat, il·lustra l'enginyeria romana per a traslladar a la ciutat l'aigua del riu Francolí.

Per a més informació, consulteu **Museus, monuments i la ruta romana**.



## La Tarragona medieval i la modernista

La ciutat fou un important enclavament eclesiàstic en l'època medieval, de l'art religiós i senyorial de la qual han perdurat magnífiques mostres. A partir de l'any 1171 es comencen a erigir les esglésies de **Santa Maria del Miracle**, **Sant Pau** o **Santa Tecla la Vella**; també es construeix l'hospital d'assistència als menesterosos, l'actual **Torre del Pretori** i la **Catedral de Tarragona**, les obres de la qual no es van arribar a finalitzar per manca de fons, però que va ser consagrada l'any 1331 i la seva visita és obligada. La seva magnitud i la riquesa interior la converteixen en un monument únic en el seu gènere en tota Catalunya. La seu es va iniciar amb una planificació romànica i va concloure amb la façana principal d'estil gòtic. El campanar, des d'on albirem la millor vista a 360 graus de la ciutat, combina el romànic en la seva base amb el gòtic en la resta del cos. El claustre és de planta rectangular. El seu conjunt escultural és un dels més remarcables de l'art romànic a Catalunya. Així mateix, és molt aconsellable visitar el **Museu Diocesà** i la seva important col·lecció de tapissos.



En el **Pla de la Seu**, un dels espais que millor reflecteix l'ambient medieval, val la pena detenir-se a les voltes del **carrer Merceria**, que antigament havia acollit un mercat de verdures i, en l'actualitat, se celebra els diumenges un mercat ambulant d'antiguitats. També passejar pel carrer Major, on està situat l'**Antic Ajuntament**, actual seu de **Tarragona Turisme**.

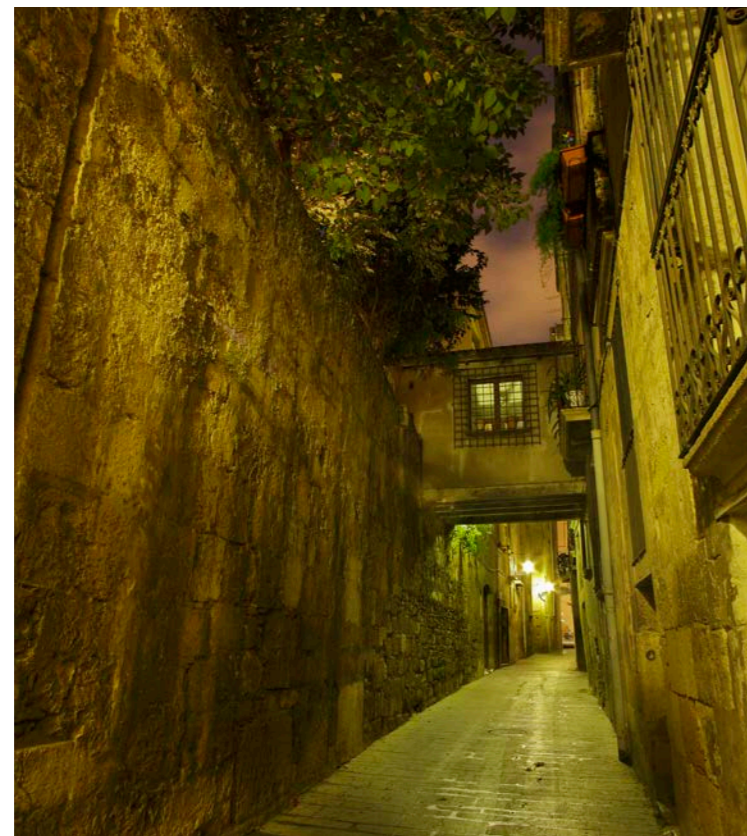
En el recorregut modernista de Tarragona és imprescindible visitar el **Teatre Metropol**, una veritable joia arquitectònica. Construït en 1908, és obra de l'arquitecte tarragoní Josep M. Jujol (1879-1949), deixeble directe d'Antoni Gaudí. Gaudí va deixar com a testimoni una meravellosa peça a la ciutat: part de l'altar del **Santuari de Nostra Senyora del Sagrat Cor**. També l'arquitecte Domènech i Muntaner va deixar constància de la seva obra amb el **mausoleu de Jaume I**. En el seu recorregut per la ciutat, el visitant descobrirà singulars edificis modernistes, sobretot en la Rambla Nova.

Per a més informació de la ruta medieval, visiteu: [tarragonaturisme.cat/ca/rutes/ruta-medieval](https://tarragonaturisme.cat/ca/rutes/ruta-medieval)  
Per a més informació de la ruta modernista, visiteu: [tarragonaturisme.cat/ca/rutes/ruta-modernista](https://tarragonaturisme.cat/ca/rutes/ruta-modernista)

# Tarragona avui

## La Part Alta

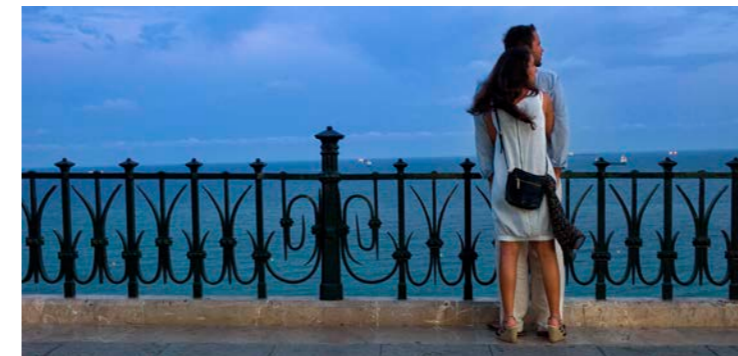
Així és com es coneix el centre històric de Tarragona, des del qual es poden admirar els vestigis millor conservats de les muralles romanes. La Catedral, el carrer Major o la plaça de la Font, seu de l'Ajuntament, són punts de referència d'un fascinant laberint de carrers que atrapen el visitant amb la màgia d'un passat que cobra permanent vida en el present. Com l'animada plaça del Fòrum, que tan acull un mercat, els dissabtes, com es converteix en punt de trobada dominical per a gaudir del tradicional vermut. Comerços singulars i restaurants completen l'oferta de la zona.



## La Rambla i la part moderna

El cor de la Tarragona moderna palpita en l'amplíssima plaça Imperial Tàrraco, porta de benvinguda al visitant que arriba per carretera. La Rambla Nova és la més majestuosa passarel·la cap al mar, al qual s'arriba després d'admirar el monument als Castells, envoltar la font del Centenari i observar el monument als Herois de 1811, defensors de la ciutat enfront del setge francès en la guerra de la Independència.

La Rambla Nova és l'avantsala al **Balcó del Mediterrani**, des d'on admirar el *Mare Nostrum* i *tocar ferro* (expressió que significa anar fins al Balcó) abans de creuar el passeig de les Palmeres i iniciar la pujada a la Part Alta (centre històric).



Formen part d'aquesta zona més moderna la **Tarraco Arena**, antiga plaça de braus del segle XIX que avui dia acull grans esdeveniments culturals, esportius i tradicionals; el

**Mercat Central**, epicentre de productes frescos i de temporada, o el **Parc de Rafael Puig i Valls**, un dels pulmons verds de la ciutat, a més del **Camp de Mart**, seu de l'Auditori.

## El Serrallo

El barri del **Serrallo**, distingit per l'Agència Catalana de Turisme com a barri mariner i situat en l'extrem meridional del port i al costat de la desembocadura del riu Francolí, es va gestar a mitjans del segle XIX i abriga el moll pesquer, amb les seves vetustes barques. El seu conjunt de cases de façanes acolorides i baixa altura, a l'abric d'altres palmeres, li confereixen un aire molt pintoresc i fotogènic. El conjunt el complementen les animades terrasses dels seus restaurants, on es pot degustar el millor peix i marisc i la cuina típica de Tarragona amb el seu plat insígnia, el romesco.

La Llotja, on cada dia se subhasta el peix, l'antic edifici del Pòsit de Pescadors, rehabilitat per a activitats culturals i la singular església de Sant Pere, del segle XIX i dedicada al patró dels pescadors, són alguns dels seus atractius, juntament amb la important oferta gastronòmica.





## Patrimoni natural: platges i altres espais naturals

Quinze quilòmetres de costa, deu platges i cales, amb quatre banderes blaves completen l'**oferta de platges de Tarragona**.

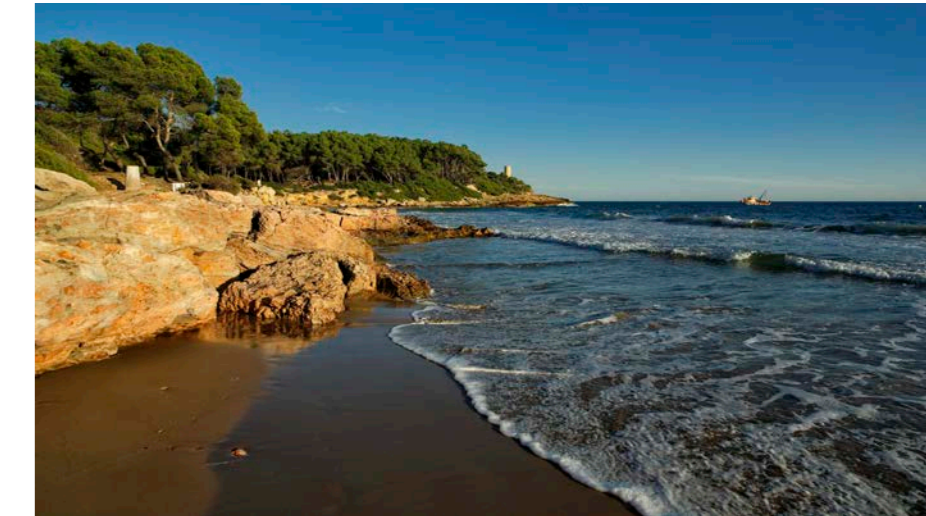
Sense sortir de l'entorn urbà, el visitant pot gaudir de dos notables arenals amb mig quilòmetre de fina sorra i de gran amplitud: **la platja del Miracle** —enfrent de l'Amfiteatre— i la **platja de l'Arrabassada**, amb bandera blava.

Seguint rumb nord trobem dues platges més petites: **La Savinosa**, de 350 metres i bandera blava, i la **dels Capellans**, de tot just 60 metres. Ambdues són l'avantsala del gran arenal tarragoní, la **Platja Llarga**, amb els seus tres quilòmetres de gairebé infinita sorra



## Una ruta d'emocions pels museus de Tarragona

Els museus de Tarragona condensen tota la cultura i la història d'una ciutat. Tarragona ofereix una **ruta cultural pels museus tarragonins**, espais d'intercanvi cultural, d'aprenentatge i de gaudi emocional. En ells podràs descobrir la història de Tàrraco, les col·leccions d'art religiós d'època medieval i moderna, cases senyorials, un tapís de Joan Miró, el passat del port de Tarragona, el bestiar tradicional o els objectes històrics del club esportiu de la ciutat.



Qui busqui una mica més d'intimitat pot optar per tres coquetes cales: **la platja de l'Arboçar**, la **platja de Becs** i la **Cala Jovera**, abrigades per verdes arbredes. Aquesta darrera separa les dues últimes platges tarragonines, ambdues amb bandera blava: **la Móra** i **Tamarit**, que pren el nom d'un llogaret medieval que té un **castell del segle XI**, amb elements romànics i gòtics, que s'erigeix sobre un promontori creant una meravellosa «imatge postal».

L'entorn natural que envolta la ciutat és ideal per a la pràctica del senderisme gràcies als 75 quilòmetres de rutes senyalitzades denominades **Camins de Tarragona**. Es tracta d'una xarxa viària que mostra com es connectaven els camps i pobles dels seus voltants; antics camins de carro, de ferradura i sendes que ens transporten als orígens del municipi. El més complet és l'**Anella Verda**, que uneix les desembocadures dels rius Francolí i Gaià al llarg de 34 quilòmetres i que es poden recórrer a trams, tant a peu com en bicicleta.



## Gastronomia: més enllà del romesco

Sense oblidar l'horta, la **gastronomia tarragonina** té gust inequívocament de mar i està basada en la dieta mediterrània, el segon dels seus patrimonis de la Humanitat i reconeguda per la UNESCO en 2013. És per això que el seu plat, **el romesco**, està elaborat amb ingredients d'aquesta dieta: oli d'oliva, tomàquets rostits, ametlles i avellanes torrades, entre d'altres. Amb tot això s'elabora una salsa freda que acompanya peixos, verdures o carn, però també dona nom a un guisat: la cassola de romesco.



El mar aporta a la cuina tot tipus de marisc, la **Gamba Vermella de Tarragona** i el **Peix Blau de Tarragona** reconegut amb la marca Q de qualitat alimentaria, que es pot degustar en tota la seva essència en el barri mariner del Serrallo. També tenen un notable protagonisme en la seva gastronomia els arrossos en les seves diferents variants, i els saborosos fideus rossejats. De l'horta prové també una ceba blanca, tendra i allargada típica d'aquestes terres, el calçot, que de gener a abril dona origen a les tradicionals **calçotades**, en les quals aquesta hortalissa rostida —amanida amb una variant de la salsa romesco— s'acompanya amb una graellada de carn.

Finalment, per maridar totes aquestes delícies gastronòmiques, i fent honor a les seves arrels romanes, res millor que els excel·lents **vins de la DO Tarragona**, entre els quals s'inclouen misteles i rancis, ideals per a acompanyar postres.

Diferents esdeveniments contribueixen a posar en valor la gastronomia tarragonina, com ara **Tàrraco a Taula** (maig), dins del Festival Tàrraco Viva, amb plats inspirats en receptes romanes; la **Fira del Vi DO Tarragona** (juny), o la **Festa del Vi Nou, l'Embutada**, i les **Jornades Gastronòmiques del Romesco** a la tardor.

## Festes, festivals i castells: passió per la tradició i la història viva

A Tarragona la història transcendeix a les pedres, s'escapa dels llibres i cobra autèntica vida. La ciutat s'ha anat especialitzant en activitats de reconstrucció històrica. Arqueòlegs, historiadors, guionistes, narradors i figurants treballen intensament per tal de divulgar i compartir la història de la ciutat i de la nostra civilització clàssica en esdeveniments com el festival Tàrraco Viva o les jornades dedicades a la guerra napoleònica.

### Tàrraco Viva, el festival romà de Tarragona

Tarragona, fidel al seu lema de 'la ciutat que millor sap contar la seva història', ho posa de manifest en dos esdeveniments de recreació històrica. El més important és **Tàrraco Viva**, que durant la segona quinzena de maig proposa un fascinant viatge en el temps de 19 segles, tot convertint els principals monuments i espais de la Part Alta (centre històric) en escenari on es mostra com era la vida militar i quotidiana en la Tàrraco romana.

### Jornades de divulgació històrica Tarragona 1800

Aquestes **jornades de recreació** se celebren a la tardor i tenen com a finalitat difondre en clau didàctica i cultural la història i els costums de la **Tarragona** contemporània, a cavall entre els segles XVIII i XIX, i aprofundir en el període napoleònic, en la Guerra del Francès i en el Setge de Tarragona de 1811.



## Tarragona, Ciutat de Castells

L'últim dels tres patrimonis de la Humanitat declarat en 2010 per la UNESCO, els castells, és un altre dels senyals d'identitat de Tarragona. La ciutat acull **quatre colles**: **Xiquets de Tarragona**, **Colla Jove Xiquets de Tarragona**, **Xiquets del Serrallo** i **Colla Castellerà Sant Pere** i **Sant Pau**. Aquestes torres humanes, exemplificació visual que la unitat fa la força —*fem pinya!*— per arribar al capdamunt, són un autèntic espectacle que sorprèn el visitant.

De juny a setembre, Tarragona acull diverses diades castelleres; i amb caràcter biennal –els anys parells–, la **Tarraco Arena** és seu, a l'octubre, del major espectacle del món casteller: el **Concurs de Castells**, en el qual competeixen les principals colles de tot Catalunya.

També amb l'objectiu de donar a conèixer els castells al turisme que arriba a la ciutat, a l'estiu té lloc la **Tarragona Ciutat de Castells**, amb exhibicions davant la Catedral.



## Tarragona es mou els 365 dies de l'any

Tarragona ofereix al visitant un **amplíssim ventall de festes** i celebracions, i el **calendari d'activitats culturals** no para mai. **La Cavalcada de Reis**, al gener; **el Carnestoltes**, al febrer-març; **Els Tres Tombs**, homenatge al món agrari; la **Setmana Santa** més important i multitudinària de Catalunya, amb la Processó del Sant Enterrament del Divendres Sant; **Tàrraco Viva**, al maig; el **Concurs Internacional de Focs Artificials**, al juliol; la **Festa Patronal de Sant Magí**, a l'agost; la gran **Festa Patronal de Santa Tecla** i el **Festival Internacional de Teatre**, al setembre; el **Festival Internacional de Fotografia SCAN**, que se celebra entre octubre i desembre; el cultural **Terrorífic**, al novembre; el **Festival Internacional de Cinema REC** o les múltiples activitats que s'organitzen durant el Nadal.





Tarragona és, en fi, una ciutat oberta que espera el visitant, i sobre la qual el romà Luci Anneu Florus va escriure:

**“De totes les ciutats que un pot triar per a descansar, aquesta és la més agradable. Té bona gent, que no t’acull de seguida, però que és molt hospitalària. El clima barreja i confon de manera única totes les estacions i l’any sencer sembla una constant primavera”.**

**Tarragona Turisme**  
Carrer Major, 39  
43003 Tarragona

**tarragonaturisme.cat**  
Tel.: 977 250 795  
turisme@tarragona.cat

Edició: Patronat Municipal de Turisme de Tarragona

Disseny: Feeling Comunicació

Fotos: Manel Antolí, Pep Escoda, Rafael López-Monné, iStock, Shutterstock.