

R.1

ruta PARQUE FORESTAL OUTEIRO DA CELA

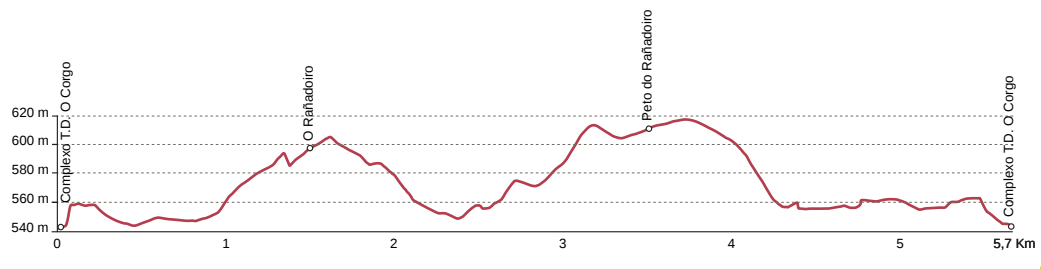
Parque Forestal de Outeiro Cel. Forma parte del Complejo turístico-deportivo de O Corgo, donde se ubica uno de los Puntos de Acogida del Centro BTT Serra dos Xurés. Un área recreativa natural de casi 40 hectáreas con una ruta muy sencilla, sin apenas desnivel acumulado, y que, a lo largo de sus casi 6 kilómetros de recorrido, permite acercarse a la orilla del embalse de As Conchas y conocer la aldea de O Rañadoiro.

Se recomienda subir al punto más alto de O Nival, una pequeña colina muy cercana al lugar de inicio de esta ruta a la que se accede por varias pistas señalizadas. Desde aquí, se puede disfrutar de una bella panorámica del embalse y de los restos arqueológicos del campamento militar romano Aquis Querquernis, en el vecino municipio de Bande.

El complejo de O Corgo cuenta con un camping y una amplia oferta de ocio para disfrutar de este entorno privilegiado. Destacan las actividades náuticas como el kayak y la vela, así como la posibilidad de participar en rutas de senderismo organizadas o practicar escalada en su rocodróm al aire libre.

Desde el propio aparcamiento del Punto de Acogida, se pueden recorrer en bicicleta los dos kilómetros que lo separan de la Rectoral de San Pedro, actualmente alojamiento de la red de Turismo Rural, desde donde parte la Ruta 2 "Travesía do Xurés".

salida	Complejo turístico-deportivo de O Corgo 41°57'46.86" N / 007°58'59.95" W	altura máx. 624 m	des. acum. posit. (+) 175 m	distancia 5,7 km	enlaces sin conexión
llegada	Complejo turístico-deportivo de O Corgo 41°57'46.86" N / 007°58'59.95" W	altura mín. 547 m	des. acum. negat. (-) -175 m	tiempo 1h	dificultad 



R.4

ruta PICOS DE FONTEFRÍA

Se anda, estamos ante uno de los recorridos más espectaculares y más exigentes. Con un total de 32,4 kilómetros y rozando los 1.700 metros de desnivel acumulado, es un verdadero desafío para los ciclistas más experimentados.

Desde el Punto de Acogida de As Maus de Salas, tras cruzar la presa del embalse, dejamos a nuestra izquierda el dolmen conocido como Casola do Foxo y nos desviamos hacia la derecha por una pista asfaltada de tierra.

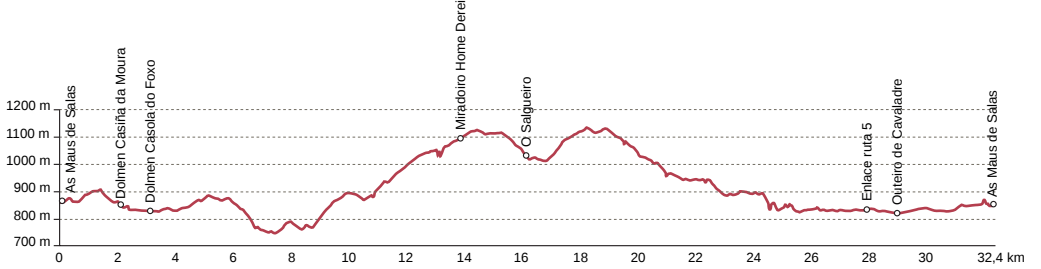
A través de un largo ascenso, la ruta se va introduciendo poco a poco en el típico paisaje granítico y medio desértico de O Xurés hasta alcanzar la zona conocida como Outeiro do Home Direito, a 1.115 m de altitud.

El recorrido continúa para llegar a la aldea de O Salgueiro, situada a los pies de los Picos de Fontefria, abandonada por sus moradores en la mitad del siglo XIX debido a la dificultad de establecer vías adecuadas de acceso. Todo el conjunto de construcciones y sus terrenos lindantes pertenecen en la actualidad a la Xunta de Galicia, que, en colaboración con el Parque Natural Baixa Limia-Serra do Xurés, está llevando a cabo diferentes programas de gestión del medio y su reconstrucción paulatina. En sus cercanías se han puesto en marcha programas de recuperación de la cabra montés.

Abandonando O Salgueiro y tras un fuerte ascenso, llegamos a *carballreira* da Barxa, zona de bosque autóctono muy bien conservado y Reserva Integral de este espacio protegido.

La última parte del recorrido, antes de unirse nuevamente a la Ruta 3 "Megalitica" y regresar a As Maus de Salas, discurre por las zonas más elevadas de la Serra do Xurés, entre roquedos y bolsos graníticos que confieren al paisaje un aspecto árido pero de gran valor natural.

salida	Centro de Montaña Aviva. As Maus de Salas 41°56'10.53"N / 007°55'28.59"W	altura máx. 1161 m	des. acum. posit. (+) 1106 m	distancia 32,4 km	enlaces 5
llegada	Centro de Montaña Aviva. As Maus de Salas 41°56'10.53"N / 007°55'28.59"W	altura mín. 766 m	des. acum. negat. (-) -1106 m	tiempo 4h	dificultad ●

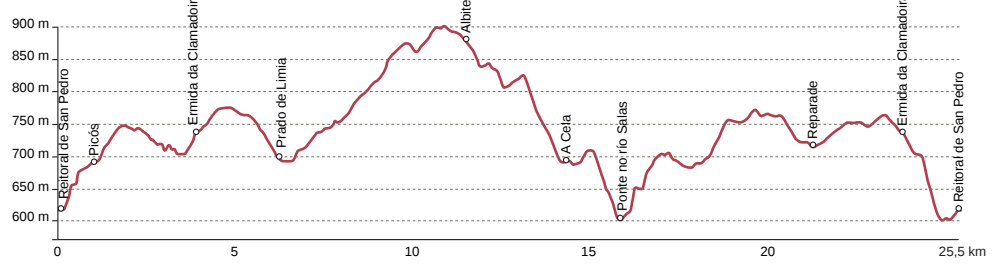


R.2

ruta TRAVESÍA DO XURÉS

La ruta parte de la antigua recova del San Pedro en Muñitos, hoy reconvertida en alojamiento de Turismo Rural. De forma ascendente, nos conduce a la población de O Agrello, que cruzaremos para llegar a Picós, a través de una zona de bosque autóctono bien conservada. Siguiendo la señalización de la senda PR-6 Torrente-Salguero, perteneciente a la red de rutas del Parque, alcanzamos la ermita de la Camadorna, desde donde se puede contemplar una bella panorámica sobre el valle del río Lima. La pequeña iglesia del siglo XVIII se encuentra rodeada por unos magníficos robles centenarios. La siguiente parada obligatoria será la aldea de Prado de Lima, donde podremos disfrutar de la típica arquitectura popular de O Xurés, así como de la iglesia de San Salvador y de un hermoso campo rehabilitado. Cruzamos el río Salas por un puente de piedra hasta alcanzar un área recreativa con varios molinos, algunos todavía en funcionamiento. Por una pista en buen estado ascendemos en dirección a Abite, una pequeña aldea ganadera. Tras una subida y un descenso muy técnicos, llegamos a la parroquia de A Cella, donde sus casas y cuevas se funden con los grandes bloques graníticos conformando una arquitectura singular. Aguja abajo de A Cella, se encuentra la espectacular cascada de A Pozza da Seima. Cruzamos el río Salas por un puente de madera para iniciar un exigente porteo con nuestra bicicleta de unos 15 minutos de duración hasta alcanzar la pista de tierra que va hacia Reparedo, donde enlazamos con la Ruta 6 "Vía Nova", que viene desde Lobos. Abandonando Reparedo, el sendero nos conduce de nuevo y de forma ascendente hacia la ermita de la Camadorna. El regreso hacia la rectoral de San Pedro es a través de un sendero estrecho que finaliza en la carretera de Mugeumes, a escasos metros del final de este recorrido.

salida	Casa rectoral de San Pedro.Muñíos 41°57'08.96"N / 007°58'43.09"W	altura máx. 906 m	des. acum. posit. (+) 920 m	distancia 25,5 km	enlaces sin conexión
llegada	Casa rectoral de San Pedro.Muñíos 41°57'08.96"N / 007°58'43.09"W	altura mín. 599 m	des. acum. negat. (-) -920 m	tiempo 3h 40'	dificultad ●



R.3

ruta MEGALÍTICA

Desde el Punto de Acogida ubicado en el Centro de Montaña Avda, en el núcleo de As Maus de Salas, arranca este agradable paseo en bicicleta que permite remontarnos a la Edad de Bronce con un claro carácter lúdico-interpretativo del patrimonio arqueológico que pervive en el entorno de este Parque Natural.

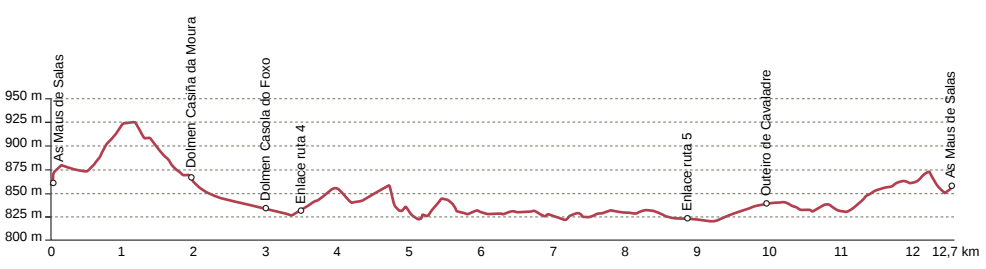
Durante nuestro itinerario, compartiremos tramos con la Ruta 4 "Picos de Fontefría" y con la Ruta 5 "Serra do Pisco".

Antes de cruzar la presa del embalse de Salas, nos encontraremos con la Casiña da Moura y, poco después de atravesarla, con la Casola do Foz, ubicada en un pequeño mirador natural que coincide con el enlace existente con la Ruta 4. Se trata de los dos dólmenes más importantes de Baixa Limia, datados en el III milenio a.C. y desplazados de su lugar de origen debido a la construcción del embalse.

Tras pedalear por una pista que bordea el embalse, donde se podrán observar varias formaciones rocosas muy singulares, alcanzamos el puente que une un Guntismo con As Maus de Salas. En este punto de la ruta, se puede optar por seguir o bien con la Ruta 5, que se dirige al refugio de O Pisco, o cruzar el puente para continuar nuestro itinerario arqueológico y visitar otra de las muestras del apogeo del Megalitismo en este territorio: la necrópolis de Outeiro de Cavaleade, formada por dos *mámoas* (sepulcros megalíticos) donde se hallaron restos de puntas de flechas y recipientes cerámicos.

Regresamos al punto de partida callejeando por las estrechas calles de As Maus de Salas, donde todavía se aprecian restos de la capilla de Santa Baia.

salida	Centro de Montaña Aviva. As Maus de Salas 41°56'10.53"N / 007°55'28.59"W	altura máx. 846 m	des. acum. posit. (+) 268 m	distancia 12,7 km	enlaces 4,5
llegada	Centro de Montaña Aviva. As Maus de Salas 41°56'10.53"N / 007°55'28.59"W	altura mín. 801 m	des. acum. negat. (-) -268 m	tiempo 1h 20'	dificultad 



R.6

ruta VÍA NOVA

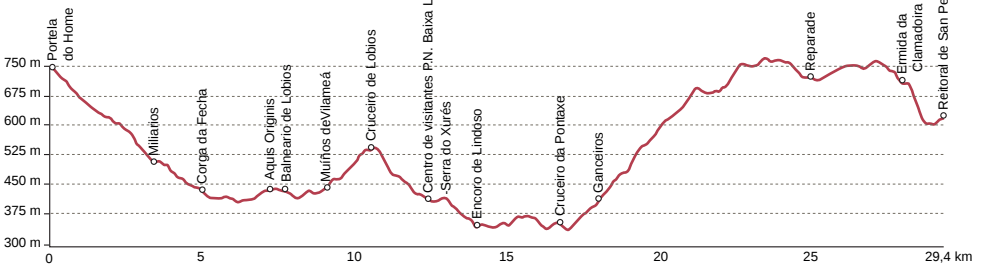
La Vía Nova, construida bajo el Andato del emperador Augusto en el siglo I d.C., tuvo un papel fundamental en la verificación de Galicia, uniendo Bracara Augusta (Braga) con Asturica Augusta (Astorga).

El recorrido parte del lugar conocido como Portela do Home, antiguo paso fronterizo con Portugal. Utilizando el valle itinerario de la Vía Nova, hoy recuperada a través del programa estatal de Caminos Naturales, iniciaremos un descenso de casi 7 kilómetros por el valle del río Caldo, donde podremos observar varios conjuntos de millarios (antiguo sistema de hitos kilométricos representados por mojones de piedra). En la última parte de este descenso, se recomienda visitar la cascada más larga de Galicia, Corga da Fecha, espectacular en los meses de invierno, así como los restos romanos de la conocida como Aquis Originis, una mansión romana donde podemos observar una serie de arcos pertenecientes a su espacio termal. Alcanzamos el lugar conocido como Ricaldo, perfecto para hacer un alto en el camino y conocer la zona gratuita de baños al aire libre en los alrededores del Bañeiro de Lobos.

La ruta continúa en dirección a la aldea de Vilameda, donde un desvío a la derecha nos indica el acceso a través de una dura subida a la ermita de Nosa Señora do Xurés. Desde este punto, se observa una impresionante panorámica de la Sierra de Santa Eufemia y el valle del río Caldo. Al abandonar esta aldea, nos encontramos con doce molinos restaurados a orillas del río Vilameda. En Lobos se recomienda visitar su iglesia, así como el Centro de Interpretación del Parque Natural.

A partir de este punto, se recomienda una última parada en la ermita de A Clamadoira, antes de alcanzar el final del recorrido en la rectoral de San Pedro en Muíños.

salida Portela do Home. Lobios 41°48'35.81"N / 007°58'43.09"W	altura máx. 773 m	des. acum. posit. (+) 940 m	distancia 29,4 km	enlaces sin conexión
llegada Casa rectoral de San Pedro. Muíños 41°57'08.96"N / 007°58'43.09"W	altura mín. 332 m	des. acum. negat. (-) -1080 m	tiempo 2h 30'	dificultad 



Outros centros de la red BTT Galicia:
CENTRO BTT O SALÉN
 Campo de Soñi de Meis
 Villalba de Amarebra, Meis, Pontevedra
 +34 986 980 400
CENTRO BTT PORTAS DE GA
 Casa da Vilva
 Barrio Sebastián de Aguiar, 40, A Gudiña, Ourense
 +34 986 329 292
CASA DA CURENZA
 Cereada s/n, Viana do Boló, Ourense
 +34 986 329 292

TURISMO DE GALICIA
981 542 500
www.turgalicia.es/centrosbtt
btt@xunta.es



SERRA
DO
XURÉS



XUNTA DE GALICIA

ES

El Parque Natural Baixa Limia-Serra do Xurés da nome a este Centro BTT, que ofrece un total de seis rutas, cinco de ellas por el municipio de Muíños y la sexta compartida con el municipio de Lobios.

Junto al vecino Parque Nacional da Peneda-Gerês (Portugal), forman un espacio protegido de carácter transfronterizo único en Europa, declarado además Reserva de la Biosfera, donde las sierras frondosas y los desiertos graníticos parece que crecieron al mismo ritmo.

Los puntos más elevados ascienden hasta los 1.500 metros de altitud, combinando las formas suaves de los viejos montes gallegos con cumbres más abruptas en forma de aguja. Destaca la presencia de formaciones rocosas y de bolos (grandes piedras de granito).

Encontraremos monumentos megalíticos, aldeas abandonadas y el testimonio del paso de los legionarios romanos por la calzada XVIII o Vía Nova; construcciones populares, como molinos, colmenas amuralladas, cabañas de pastores, hórreos, hornos comunales, caminos y cercados, que revelan el alma más creativa de sus pobladores.

Se trata de un destino BTT único que ofrece rutas de diferentes niveles de dificultad. En el Parque Forestal de Outeiro da Cela, en el entorno del Punto de Acogida de O Corgo, se puede disfrutar de un agradable paseo bordeando el embalse de As Conchas. La Ruta Megalítica que parte desde As Maus de Salas es un recorrido muy sencillo, apto para toda la familia y que nos traslada a la época del Megalitismo. Los ciclistas más expertos podrán recorrer parte del trazado de la Vía Nova a su paso por Lobios, así como adentrarse en los picos de Fontefría y recorrer alguna de las poblaciones más singulares, como A Cela, Prado de Limia, Requiás o Guntumil.

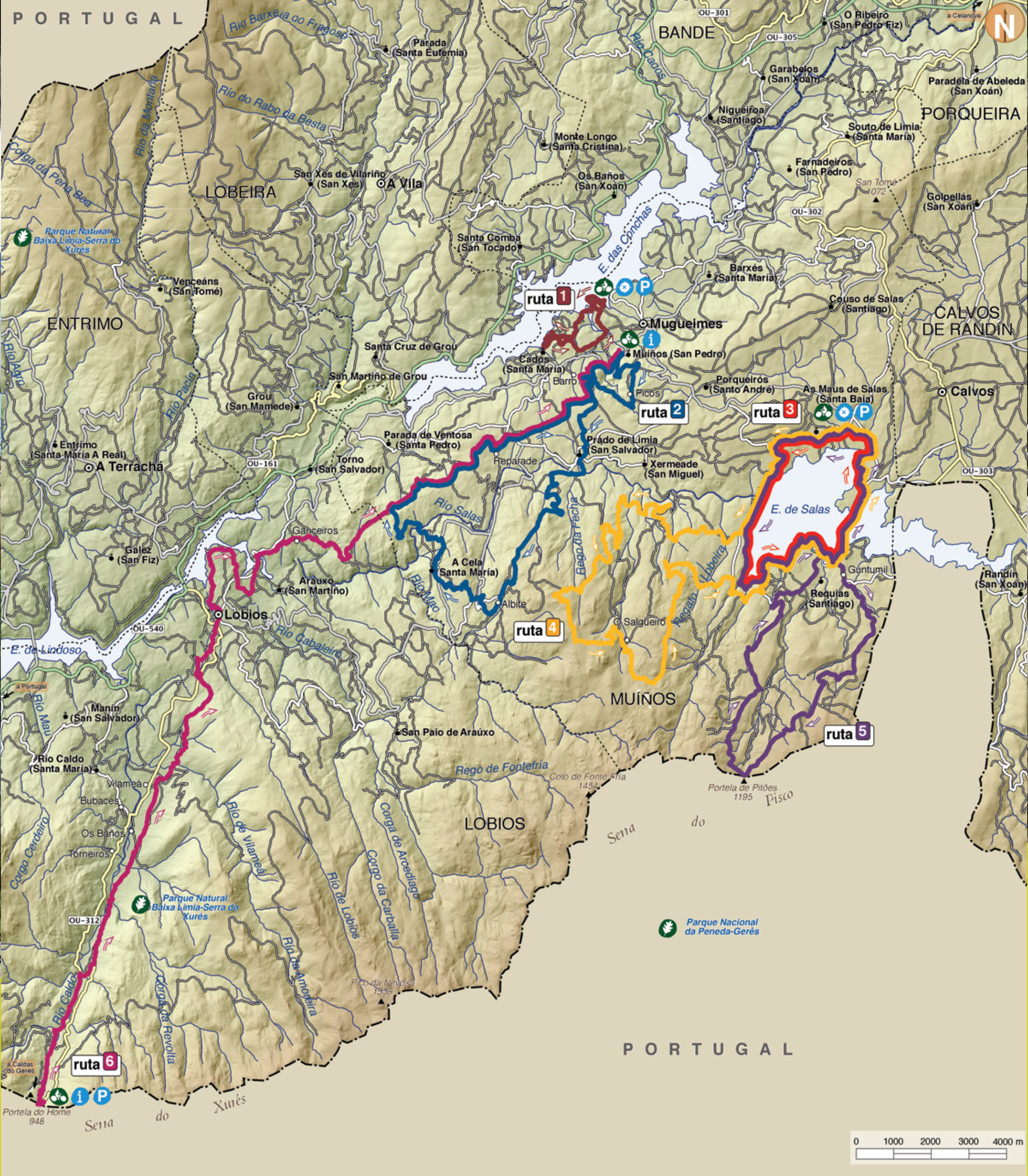
Las tierras de Celanova y de A Baixa Limia ofrecen una interesante variedad de atractivos turísticos que las convierten en un destino excepcional. El conjunto de torres a lo largo de A Limia (A Pena en Xinzo, A Forxa en Porqueira y la Torre de Sandiás) muestran el carácter estratégico y defensivo de este territorio. La capilla de San Miguel, en el entorno del monasterio de Celanova, y la iglesia de Santa Comba de Bande constituyen dos ejemplos perfectos del prerrománico gallego. El monasterio y su iglesia barroca, así como el casco antiguo de Celanova, son una visita inolvidable de esta parte de la provincia de Ourense. Y en las proximidades de esta villa se recomienda visitar el encantador núcleo medieval de Viladousende y el poblado castreño de Castromao, perteneciente a la Edad de Hierro, que nos permite conocer como fueron los primeros asentamientos del noroeste peninsular. Destacamos dos experiencias turísticas muy diferentes: relajarse en las aguas termales del río Caldo, cerca de Lobios, y disfrutar de los Carnavales en Xinzo de Limia.

foto portada: "Coloso de O Xurés". Embalse de Salas
edición: Turismo de Galicia
textos: Oficina Técnica Centros BTT Galicia
cartografía: IET INSTITUTO DE ESTUDIOS DE TERRITORIO
diseño: océanovisual
D.L. C.1450-2014

Recomendaciones

- Es obligatorio el uso del casco.
- No olvides revisar el estado de la bicicleta.
- Infórmate sobre los aspectos técnicos de la ruta y sobre la meteorología del día.
- Selecciona el itinerario adecuado en función de tu capacidad física y técnica.
- Es importante circular asegurado. Tramita tu licencia en la Federación Gallega de Ciclismo.
- Siempre debes llevar agua, ropa de abrigo, kit de reparaciones y el teléfono móvil bien cargado.
- Cuida el medio ambiente. Procura no molestar a los animales ni deteriorar la vegetación. Respeta las zonas privadas.
- El entorno por el que vas a circular es abierto, de libre circulación y escenario de múltiples actividades (deportivas, forestales, ganaderas y agrícolas). Mantén siempre una actitud comprensiva, prudente, responsable y respetuosa.
- Cualquier actividad en la naturaleza implica riesgos, no siempre controlables.
- Es tu responsabilidad calcular los peligros del recorrido y de la meteorología del momento.

- En los Puntos de Acogida existe la posibilidad de alquiler de bicicletas y cascos, en caso de que necesites material extra.
- Indica en el Punto de Acogida, o en su defecto a un familiar, qué ruta vas a realizar.
- El diseño de las rutas te permite enlazar varios recorridos y disfrutar de una ruta a tu medida.
- Puedes descargar los tracks de las rutas en la página web www.turgalicia.es
- Puedes contribuir al mantenimiento del Centro BTT informando a los responsables del Punto de Acogida o puntos de información de posibles incidencias en el estado y señalización de los recorridos.
- Debes obedecer la señalización de las rutas, dar prioridad a los peatones y cumplir con las normas generales de circulación.
- En caso de ausencia de señales de seguimiento en los cruces, circula por el camino preferente.



PUNTO DE ACOGIDA

COMPLEJO TURÍSTICO-DEPORTIVO O CORGOPunto de Acogida de O Corgo
Outeiro da Cela s/n. Mugueimes
32880 MUÍÑOS

CENTRO DE MONTAÑA AVIVA
Rúa Tulla 59. As Maus de Salas
32880 MUÍÑOS

ABIERTO TODO EL AÑO

MAYO SEPTIEMBRE

todos los días

10:00_14:00 h.

16:00_20:00 h.

OCTUBRE ABRIL

sábados, domingos, festivos

10:00_14:30 h.

atención telefónica

988 456 403
609 744 255
679 971 377

ABIERTO TODO EL AÑO

MAYO SEPTIEMBRE

todos los días

10:00_14:00 h.

16:00_20:00 h.

OCTUBRE ABRIL

lunes-viernes

10:00_14:30 h.

sábados, domingos, festivos

10:00_15:30 h.

atención telefónica

607 477 375
634 910 503

SERVICIOS DE LOS PUNTOS DE ACOGIDA

punto de información y promoción
alquiler de bicicletas y cascos
punto de lavado de bicicletas
vestuarios y duchas

EMERGENCIAS

112

OTROS SERVICIOS

alojamiento
otras actividades deportivas

URGENCIAS SANITARIAS

061

Puente sobre el río Salas. A Cela



Zona de baños termales en el río Caldo. Lobios

Comunicaciones

Autopistas, autovías
Estatal
Primaria
Secundaria
Diputación
Otras carreteras
Pistas
Caminos
FFCC

Límites

Límite nacional
Límite municipal

Toponimia

Municipio
Capital municipal
Población
Parroquia

Inicio y conexión de rutas

Simbología

Iglesia
Capilla
Molino
Balneario
Camping
Refugio
Horno comunal
Cruceiro
Peto de ánimas
Dolmen
Mámoa
Restos arqueológicos
Punto de información
Aparcamiento
Punto de acogida
Inicio de ruta
Vista panorámica
Área recreativa
Playa fluvial
Cascada
Espacio natural
Paraje natural
Bosque
Peñascos

ruta

nombre

Km

dificultad

1

ruta

PARQUE FORESTAL OUTEIRO DA CELA

5,7 km

●

2

ruta

TRAVESÍA DO XURÉS

25,5 km

●

3

ruta

MEGALÍTICA

12,7 km

●

4

ruta

PICOS DE FONTEFRÍA

32,4 km

●

5

ruta

SERRA DO PISCO

27,9 km

●

6

ruta

VÍA NOVA

29,4 km

●

3 4

CONTINUIDAD DE LA RUTA

DIRECCIÓN ERRÓNEA

3 4

SEGUIR A LA IZQUIERDA

3 4

SEGUIR A LA DERECHA

PRECAUCIÓN

RUTAS

●

muy fácil

●

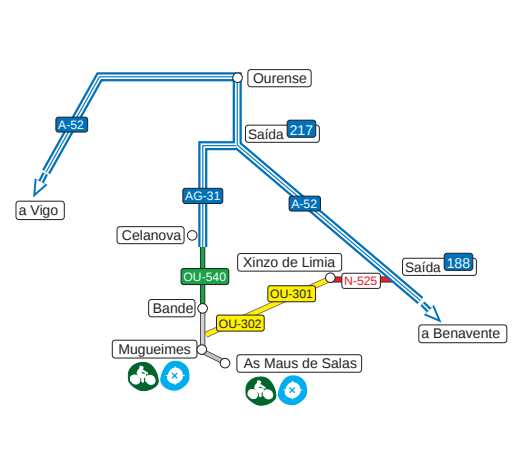
fácil

●

difícil

●

muy difícil



Dolmen Casiña da Moura. As Maus de Salas



Encuentro con vacas cachenas, raza autóctona de O Xurés



Camino de A Cela. Ruta 2 "Travesía de Xurés"

