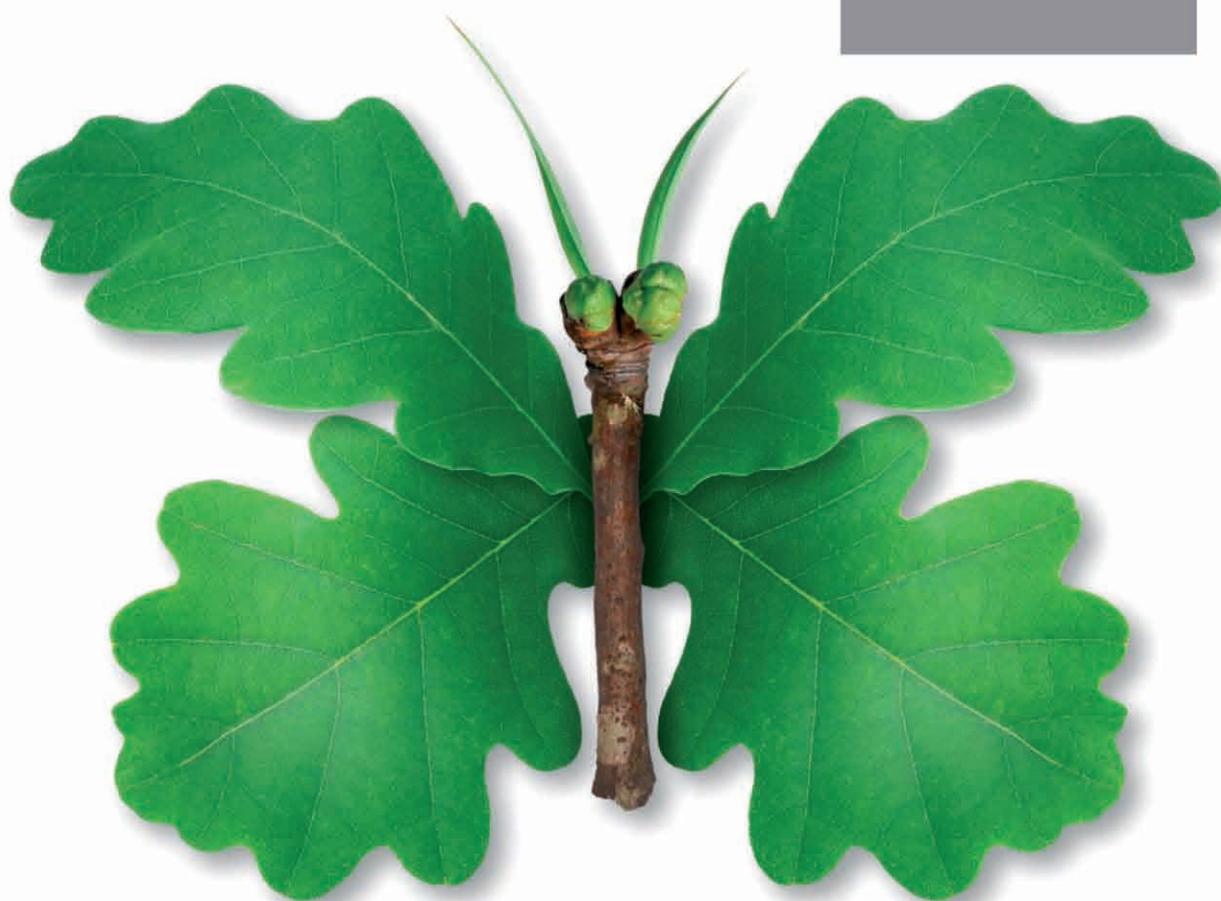


Galicia

al
natural



Legendas

 Parque Nacional

 Parque Natural

 Monumento Natural

 Paisaje Protegido

 ZEPVN-LIC

 Otros Espacios

 Reserva de la Biosfera

 Sitio de Interés Turístico

 Avistamiento de Pájaros

 Sitio RAMSAR

 Zona ZEPA

 Zona de Protección del Oso Pardo

Comunicaciones

Autopistas, autovías
Vías rápidas, corredores
Estatál
Primaria
Secundaria
Diputaciones
Otras carreteras
FFCC
Feve



Límites

Límite autonómico
Límite provincial
Límite de ayuntamiento
Camino de Santiago



Toponimia

Ayuntamiento
Capital del ayuntamiento
Población
Parroquia



Simbología

Apartamento



Albergue de montaña



Albergue de peregrinos



Camping / zona de acampada



Hotel



Turismo rural



Vista panorámica



Punto de interés paisajístico



Cascada



Laguna



Formación rocosa



Formación glaciar



Cueva



Bosque, dehesa



Área de descanso



Observatorio de aves



Centro de interpretación



Estación invernal



Aparcamiento



Centro de visitantes / Sede del Parque / Aula de la naturaleza



Panel informativo



Hotel-Bañerío



Embarcadero de catamaranes



Faro



Playa bandera azul



Artesanía



Bancales



Cruz Roja



Parque edílico



Acceso restringido



Conjunto histórico



Catedral



Monasterio



Iglesia de interés



Ermila



Villa o aldea pintoresca



Conjunto etnográfico



Falcoz



Hórreo



Coimemar



Herreía turística



Curro



Pazo



Castillo, torre, muralla



Patrimonio romano



Puerto



Museo



Castro



Dolmen



Patrimonio de la Humanidad



Centro Comercial



Carretera de Santiago-Noia, Km. 3 - A Barcia | 15896 - Santiago de Compostela | A Coruña - España
Tel.: +34 981 542 500 / 902 200 432 | Fax: +34 981 537 588 | www.turgalicia.es | ci@turgalicia@xunta.es

Textos Serafín Álvarez y Ramón F. Ramón (INECO)

Fotografías Margen Fotografía (Alberto Pérez - Tino Viz) - Miguel Ángel Álvarez Alperi - Ramón F. Ramón - Álvaro Fernández Polo - Xurxo Lobato - Maní Moretón - Carlos Rodríguez - José Vázquez Caruncho

Cartografía SITGA

Diseño y maquetación Línea Creativa S.L. - www.lineacreativa.eu

Impresión

D.L.



La playa de As Catedrais

Son exactamente 29.574 km² de tierra gallega en el confín de Europa. No diga que Galicia es pequeña antes de recorrerla.

Navegar es posible por sus 1.195 kilómetros de costa, de los cuales más de trescientos son de playa, entre la ría de Ribadeo y la desembocadura del Miño. La anegación marina de los valles fluviales forma el paisaje típicamente gallego de las rías que permite la contemplación de estampas marineras en tierras que de otro modo serían interiores.

De la cota litoral nos elevamos por encima de los dos mil metros de altitud en el techo de la comunidad, Pena Trevinca (2.127 m), y en los altos de Os Ancares. Por el medio, Galicia es tierra de valles y montes suaves como las sierras de la denominada Dorsal Gallega que recorre el centro de Galicia de norte a sur. Pero sobre todo es el país de los mil ríos. Redondeo necesario debido al difícil cómputo de arroyos y riachuelos. La principal cuenca hidrográfica es la del Miño-Sil.

Sin olvidarnos del paisaje como creación humana. Casi la mitad de los núcleos de población existentes en España son gallegos. Un país de puentes y molinos, faros y puertos, castañales y viñedos, cruceros y hórreos, castros y pazos, iglesias y monasterios de arte fundamentalmente románico o barroco...

Todo esto sería imposible sin su privilegiada posición geográfica, con amplias zonas de transición entre la región eurosiberiana y la mediterránea. Hasta el momento Galicia cuenta con un total de 56 tipos de hábitats diferentes declarados de interés comunitario por la UE. Aproximadamente el doce por ciento del territorio está sujeto a algún tipo de protección, y este porcentaje no va a parar de aumentar en los próximos años.

Los ecosistemas submarinos y costeros de los cuatro archipiélagos en las Rías Baixas gozan del máximo nivel de reconocimiento a nivel estatal. Su declaración como Parque Nacional das Illas Atlánticas de Galicia lo ha convertido en el verdadero buque insignia de nuestro patrimonio natural.

La Red Gallega de Espacios Protegidos incluye hasta el momento seis parques naturales, donde la mejora en las condiciones de recepción de visitantes y la infraestructura medioambiental para su conservación y divulgación viene siendo continua.

Junto con los conocidos Lugares de Importancia Comunitaria (LIC), encontrará el lector la nueva denominación autonómica de Zona de Especial Protección de los Valores Naturales (ZEPVN). Es una nueva figura creada en Galicia asociada a la gran Red Natura 2000 de la Unión Europea.

Por otro lado, contamos con cinco humedales de importancia internacional de la convención RAMSAR.

Y dejamos para el final las Reservas de la Biosfera que bajo el amparo de la UNESCO acoge en Galicia cinco espacios.

Conozca Galicia.





Galicia al natural

- 01 Introducción



Parque Nacional

- 04 Marítimo terrestre das Illas Atlánticas de Galicia



Parque Natural

- 10 Baixa Limia-Serra do Xurés
- 14 Complexo dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vixán
- 18 Fragas do Eume
- 22 Monte Aloia
- 24 O Invernadeiro
- 28 Serra da Enciña da Lastra



Paisaxe Protegida

- 30 Penedos de Pasarela e Traba
- 30 Val do río Navea



Monumento Natural

- 32 A Praia das Catedrais
- 31 Carballa da Rocha
- 31 Costa de Dexo
- 34 Fraga de Catasós
- 34 Pena Corneira
- 35 Souto da Retorta
- 35 Souto de Rozabales



ZEPVN-LIC

- 70 A Marronda
- 70 A Ramallosa
- 32 As Catedrais
- 10 Baixa Limia
- 70 Baixo Miño
- 71 Betanzos-Mandeo
- 24 Bidueiral de Montederramo
- 71 Brañas de Xestoso
- 71 Cabo Udra
- 46 Canón do Sil (Ribeira Sacra)
- 72 Carballido
- 56 Carnota-Monte Pindo
- 14 Complexo húmido de Corrubedo
- 62 Complexo Ons-O Grove
- 50 Costa Ártabra
- 63 Costa da Mariña Occidental
- 53 Costa da Morte
- 72 Costa da Vela
- 31 Costa de Dexo
- 72 Cruzul-Agüeira
- 73 Encoro de Abegondo-Cecebre
- 73 Enseada de San Simón
- 58 Estaca de Bares
- 73 Esteiro do Tambre
- 18 Fragas do Eume
- 79 Gándaras de Budiño
- 04 Illas Cíes
- 79 Illas Estelas
- 24 Macizo Central
- 74 Miño-Neira
- 22 Monte Aloia
- 64 Monte e Lagoa de Louro
- 74 Monte Faro
- 79 Monte Maior
- 74 Negueira
- 36 O Courel
- 65 Ortigueira-Mera
- 41 Os Ancares
- 66 Parga-Ladra-Támoga
- 75 Pena Maseira
- 67 Pena Trevinca
- 79 Pena Veidosa
- 75 Ría de Foz-Masma
- 53 Río Anllóns
- 75 Río Cabe
- 60 Río Eo
- 76 Río Landro
- 76 Río Lérez
- 79 Río Ouro
- 76 Río Tambre
- 77 Río Támega
- 77 Río Tea
- 28 Serra da Enciña de Lastra
- 77 Serra do Candán
- 79 Serra do Cando
- 78 Serra do Careón
- 68 Serra do Xistral
- 69 Sistema fluvial Ulla-Deza
- 78 Sobreirais do Arnego
- 79 Veiga de Ponteliñares
- 78 Xubia-Castro



Otros espacios

- 80 Serra da Groba
- 80 Serra do Suído



Reservas de la Biosfera

- 82 Área de Allariz
- 86 Gerês-Xurés
- 88 Os Ancares lucenses e montes de Navia, Cervantes e Becerreá
- 90 Río Eo, Oscos e Terras de Burón
- 92 Terras do Miño



Sitio de Interés Turístico



Avistamiento de pájaros



Sitio RAMSAR



Zona ZEPA



Zona de Protección del Oso Pardo



Illas Cíes

Illas Cíes

Illa de Ons

Situación

En las *Rías Baixas*. Se compone de cuatro archipiélagos que son Cortegada y Sálvora en la ría de Arousa, Ons frente a la ría de Pontevedra y Cíes cerrando la ría de Vigo.

Superficie

8.332,80 ha (1.194,80 ha terrestres y 7.138 ha marinas).

En concreto: Cíes (2.658 ha marítimas y 433 ha terrestres), Ons (2.171 ha marítimas y 470 ha terrestres), Sálvora (2.309 ha marítimas y 248 ha terrestres) y Cortegada (43,8 ha terrestres).

Acceso

Servicio regular de transporte marítimo de pasajeros a las Cíes desde los puertos de Vigo, Baiona y Cangas en temporada alta. De igual modo, a Ons desde Portonovo, Sanxenxo, Bueu y Marín. Servicio de guía a Cortegada desde Carril (Vilagarcía de Arousa). Sálvora, sin servicio marítimo de transporte, tiene además acceso restringido.

Servicios

Alojamiento: sólo en las Cíes y Ons.

Comida: sólo Cíes y Ons cuentan con servicios de restauración.

Más información

Sede del Parque Nacional: c/ Eduardo Cabello s/n, Edif. CETMAR, Bouzas (Vigo).
Tel: 986246550.

Equipamientos

Centro de Interpretación Illas Cíes.

Punto de Información Illa de Ons.

(Tel. 986 687 696).

Observatorios de aves (isla de Ons e islas Cíes).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Complejo húmido de Corrubedo"

LIC "Complejo Ons-O Grove"

LIC "Illas Estelas"

LIC "Costa da Vela"



Vista aérea de las islas Cíes





Atlántica majestad

Navegar hacia poniente es una de las grandes aventuras del litoral gallego. Existen las islas gallegas, estos son sus nombres: Cíes, Ons, Sálvora y Cortegada. Palabras archipiélago de aguas lo bastante turquesa y arena suficientemente blanca para evocar playas caribeñas... “hasta que metes un dedo en el agua”. Esto afirma como mérito el diario *The Guardian* al considerar el arenal de Rodas en las Cíes como el mejor del mundo. Aguas frías con las mejores propiedades del océano para la vida submarina e historias singulares de pecios hundidos.





Desde el barco de la ría de Vigo se alcanza la línea del contorno de tres islas que juegan a ser dos. Son conocidas como las Cíes porque seguimos nombrándolas por el apodo romano de Siccas, las islas secas, aunque ninguna por separado se llame así. La del norte o de Monteagudo y la del medio o del Faro se unen por el finísimo arenal de Rodas y un lago que completa la estampa paradisíaca. La isla del sur o de San Martiño permanece alejada de las otras por un canal llamado Puerta del mar. El archipiélago alcanza además una serie de islotes que se unen bajo la superficie en unos fondos de enorme y frágil biodiversidad, desde la belleza microscópica en los prados de algas hasta la grandiosidad de los cetáceos que no es raro observar.



Islas Cíes

Ons y su hermana Onza u Onceta y el islote de las Freitosas cierran la ría de Pontevedra con una línea de costa perfilada con arena de playas. Por el contrario, la parte no visible desde tierra es extremadamente agreste y propicia para la formación de cuevas marinas (furnas) y escollos. El paisaje submarino de esta cara oceánica lo forman paredes verticales llenas de vida gracias al afloramiento de aguas profundas ricas en nutrientes. Lo supieron bien los habitantes de esta isla, la única actualmente poblada del Parque Nacional, dedicados a la pesca entre la que destaca la captura del pulpo.



Isla de Ons



Playa de Melide. Isla de Ons



Isla de Ons

Isla de Sálvora

Isla de Cortegada





Arquipélago de Sálvora



Arquipélago de Cortegada



Arquipélago de Ons



Arquipélago de Cíes



PARQUE NACIONAL MARÍTIMO-TERRESTRE DAS ILLAS ATLÁNTICAS DE GALICIA



N



Itinerarios Arquipélago de Cíes

- Ruta de Monte Faro - 2h 30m ida e volta
- Ruta de Faro da Porta - 1h 45m ida e volta
- Ruta do Alto do Príncipe - 1h 15m ida e volta
- Ruta de Monteagudo - 1h 45m ida e volta

Itinerarios Arquipélago de Sálvora

- Ruta ao antigo poboado (só con guía)
- Ruta do Faro

Itinerarios Arquipélago de Ons

- Ruta Sur - 2h 30m (circular)
- Ruta Norte - 3h (circular)
- Ruta do Faro - 1h 15m ida e volta
- Ruta do Castelo - 40m (circular)

Itinerarios Arquipélago de Cortegada

- Ruta do sendeiro perimetral
- Ruta do sendeiro interior

- Transporte regular
- Transporte charter
- Limite mariño do Parque Nacional
- Zona terrestre Parque Nacional



Isla de Sálvora

Sálvora, en el extremo occidental de la ría de Arousa, con toda su constelación de islas cargada de leyendas e historias marineras como las pequeñas Noro, Vionta y Sagres, es la reserva total en fondo y superficie. Al igual que en las anteriores Cíes y Ons, el paso del hombre ha dejado la existencia de edificaciones humanas de uso religioso (capillas, altar o iglesia), civil (faros), militar (fortalezas) e industriales. En Sálvora la fábrica de salazón se convirtió en pazo con dos torres y encontramos además una aldea de hermosa apariencia tradicional con ocho hórreos y capilla.

Cortegada y las vecinas Malveiras gozan de la proverbial riqueza biológica del mar interior de Arousa. Para observar la actividad productiva el muelle y paseo de Carril ofrecen buenas lecciones de marisqueo con sus parques de cultivo de almeja y berberecho. Las mareas son la única frontera de la isla de Cortegada que parece conquistable a pie. En ocasiones se realizan visitas guiadas que además de la historia insular muestran tras su espeso pinar el tesoro vegetal que representa el bosque de laureles con ejemplares de hasta doce metros de altura.



Playa de Os Viños y de Rodas. Islas Cíes



Ensenada de Caniveliñas. Isla de Ons





Sin Pérdida

No circulan vehículos por ninguna de las islas que forman el Parque Nacional. Además, otro aspecto que debemos tener en cuenta es el control de la basura. Los visitantes deberán responsabilizarse de los envases y residuos que transporten a las islas.

En las Cíes el acceso controlado de un número máximo de 2.200 personas diarias garantiza la tranquilidad. Desde el embarcadero de Rodas resulta fácil encontrar los senderos principales para ir a cada uno de los tres faros existentes. Se trata de rutas de dificultad media, un poco exigentes en días de calor y en algunos tramos de ascenso. Sin embargo, mayor será la recompensa paisajística. Una de las más recomendadas es la subida en zigzag al Monte Faro, a una distancia de 7 km entre ida y vuelta desde el muelle. En este trayecto encontraremos ricos observatorios de aves en paisajes como el de A Campá, una auténtica ventana labrada en piedra donde producen un ruido ensordecedor en época de cría una importante colonia de gaviotas de pata amarilla con unas 22.000 parejas reproductoras.

En la isla de Ons el visitante encontrará desde el muelle la playa y el poblado de O Curro de donde parte una larga ruta con varias posibilidades. Subir al mirador del Faro entre las construcciones de los "isleños" o bien ir hacia el norte y situarnos en la solitaria y hermosa playa de Melide. Hacia el sur, por diferentes caminos llegaremos al mirador de Fedorentos pasando por O Buraco do Inferno, una cueva marina (furna) con forma de pozo donde se escucha el rugir del mar desde las entrañas de la tierra.

Los billetes de embarque se emiten con el regreso cerrado en día y hora para la cantidad de visitantes establecido en cada archipiélago. No existe transporte regular para saltar de una isla a otra, pero se pueden contratar cruceros turísticos para visitar en conjunto los ecosistemas de las rías.

Naturaleza Singular

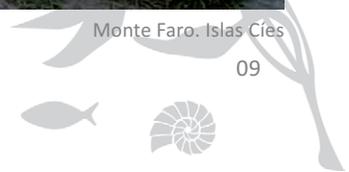


En todas las islas existen zonas de reserva para la cría de aves marinas que el visitante deberá respetar.

Los sistemas naturales representativos del Parque son las zonas costeras y la plataforma continental atlántica. La vida vegetal está condicionada por los vientos cargados de salitre. La flora más representativa está en acantilados y dunas. Abundan los tojales y las rarezas del Parque son la camariña (*Corema album*), la xesta de Ons (*Cytisus insularis*) y las flores llamadas *paxariños* de la Linaria arenaria (pequeña planta anual propia de las dunas estabilizadas). Gran parte de los animales terrestres también dependen del mar. Numerosas colonias de aves, principalmente de gaviota de pata amarilla y cormorán moñudo. En el mar, posibilidad de avistamiento de cetáceos como el rorcual común que en el verano frecuentan estas aguas. Además, en el medio marino son importantes las comunidades de algas pardas.



Faro de Ons





PARQUE TRANSFRONTERIZO “GERÊS-XURÉS”

Situación

Suroeste de la provincia de Ourense, frontera con Portugal. En los ayuntamientos de Entrimo, Lobios y Muíños. El LIC se extiende además por los municipios de Padrenda, Quintela de Leirado, Vereá, Bande, Calvos de Randín y Lobeira.

Superficie

29.762 ha.LIC: 34.248,13 ha.

Acceso

Desde Ourense, dirección Celanova y Portugal, por la OU-540. Desde Xinzo de Limia por la carretera comarcal OU-301 hasta Bande.

Servicios

Comer: Sí.
Alojamiento: Sí.

Más información

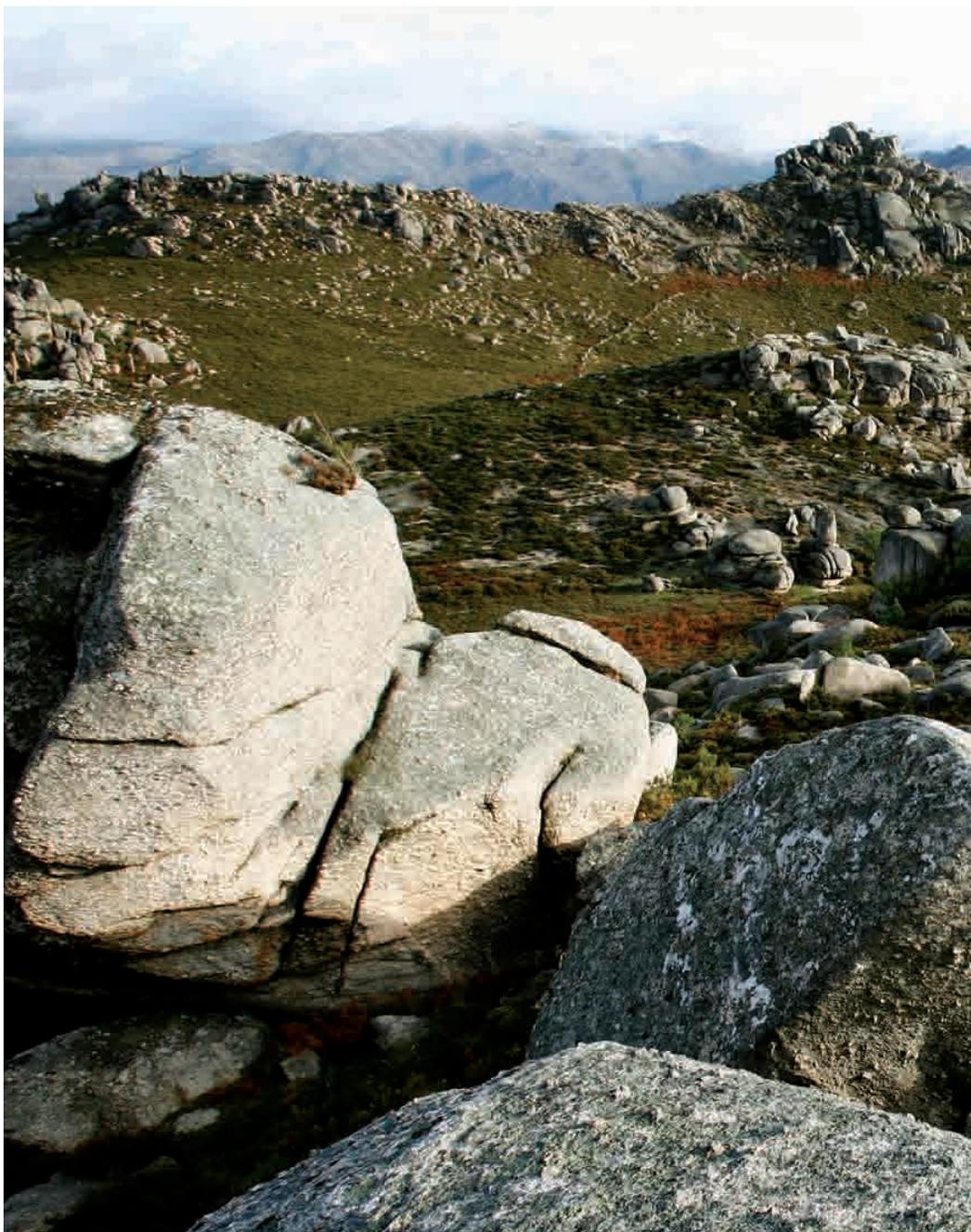
Sede del Parque, en Lobios.
Tel. 988 448 048 e 988 448 181.

Equipamientos

Centro de Interpretación del Parque Natural, en Lobios. Tel. 988 448 048 y 988 448 181.
Centro de Interpretación Aquae Querquennae Via Nova, en Porto Quintela (Bande).
Tel. 988 444 401.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC Veiga de Ponteliñares
Monumento Natural “Carballa da Rocha”



Vacas Cachenas





Paisajes de la “raia seca”

Limia es un río único. Ha excavado un pasillo natural junto al que la historia ha ido dejando su huella humana. En él recoge todo un tejido fluvial que se descuelga en cascadas y saltos, reposa en embalses sucesivos, atraviesa una frontera y cede al final sus aguas al Atlántico. Se unen así el mayor Parque Natural de nuestra comunidad con el de mayor importancia en Portugal, el Parque Nacional Peneda-Gerês. Juntos alcanzan un solo espacio protegido de carácter transfronterizo único en Europa.

Se trata de la “raia seca”, pues el trazado fronterizo no se sitúa en los ríos sino en lo alto de las sierras: O Laboreiro, Queguas y Quinxo al norte; Santa Eufemia, O Xurés y O Pisco, al sur. Los puntos más elevados ascienden hasta los 1.500 metros de altitud, combinan las formas suaves de los viejos montes gallegos con las más abruptas. Agujas y bolos (piedras de granito) que el tiempo ha encabalgado en complicados equilibrios son una de las señas de identidad de la zona.

Encontraremos monumentos megalíticos, leyendas de oro y el testimonio del paso de los legionarios romanos por la calzada XVIII o Vía Nova. Aún permanecen en pie los miliarios que dejaron en la calzada que unía las capitales romanas de Braga y Astorga por el único paso natural entre estos montes, la mítica Portela do Home, punto fronterizo de acceso al territorio portugués.





Las construcciones populares como molinos, colmenas amuralladas (alvarizas), cabañas de pastores (chivanas), hórreos, hornos, caminos y cercados revelan el alma más creativa de sus pobladores. Un patrimonio heredado de la tradición en la docena de núcleos rurales que hasta la actualidad mantuvieron la actividad agropecuaria dentro del Parque. Así como las aldeas de O Couto Mixto, el territorio que mantuvo hasta el año 1868 un estatuto de privilegios independiente de España y Portugal.



Olelas. Entrimo



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Sin Pérdida

Antes de entrar en el Parque, la principal vía de acceso por la carretera OU-540 ofrece a los visitantes importantes paradas para conocer el patrimonio histórico de la zona. Aquis Querquennis es el yacimiento romano formado por un campamento y una *mansio* viaria situada a la orilla del embalse de As Conchas, en el ayuntamiento de Bande. En las proximidades se sitúa el moderno Centro de Interpretación *Aquae Querquennae* - Via Nova. También en esta altura destaca la iglesia prerrománica de Santa Comba de Bande cuya nave y las pinturas murales son de obligada visita.

Ya en el Parque existen rutas en automóvil que enlazan los miradores naturales y parajes significativos; una ruta ecuestre y muchas posibilidades de senderismo por cada una de las sierras que forman la raia. Algunas de trazado muy exigente.

Lobios, en el margen izquierdo, y Entrimo, en el derecho, son las capitales del parque. En la villa balneario de Lobios, con las aguas termales del río Caldo, se sitúa la Sede y Centro de Interpretación. En la misma localidad, a escasos metros del balneario, encontramos los restos romanos visitables de la *mansio Aquis Originis*. El trayecto por la carretera que continúa desde Lobios hasta el paso fronterizo de Portela do Home permite observar desde la distancia la cascada de A Fecha, la más alta de Galicia en época de lluvias, y también conocer el conjunto de numerosos miliarios de la calzada romana.

Desde A Terrachá, capital municipal de Entrimo, que cuenta con una interesante iglesia de fachada barroca, parten los desvíos hacia la sierra de Queguas y O Quinxo. Por ejemplo, el que conduce hasta la aldea de Olelas, uno de los mejores sitios para ver los ejemplares de la vaca cachena. Es la raza bovina autóctona, de pequeño tamaño y largos cuernos, adaptada a la dureza de la sierra y que en los últimos años está saliendo del peligro de extinción.

Naturaleza Singular



O Xurés es diverso en paisajes y vida. Zona de transición floral eurosiberiana (atlántica) y mediterránea con la conjugación de factores altitudinales y orientación de los valles. En las cumbres, vegetación de monte bajo. En las zonas del valle, robledales y otras especies. Importancia de los bosques de galería en los cursos fluviales.

Manadas de lobo y sus presas. También cabra montesa en un programa de reintroducción y recuperación del caballo llamado pony gallego o garrano.



Cortizos

Olelas. Entrimo





Situación

El Parque Natural, íntegramente en el ayuntamiento de Ribeira (A Coruña).

El LIC abarca también la isla de Sálvora (Ribeira) y se extiende por la franja litoral del ayuntamiento de Porto do Son.

Superficie

996,25 ha. LIC: 9.265 ha.

Acceso

Por el sur, autovía de O Barbanza desde Padrón. También carretera AC-550 en el tramo Noia-Santa Uxía de Ribeira con desvíos hacia la costa. Dos accesos directos al Parque con remate en zonas de aparcamiento, uno a la duna móvil en Olveira y otro al Centro de Recepción en O Vilar.

Servicios

Alojamiento: localidades próximas.

Comer: Sí.

Equipamientos

Centro de Recepción de Visitantes Casa da Costa (Tel. 981 878 532).

Centro de Interpretación do Ecosistema Litoral de Galicia (CIELGA).

Cafetería-restaurante y área recreativa de O Vilar.

Aparcamientos en Olveira, O Vilar, playa de A Ladeira y Vixán.

Observatorios de aves.

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Nacional marítimo-terrestre das Illas Atlánticas

LIC "Complejo Ons-O Grove"



Vista aérea del Parque Natural





Fruto del viento

Corrubedo es el hogar de la mayor duna de Galicia. La duna móvil de este espacio abierto entre las rías de Arousa y la de Muros y Noia resalta por sus dimensiones. Más de un kilómetro de longitud en curvado frente de avance. Alcanza en los más duros meses de invierno los veinte metros de altura. Se calcula entre los 200 y 250 metros de ancho, aunque antiguamente parece ser que era mayor. Entre la leyenda y la exageración, se documenta que a finales del siglo XIX superaba los 60 metros de altura.

A barlovento, frente al mar, es larga y tendida, como el lomo de un animal. Se derrumba por sotavento, hacia la tierra, y sin vegetación que la contenga avanza por la llanura a una velocidad de dos o tres centímetros cada año.



Complexo dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vixán



La omnipresencia de la reina del Parque no debe hacernos olvidar los otros atractivos que la acompañan: dos lagoas, una de agua salada y otra dulce, con extensas marismas asociadas y zonas húmedas de importancia internacional.

Vixán, la laguna dulce, se alimenta de las aguas del modesto riachuelo del Muíño, sujeto a oscilaciones de caudal estacionales. Carregal, la salobre, se comunica con el océano dividiendo en dos la larga playa frente a los escollos denominados Pedras da Ferreira. Es este canal del mar por el que circulan las mareas uno de los puntos centrales del Complejo Corrubedo. En las marismas late el pulso de la vida y en ellos reafirma el parque su elevada riqueza ecológica en apenas mil hectáreas de extensión total.



La Gran Duna



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Sin Pérdida

Se trata de uno de los Parques Naturales más visitados de España. Hay una red de caminos para no invadir la zona dunar y pasarelas que enseñan el lugar al caminante del modo más completo y respetuoso. El punto de partida es la Casa da Costa o Centro de Recepción de Visitantes, situada en O Vilar. Cuenta además con otro edificio denominado Centro de Interpretación do Ecosistema Litoral de Galicia (CIELGA) formulado como museo divulgativo de las cuestiones naturales, geológicas e históricas por las que el Parque merece ser conocido. La propuesta de itinerarios autoguiados (*Camino del agua*, *Camino del mar* y *Camino del viento*) permite el acercamiento a la mayoría de estos aspectos. No olvide los prismáticos en casa.

En el entorno del recinto protegido está el mirador de Castrocidá que ofrece buenas vistas de la totalidad de este tramo costero. También son muy recomendables las visitas al dolmen megalítico de Axeitos, muy ligado al parque, y al castro galaicoromano de Baroña, ya en el extremo de la franja costera que lleva hasta la boca de la ría de Muros y Noia. En este trayecto por la carretera AC-550 encontraremos indicaciones a otras dos **lagunas protegidas**, **la de Xuño** y **la de Muro**, próximas a la hermosa playa de As Furnas inmortalizada por Amenábar en su película *Mar adentro*.



Naturaleza Singular

Buena representación natural de los ecosistemas litorales. Vegetación especializada de los complejos dunares unida a un interesante muestrario floral. Asimismo, carrizo y junqueras propias de las marismas. Paraíso botánico para especialistas interesados en plantas endémicas raras y otras con valores singulares.

Lo mismo ocurre con la fauna: hábitats diversos con muchas posibilidades. Destacan las comunidades de aves ligadas al medio acuático, salado o dulce: anátidos, limícolas, aves marinas y pájaros.

Casa da Costa





Situación

Ayuntamientos coruñeses de Cabanas, A Capela, As Pontes de García Rodríguez, Monfero y Pontedeume.

Superficie

9.125,65 ha. LIC: 9.076,82 ha.

Acceso

De Pontedeume al monasterio de Caaveiro, pasando por Ombre, por carretera local. Acceso a la orilla derecha como la central del Eume en los desvíos desde As Neves y Goente, en la carretera AC-141 Cabanas-As Pontes de García Rodríguez. Orilla izquierda por la carretera local que pasa junto al monasterio de Monfero.

Servicios

En varias poblaciones en el entorno del Parque.

Más información

Oficina del Parque Natural (Esteiro, 23, Nogueirosa - Pontedeume; Tel. 981 495 580).

Equipamientos

Centro de Recepción en la carretera Ombre-Caaveiro, km 5. (Tel. 981 432 528)
Paneles informativos.
Parque Eólico Experimental Sotavento.
(Reservas: Tel. 981 563 777).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Xubia-Castro"



Centro de recepción





El bosque soñado

El río Eume, de unos cien kilómetros de longitud total, ha labrado en la mayor parte de su curso medio y final un profundo cañón. Las abruptas laderas, en algunos puntos de hasta 300 metros de desnivel, conservan el manto vegetal original de los bosques atlánticos. Un bosque como todos soñamos: la espesura, las estaciones transformadas en colores, un río que conoce la aventura del salmón y busca la proximidad del mar para hacerse ría...





Río Eume



Cañón del Eume



Embalse del Eume

Porque “fraga” significa bosque con árboles de diferentes especies. Robles y castaños forman el manto caducifolio acompañados de abedules y alisos, fresnos y tejos, avellanos y árboles frutales silvestres; y de los perennes laureles, acebos y madroños. Todos forman una heterogénea selva en la que cada especie ocupa su lugar. Los alcornoques, por ejemplo, tienen en estas laderas orientadas al sur su límite septentrional en Galicia. En las riberas húmedas y sombrías se conserva una amplia colección de líquenes, musgo y helechos que son una de las joyas de los bosques climáticos como Eume, relictos de la Era Terciaria.

Sin Pérdida

El Parque tiene establecidos cuatro portales de acceso, sin comunicación entre ellos. El más visitado es el que fija como destino el monasterio de Caaveiro. Las laderas inclinadas sólo permiten esta entrada siguiendo el curso del río a través del coto pesquero de Ombre, a diez kilómetros de Pontedeume. Desde el refugio de pescadores de Cal Grande parten los itinerarios a través del bosque.

Los fines de semana el paso con vehículos está restringido, pero existe transporte colectivo hasta el puente de A Figueira, el más próximo al monasterio. En este punto, pie en tierra, comienza la subida de unos quince minutos hasta el cenobio benedictino de San Xoán de Caaveiro, recientemente rehabilitado. Todo un monumento de arte románico en plena naturaleza con vistas panorámicas a las frondosas y al cielo. La entrada es gratuita con visita guiada, generalmente en turnos de 45 minutos. Sin problema durante los fines de semana, festivos y temporada alta. El resto del año, consultar. El horario sufre modificaciones estacionales.

Ya ganado el alto, y visitado el monasterio, la senda puede continuarse en una breve bajada hasta el rumor del Sesín, que desagua en el Eume un poco más abajo del monasterio. Vale la pena admirar su bravura de pozas y fuentes verdes filtradas de musgo. El mismo Sesín puede ser abordado aguas arriba por otro itinerario diferente a éste. Desde la carretera de Cabanas a As Pontes de García Rodríguez, tomando el desvío en As Neves que conduce a Gunxel con los molinos del Sesín y luego continúa hacia la antigua central hidroeléctrica de Ventureira. La pista se estrecha a partir de aquí en las numerosas curvas de las laderas arboladas de este itinerario que enlaza, en la orilla izquierda con la carretera de Rebordelo (Monfero).



Monasterio de Caaveiro



Río Sesín

En la misma carretera Cabanas-As Pontes, ya en el desvío de Goente, se accede a la presa del Eume. Destaca como mirador privilegiado sobre el salto de agua que durante las subidas invernales se convierte en cascada debido al diseño de la compuerta. Todo eso entre paredes verticales y desnudo granito sin que el paisaje pierda nunca el encanto de su fertilidad.

En la orilla izquierda destacamos la visita al monasterio de Monfero con su fachada barroca ajedrezada con lascas de pizarra. Después podemos penetrar en el Parque donde la cola del embalse del Eume recibe al río Frei Bermuz en medio de un frondoso paisaje.

En los altos de la Serra da Loba, entre Monfero y Xermade, encontramos el Parque Eólico Experimental Sotavento dedicado a la divulgación de las energías renovables, con todo tipo de actividades, visitas guiadas y cesión de bicicletas.

Naturaleza Singular



Bosque mixto de frondosas considerado uno de los más extensos de la Galicia litoral y relevante a nivel europeo como bosque climático. Los robles cubren las faldas del cañón fluvial acompañados de un amplio repertorio vegetal y bosques de ribera. La humedad propicia variedades de helechos de gran interés. Es necesario mencionar las 103 especies de aves, 41 de mamíferos y 8 de peces. Especies endémicas de invertebrados y reptiles como la rana ibérica.



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Situación

Íntegramente en el ayuntamiento de Tui (Pontevedra).

Superficie

746,29 ha.

Acceso

Desvío próximo a Tui, en la carretera comarcal PO-340 Gondomar-Tui.

Servicios

Alojamiento: No, en Tui.

Comer: Sí.

Equipamientos

Centro de Interpretación de la Naturaleza "Casa Forestal Enxeñeiro Areses" (Tel. 986 685 095). Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Baixo Miño"

"Serra da Groba"



Alto dos Cubos



Centro de visitantes



La paz de la naturaleza

El Aloia sabe que es atractivo en una tierra tocada por la bondad en lo climatológico y exuberante en lo natural. Un monte verde que tiene además sólidas raíces en el subsuelo de granito. Ha conocido a lo largo de su historia usos defensivos, religiosos, forestales y recreativos. Fue el primer Parque Natural de Galicia, y aquí permanece en complicidad con el río que a sus pies comienza a despedirse antes de entregarse al mar.

La sierra de O Galiñeiro, que se eleva como pequeño cordal montañoso en primera línea de costa, parte de cotas por debajo de los cien metros de altitud y asciende hasta los 629 metros en el alto de San Xián. La colina domina el paisaje, calificado como atalaya sobre el Miño. Todos los riachuelos que nacen del Aloia buscan el valle del Miño en un corto trayecto de brava revelación de su pasado molinero.

La localización del Parque, en una de las zonas más densamente pobladas de Galicia y al norte de Portugal, lo dota de grandes posibilidades orientadas a la educación ambiental. Así, la casa que el ingeniero de montes tudense Rafael Areses

levantó en el año 1921 se emplea en la actualidad como Centro de Visitantes.

En los días claros el Aloia no defrauda con las vistas panorámicas. Es un lugar muy ligado a la práctica de actividades de ocio al aire libre entre las que destaca el senderismo, integrado en la red de rutas por todo O Baixo Miño y que hasta aquí se estira desde la ciudad de Vigo.

Naturaleza Singular

Abundante vegetación. Manchas del bosque autóctono, principalmente con especies caducifolias. Repoblaciones con pinos y masas de árboles exóticos que rondan ya los cien años. Se acompaña de la fauna propia del monte. En este sentido, el Aloia representa un refugio entre toda la presión circundante para especies comunes como el conejo, aves rapaces y anfibios.

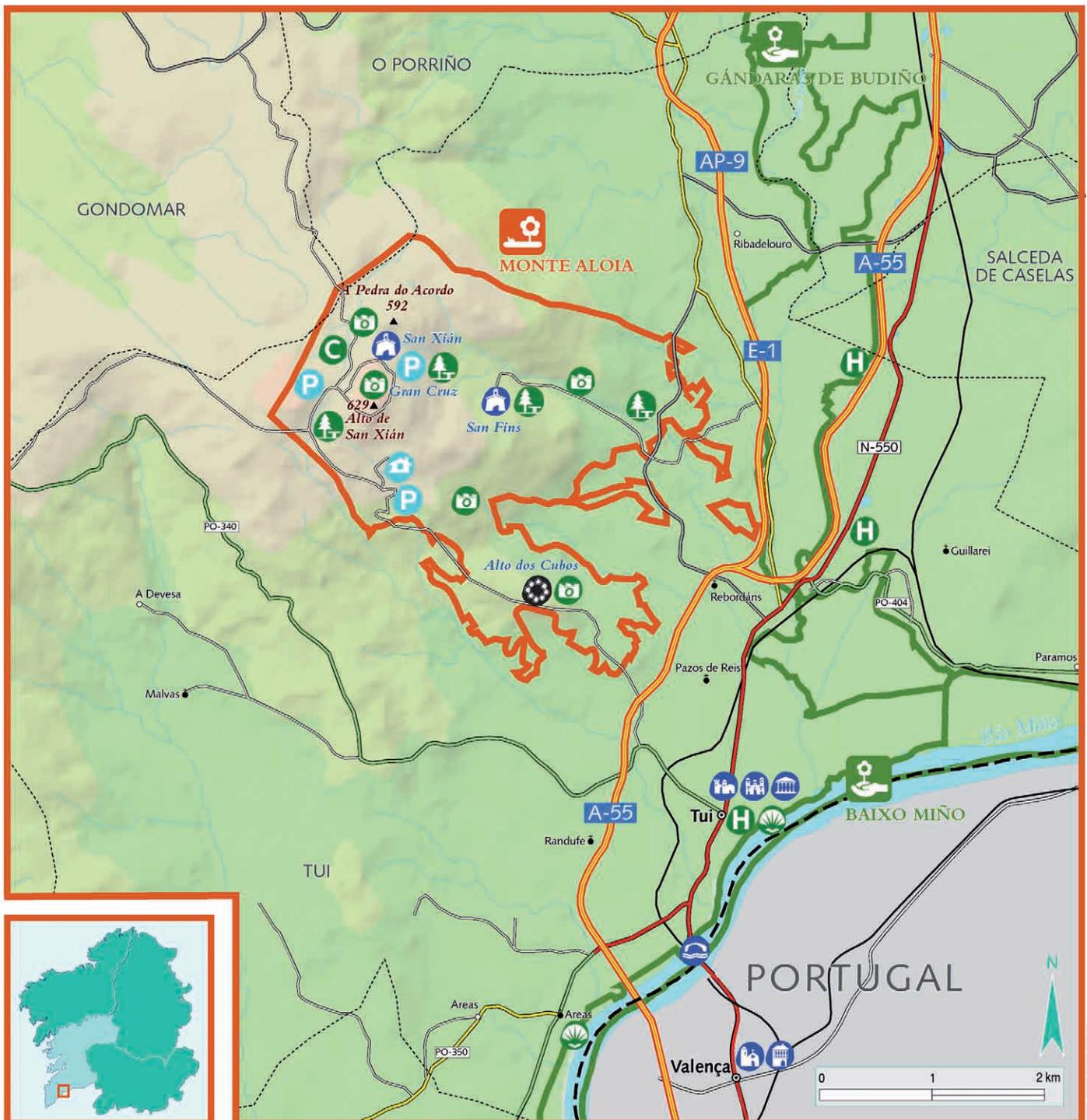


Sin Pérdida

En el Centro de Visitantes “Casa do Enxeñeiro Areses” encontraremos una exposición permanente y amplia información sobre el Parque. De aquí parten las seis rutas para conocer el monte. Los itinerarios enlazan cinco miradores, otras tantas áreas recreativas y siete molinos de agua visitables (*Ruta de los molinos del Tripes* y *Ruta de los molinos de Paredes*). En total, más de diez kilómetros de recorridos. Entre ellos se incluye una senda botánica que muestra con paneles explicativos la diversidad vegetal y enseña a identificar las especies a través de juegos.

El lugar más visitado y centro de las tradiciones populares es la ermita del alto de San Xián. El santuario de origen románico y la escalinata hasta la Fuente del Santo reconstruidas en el siglo XVIII responderían a una antigua cristianización del culto a las piedras y otros elementos de la naturaleza. Los rituales hablan de la lastra de la cama en la cual parece ser que dormía el santo y donde no crece la hierba, o la piedra del agua y la piedra del sol para realizar peticiones meteorológicas.

La más vieja ruta a pie es la del castro del Alto dos Cubos, una citania de la cual se conserva el muro de 1.250 metros de longitud que por estar hecho de grandes piedras sin argamasa recibe el curioso nombre de muralla ciclópea.



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Canón do Bibei
Bidueiral de Montederramo
Macizo Central

Situación

Parque Natural, íntegramente en el ayuntamiento de Vilariño de Conso.

El **Macizo Central** alcanza el área montañosa de las comarcas centrales ourensanas, en los ayuntamientos de O Bolo, Chandrexa de Queixa, Laza, Manzaneda, A Pobra de Trives, Viana do Bolo, Vilariño de Conso, Quiroga, Larouco y Montederramo.

El Bidueiral se extiende entre los ayuntamientos de Montederramo y Vilar de Barrio.

Superficie

5.722 ha. LIC: 46.829,43 ha. LIC “Bidueiral de Montederramo” 1.948,55 ha.

Acceso

Al Parque desde Verín por la carretera comarcal OU-114 de Laza, y allí coger el desvío a Campobeceros. Para el **Macizo Central**, por el norte, la carretera C-536 con desvíos en O Castro de Caldelas o en A Pobra de Trives para llegar a Manzaneda. Para el **Canón do Bibei**, por el este, carretera C-533 Petín-A Gudiña y desvío al santuario de As Ermidas.

Servicios

Alojamiento y comida en las localidades dentro del LIC **Macizo Central**.

Más información

Para visitar el Parque Natural, permiso expedido por escrito por el Departamento Territorial de la Consellería de Medio Rural de Ourense. Tel.: 988 386 029 - Fax: 988 386 135.

Equipamientos

Centro de Recepción (Tel. 988 386 376).

Aula de la Naturaleza, en la Ribeira Grande.

Observatorios de fauna (cercado cinegético de ungulados silvestres).

El Aula de la Naturaleza cuenta con dormitorios y otras instalaciones como laboratorio y aula de proyecciones para la realización de actividades coordinadas por monitores.

Otros espacios naturales protegidos

Monumento Natural “Souto de Rozabales”

Paisaje Protegido “Val do Navea”

LIC “Pena Trevinca”



Embalse de As Portas. Macizo Central

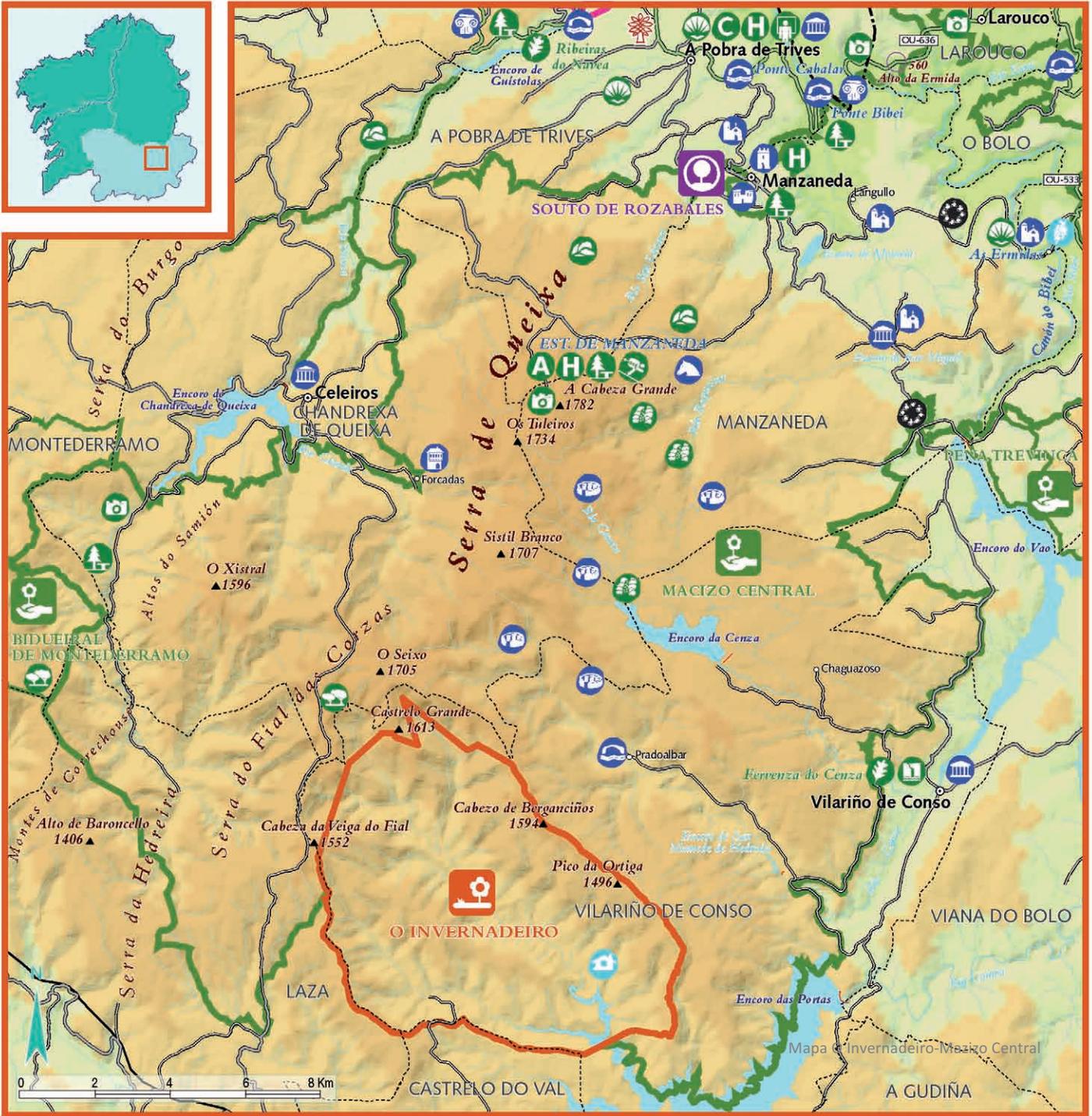


Lección de montaña

No existen asentamientos humanos dentro de los límites de O Invernadeiro. Todo es naturaleza. Su historia viene de antiguo, siempre como propiedad no dividida desde la Edad Media, dedicada por aquel entonces al pastoreo y a la caza. A mediados del siglo pasado se convirtió en una zona autorizada de repoblaciones forestales hasta que en el año 1981 sufrió un incendio y cambió su destino. De las cenizas renació con una apuesta por la recuperación ambiental que se consolidó definitivamente en el verano de 1997 con su declaración como Parque Natural. En la actualidad es una de las mejores aulas de la naturaleza de la comunidad para conocer con intensidad la vida del **Macizo Central** ourensano.

Las viejas montañas galaicas, que superan en los límites del Parque los 1.500 metros de altitud, combinan el encanto agreste de la roca con la suavidad de los grandes volúmenes redondeados. Son las sierras propicias para acoger gran parte de la vida salvaje representada principalmente por el lobo y sus presas corzo y jabalí. Los ríos, igual que en tiempos primitivos los glaciares, viven en este espacio el gran momento de la montaña. Los cauces gemelos Ribeira Grande y Ribeira Pequena ponen el ritmo fluvial.





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Bidueiral de Montederramo



Macizo Central



Bidueiral de Montederramo



Sin Pérdida

Es necesario solicitar con antelación el permiso de acceso y efectuar todos los recorridos a pie por las rutas marcadas. Las visitas para grupos se realizan a partir de un mínimo de cinco personas. Es ampliamente recomendable para grupos escolares y otros colectivos el Aula de la Naturaleza de Ribeira Grande y sus actividades. Ofrece una experiencia única, aislados en la naturaleza recorriendo los grandes terrenos de caza del lobo. Alguna de estas rutas permite observar un sorprendente circo glaciar y varias cascadas como la de Arcos.

En la Ribeira Pequena destaca la ruta de los cercados que nos acerca a los espacios de los ciervos y otros ungulados en semilibertad. Son precisamente ciervos, cabras montesas, gamos, rebecos y muflones las estrellas del Parque. Habitan espacios vallados que facilitan el control de las poblaciones y hace de su avistamiento una de las experiencias de más grato recuerdo de los visitantes.

Macizo Central

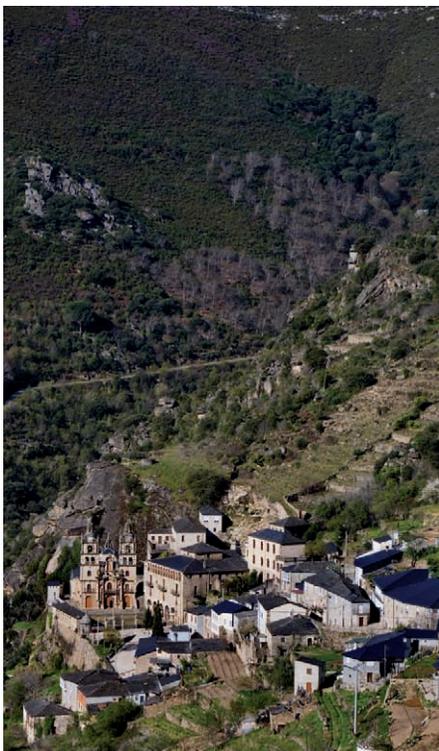
O Invernadeiro es el corazón de una vasta zona montañosa prácticamente despoblada. Las mayores elevaciones se encuentran en la sierra de Queixa, que ostenta el punto más alto en la estación de montaña de Manzaneda (1.782 m), y en la sierra de San Mamede (1.619 m). Registran abundantes precipitaciones en forma de lluvia y nieve, pero también importantes periodos estacionales de sequía.

Desde A Proba de Trives podemos ascender hasta la estación invernal de Manzaneda con múltiples opciones turísticas ya que no limita su actividad tan sólo a la temporada de esquí. Es el punto de partida de varias rutas de senderismo en busca de la antigua actividad glaciar de la montaña. También podemos optar por continuar hasta Celeiros, capital municipal de Chandrexa de Queixa.

En la otra vertiente del macizo, dos son las posibilidades. Por un lado, en el ayuntamiento de Vilariño de Conso, los enclaves de Pradoalbar, donde el río llena el valle de gran belleza, y Chaguazoso, donde veremos una espectacular morena glaciar y la cascada del río Cenza.

A media altitud son frecuentes las extensiones arboladas. Bosques autóctonos de interés botánico por la presencia conjunta de especies atlánticas y mediterráneas como el roble común y el roble melojo. Una de las manchas arbóreas más curiosas es el Bidueiral de Montederramo, de unas 250 hectáreas en la parroquia de Gabín, propiciado por la necesidad de esta madera para los antiguamente numerosos “zoqueiros” (artesanos fabricantes de zuecas) y carpinteros de la zona.

Por otro lado, en las tierras de O Bolo, el cañón del río Bibei. La fotografía por antonomasia se encuadra con el santuario barroco de As Ermidas colgado del monte entre laderas de viñedos y un buen definidor climático como es la presencia de olivos. El paisaje de los bancales para vencer el fuerte desnivel consigue aquí una de sus mejores muestras. El río asiste y resiste a esta larga historia de humanización que viene de antiguo, como el sólido puente romano del Bibei capaz de soportar todavía el tráfico moderno.



As Ermidas. Cañón del Bibei



Naturaleza Singular



Buena recuperación del estrato arbóreo y de los pinares. Al abrigo de abruptas faldas, se conservan bosques maduros de carácter autóctono.

Excelente representación arbustiva de media montaña. La fauna presenta la pirámide trófica completa.

Bioindicadores de la salud de los ecosistemas fluviales como la nutria y otras especies aún más escasas a nivel ibérico.





Situación

Íntegramente en el ayuntamiento de Rubiá, perteneciente a la comarca ourensana de Valdeorras, limítrofe con El Bierzo (León).

Superficie

3.151,67 ha.

Acceso

Atraviesa el Parque Natural por Covas la carretera N-120 Ponferrada-Ourense y la línea ferroviaria. Rodea la sierra desde la N-120, hacia el norte, la comarcal OU-622. También desvío hacia Biobra.

Servicios

En la zona, fuera del Parque.

Más información

Oficina del Parque Natural, Centro de Visitantes. Biobra (tel. 988 324 319).

Equipamientos

Observatorios de fauna.
Refugio de espeleología en Covas, con licencia deportiva.



Penedos de Oulego



El tesoro del Sil

La Serra da Lastra es el oriente natural de Galicia. Aquí la encina es un árbol con historia propia. Nos habla de clima mediterráneo y de los suelos calizos que precisa para existir. Por eso resulta escasa en el resto del territorio gallego. Da nombre al Parque Natural pues parece ser que unha encina de grandes dimensiones servía antaño de guía a los viajeros por estas encrucijadas. Es sólo una historia, pero una encina como ésta se puede admirar en un solar próximo al cementerio de Covas, y cuenta con el reconocimiento de Árbol Singular.

Acompañan a la encina otras especies de tipo mediterráneo: alcornoques, rebolos (roble de tronco pequeño), almendros y olivos. También hablamos de los castaños y retrocedemos dos mil años. En aquellos tiempos pasaron los romanos que llevaron de estos montes el oro para enriquecer el Imperio. Dejaron a cambio dos tesoros: la lengua y los castañales, elementos

magistrales de este paisaje.

A nadie dejará indiferente la belleza de las torres montañosas de los Penedos do Oulego, las formas del barranco del Val do Inferno, los cortados de Pena Falcueira. El Sil divide este sistema montañoso generando un cañón de fuertes pendientes. El estrecho de Covas constituye la experiencia estética de los viajeros que atraviesan en tren la comarca.

Y todavía nos sorprenderá el interior de la tierra con las "palas", palabra de origen prerromano que significa cuevas. Aquí está la mayor red de cavidades subterráneas de la comunidad y las mayores colonias de murciélagos en las cerca de doscientas simas y cuevas censadas. Algunas de gran longitud, como la Cova da zorra (600m) y hitos en la espeleología gallega como la pala de Xilberte, la pala do Pombo, la de Trasmonte o la pala de Tralapala.



Sin Pérdida

El viaje por las carreteras locales que comunican las pequeñas poblaciones en el interior o limítrofes sirve por sí mismo para admirar la belleza del paisaje. El Parque cuenta con zonas de acceso restringido. Para la exploración de las palas o cuevas es necesario el contacto con asociaciones de espeleología.

De este espacio destacamos los lugares de Covas y Biobra, donde radica el Centro de Visitantes. La ruta entre Vilardesilva y Covas discurre por el margen derecho del Sil, descubriéndonos el cañón fluvial con increíbles gargantas que embalsan las aguas y sirven de lugar de caza a las aves rapaces.

Por otro lado, podremos acercarnos a los Penedos de Oulego por una senda muy exigente que aprovecha las pistas forestales y esconde paraísos naturales y paisajísticos que son el secreto mejor guardado de las duras sierras del oriente.

Naturaleza Singular



Destacan los bosques de encinas, castaños y matorrales mediterráneos que cuentan con peculiaridades como la presencia de campos de tomillares silvestres. Endemias florales de suelos calizos y otras rarezas como las más de 25 especies de orquídeas. Los cañones y acantilados fluviales son hábitats de aves de rapiña y otras aves que hacen del Parque un interesante refugio ornitológico. Acoge la mayor concentración de aves nidificantes de Galicia. En las cuevas existen grandes colonias de murciélagos.



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.

Penedos de Pasarela e Traba



Situación

Ayuntamientos de Laxe y Vimianzo, en la Costa da Morte coruñesa.

Superficie

212 ha.

Acceso

Varios desvíos desde la AC-552 hacia la costa de Laxe.

Servicios

Alojamiento y comida, en las cercanías.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

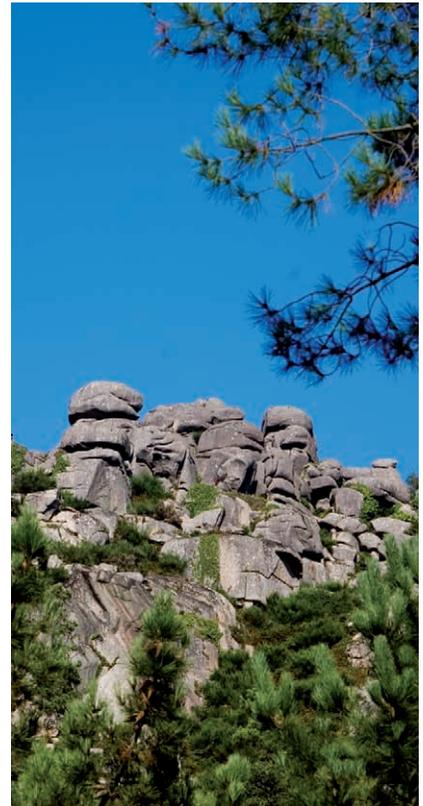
LIC "Costa da Morte"
LIC "Río Anllóns"

Cuerpo de piedra, alma de leyenda

Admirados miradores son las cuatro cumbres que rodean el valle del Traba, abierto al océano en un extenso arenal con laguna costera incluida. Desde la playa, ellos mismos son una de las vistas panorámicas más espectaculares de la Costa da Morte (LIC). Piedra sobre piedra se elevan hasta los 274 metros de altitud y proclaman su nombre, según la forma o la leyenda con que la tradición los bautizó. A Pena dos Mouros, Pena Forcada, O Castelo y la Torre da Moa son los nombres de los cuatro picos que delimitan el espacio.

Podemos ascender a pie desde el lugar de A Costa, en la parroquia de Traba, o mejor desde el sur, en un itinerario que comienza en Pasarela, parroquia de Calo. Aquí la imaginación popular ha dotado de nombres descriptivos a las rocas más singulares del paisaje. A Cachucha, O Berrón, A Aguia, A Tartaruga, O Gardián son algunos de ellos. En los mismos documentos legales que los protegen, se habla de escenario onírico creado por la acumulación de formas pétreas. Morfologías animales y humanas que en cada nueva mirada ponen a prueba la imaginación.

Además de su valor estético o paisajístico las formas tienen un enorme valor científico porque permiten conocer cuál fue la evolución del paisaje.



Val do río Navea



Situación

Ayuntamientos ourensanos de San Xoán de Río y A Pobra de Trives.

Superficie

706 ha.

Acceso

Desvío por carreteras locales a partir de la OU-536 (Ourense-A Rúa) a su paso por el ayuntamiento de A Pobra de Trives.

Servicios

Alojamiento y comida: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

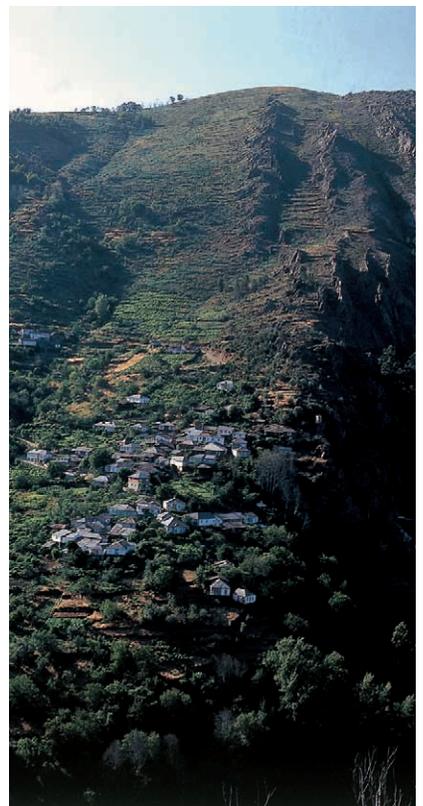
LIC "Macizo Central"
Monumento Natural "Souto de Rozabales"

Ribera de los castaños

El río Navea vierte sus aguas en el Bibei poco antes de que este se las ceda a su vez al Sil, al cual le espera lo mismo en el Miño. Toda una carambola de las aguas que pone en contacto el Macizo Central ourensano con el maior sistema fluvial del noroeste peninsular: el Miño-Sil.

Todos estos ríos labraron corredores naturales con un paisaje a medida. El valle del Navea es el que se conserva menos alterado. Destaca por el predominio de la vegetación arbórea, como el gran bosque de San Xoán de Río a un lado del río y al otro uno de los famosos castaños de la comarca de Trives. Históricos castaños acompañados de los "sequeiros", construcciones de un piso empleadas para secar las castañas. Algunos están rehabilitándose.

Al principio del espacio protegido está uno de sus principales atractivos: Ponte Navea, construido en la Edad Media sobre los restos del antiguo puente romano.





Situación

En la localidad de A Saínza, en el ayuntamiento de Rairiz de Veiga perteneciente a la comarca de A Limia (Ourense).

Superficie

0,63 ha.

Acceso

Carretera OU-531 de Xinzo de Limia a Celanova.

Servizos

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

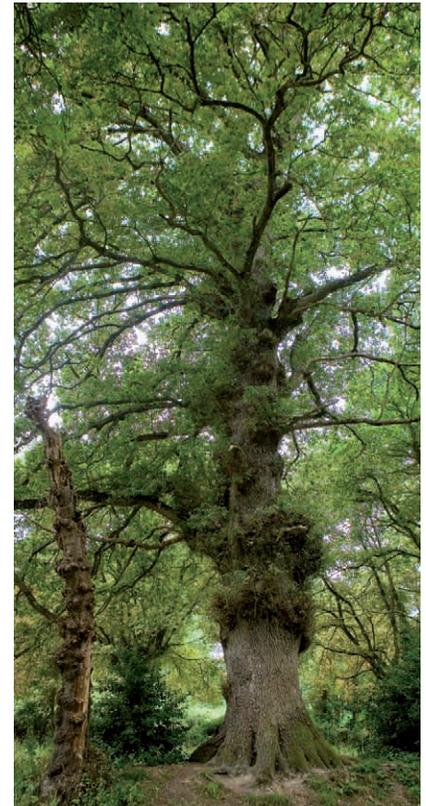
Parque Natural "Baixa Limia-Serra do Xurés"
LIC "Veiga de Ponteliñares"

Raíces para ganar el cielo

En gallego, el carballo (*Quercus robur*) adopta el género femenino cuando se trata de un ejemplar viejo, de tronco voluminoso y copa muy desarrollada. La Carballa da Rocha o de A Saínza presenta un porte magnífico. Su medición oficial es de 6,90 metros de perímetro que deben tomarse a una altura de 1,30 metros del suelo. Más arriba se bifurca en dos grandes ramas que superan los treinta metros de altura.

Además de su interés botánico, el árbol de A Saínza posee un notable valor cultural. Sus raíces se funden en la historia de donde está plantado, cerca de la capilla de la Virgen de las Mercedes, y en memoria de las gentes del lugar (Ver Reserva de la Biosfera "Área de Allariz").

Cada 24 de septiembre, con motivo de las fiestas patronales, la sombra de este robledal acoge también una importante romería, una de las pocas recreaciones en Galicia de las batallas entre moros y cristianos. El denominado "ataque" se representa en el Campo do Castelo y está declarado Fiesta de Interés Turístico.



Situación

Ayuntamiento de Oleiros, cerca de la ciudad de A Coruña.

Superficie

Monumento Natural 266 ha.
LIC 349,96 ha.

Acceso

Desde A Coruña, a la salida de A Ponte Pasaxe hacia Santa Cruz-playas. En Mera, desvío al faro, o continuar hasta el puerto de Lorbé.

Servicios

Alojamiento: en Mera.
Comer: en las cercanías.

Más información

CEIDA (Centro de Extensión Universitaria e Divulgación Ambiental de Galicia).
Castelo de Santa Cruz, Liáns.
Tel: 981 630 618 - Fax: 981 614 443.

Equipamientos

Aula del Mar: Centro de Recepción de Visitantes del Monumento Natural Costa de Dexo-Serantes. Casa do Fareiro (Mera). Tel.: 981 630 618.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "Fragas do Eume"
LIC "Costa Ártabra"
LIC "Betanzos-Mandeo"

Amar A Marola

El faro de Mera constituye un balcón privilegiado para observar el horizonte atlántico al que asoman las bocas de tres rías. La de A Coruña, con el perfil de la ciudad tras el mascarón de proa de la Torre de Hércules; la de Betanzos y Ares, que esconde una costa dulce en el corazón de As Mariñas; y, medio camuflada en los acantilados, la ría de Ferrol (ver LIC *Costa Ártabra*). Este es el paisaje que tiene en primer término la punta de O Seixo Branco, con su vertical veta compitiendo en albura con la espuma marina, y la isla de A Marola. Prácticamente inaccesible como otros islotes cercanos a la costa, es un enclave importante para aves.

La antigua casa del farero se ha convertido en un Aula del Mar desde la que los visitantes pueden conocer los ecosistemas y planificar itinerarios. La costa es como una sierra de entrantes y salientes con espacio para alguna playa como la de Canabal o Portiño de Dexo. "Quien cruza A Marola, cruza todo el mar" dice la cantiga popular de esta ruta marítima cuyos vientos y corrientes provocaban como mínimo no pocos mareos.





Situación

En el ayuntamiento de Ribadeo, en A Mariña oriental luguesa. El LIC se extiende entre los ayuntamientos de Barreiros y Ribadeo.

Superficie

Monumento Natural: 28,94 ha, de las cuales 20 ha son aguas marinas. LIC: 304,36 ha.

Acceso

Por la carretera N-634 (A Coruña-Santander), desvíos hacia la costa en el tramo entre San Miguel de Reinante y Rinlo. Pistas locales paralelas a la costa.

Servicios

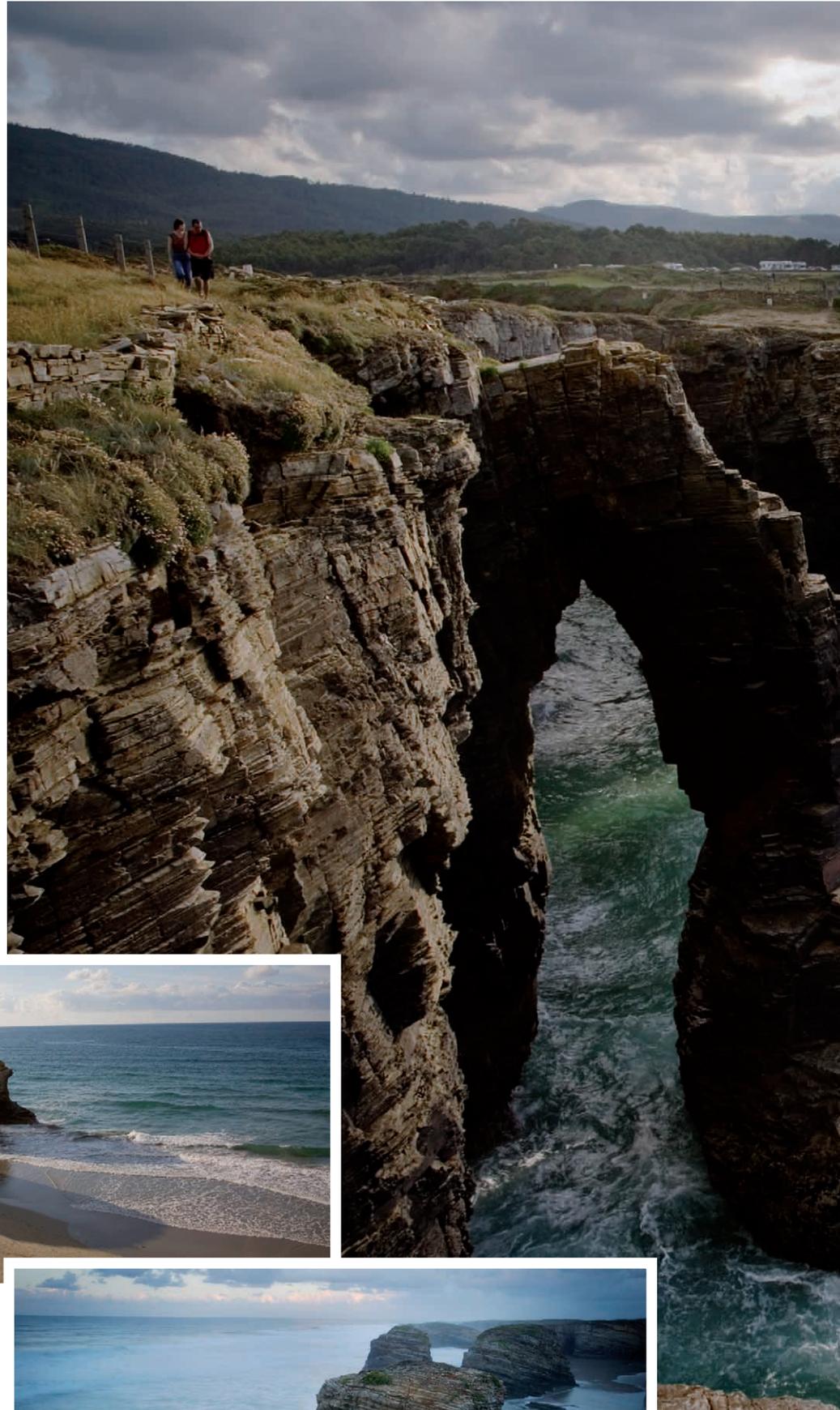
Alojamiento y comida en las poblaciones próximas y al pie de la carretera.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Ría de Foz-Masma"
LIC "Río Eo"





Arquitectura del mar

El peldaño que forma la denominada rasa cantábrica alcanza aquí categoría de monumento geológico. El mar ha esculpido en los acantilados todo un repertorio arquitectónico de arcos, columnas y bóvedas que llevaron a bautizar turísticamente el espacio entre los arenales de Augasantas y Carricelas como Praia das Catedrais.

El acceso resulta fácil. Cuenta además con un paseo acondicionado por el borde superior y paneles informativos. Sin embargo, dejar nuestra huella en la arena sólo es posible durante la marea baja. Caminar por la superficie libre de la bajamar e internarnos en las cuevas marinas con el permiso momentáneo del mar incrementa la sensación de aventura. As Catedrais atesoran en los últimos años miles de fotografías, todas con la emoción de un momento irrepetible. Cada imagen es única.

Cada visita es diferente. El mar siempre borra las huellas anteriores, pero permanece la sucesión de arcos monumentales. Además, el espacio protegido dentro de la Red Natura 2000 alcanza un tramo costero de unos quince kilómetros de largo en los que podemos encontrar otros hermosos arenales como el de Os Castros y el pintoresco puerto de Rinlo.



Situación

Lugar de Quintela, en la parroquia de Catasós, ayuntamiento de Lalín (Pontevedra).

Superficie

4,52 ha.

Acceso

A cuatro kilómetros de Lalín en dirección Ourense por la carretera N-535.

Servicios

Alojamiento y comida en Lalín y lugares próximos.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Serra do Candán"

Navegar por el bosque

Derechos como mástiles de veleros en el centro de Galicia se plantaron buena parte de estos ejemplares que ahora forman este bosque también llamado Carballeira de Quiroga. Las largas vigas que hacían falta en la construcción de los pazos y casas grandes del campo gallego necesitaban árboles esbeltos. Sólo se les podaban las ramas, pero nunca se descabezaban por lo que crecían hacia el cielo sin engordar demasiado por la base.

Robles y principalmente castaños alcanzan los 30 metros de altura y cinco de perímetro. Por su porte distinguido, están considerados los mejores ejemplares de castaños centenarios de Europa. Se plantaron a comienzos del siglo XIX en la propiedad del pazo de la familia Quiroga, emparentados con doña Emilia Pardo Bazán que pasó temporadas en esta casa e Incluso se afirma que escribió aquí varios capítulos de la novela *Los Pazos de Ulloa*.

El paseo por el bosque es corto y fácil, pero la espesura de los caminos depara siempre amenas sorpresas. Por ejemplo, los troncos caídos con la fuerza de los vendavales de los que alguno se aprovechó para contar anillo a anillo su historia a los visitantes.

Ya a mediados del siglo pasado la FAO, Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, había reclamado la protección de este bosque. En la actualidad es uno de los Monumentos Naturales gallegos para el siglo XXI y forma parte del catálogo de Árboles Singulares de la comunidad.



Situación

Comarca ourensana de O Ribeiro, ayuntamientos de Carballeda de Avia, Leiro y Avión.

Superficie

998 ha.

Acceso

Desvíos en la carretera provincial OU-504 (Ribadavia-O Carballiño), bien en Leiro o bien Beade, (OU-212) hacia el ayuntamiento de Avión.

Servicios

Alojamiento y comida en las localidades próximas.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

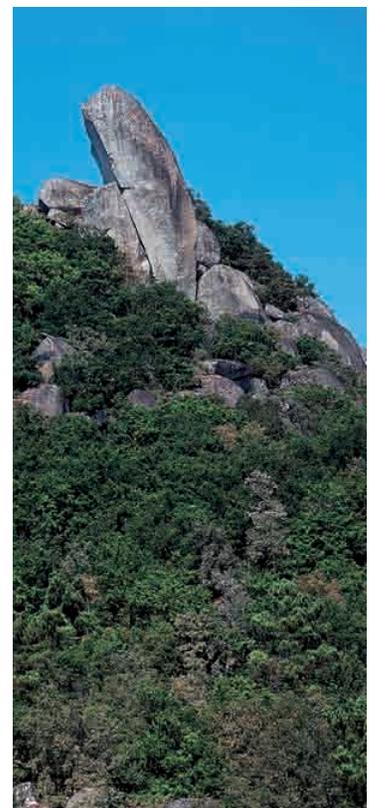
"Serra do Suído"

El "menhir" de O Ribeiro

El cuerno de piedra de unos diez metros en vertical se alza sobre otras grandes rocas para asomar íntegro entre la vegetación. De este modo, Pena Corneira constituye el referente visual desde casi cualquier punto del valle del Avia, en la comarca vitivinícola de O Ribeiro. Lo acompañan, además, muchas otras rocas de curiosa hechura o combinación. Entre ellas predominan los bolos de formas redondeadas, amontonadas, corredores entre paredes pétreas y otras formas erosivas. Todo esto en un paisaje de media montaña que conserva además su cubierta vegetal autóctona en muchas partes.

La subida puede realizarse a pie por la ruta de senderismo que parte del parque fluvial de Leiro, a unos nueve kilómetros de la cumbre. El camino está acondicionado con pasarelas y escaleras en los tramos más abruptos y tiene interesantes derivaciones al área etnográfica del Regato do Foxo, con un conjunto de seis molinos y treinta hórreos rehabilitados, o hacia la iglesia románica de San Tomé (Serantes). También se puede acceder en coche hasta el parque forestal próximo a la propia base de Pena Corneira o, desde el mismo lugar, al mirador de O Outeiral. Sin duda los mejores sitios desde donde gozar de este Monumento Natural, por extensión el mayor de la comunidad autónoma.

Linda con este espacio protegido el bosque de Ridimoas (Beade), propiedad de la asociación cultural-ecológica del mismo nombre que promueve su regeneración y difusión didáctica.





Situación

En la parroquia de Chavín, ayuntamiento de Viveiro (Lugo).

Superficie

3,19 ha.

Acceso

A seis kilómetros de Viveiro por la carretera hacia Mondoñedo (LU-540) y desvío a Chavín (LU-161).

Servicios

Alojamiento y comida en los alrededores y en Viveiro.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Costa da Mariña occidental"
LIC "Río Landro"
LIC "Monte Maior"
LIC "Serra do Xistral"

El abolengo de los eucaliptos

El *Abuelo* de Chavín puede que sea el árbol más alto de España y uno de los de mayor envergadura de Europa, pero sin duda es el eucalipto más grande de Galicia. En su declaración oficial como Monumento Natural, junto con otros 600 ejemplares del Souto da Retorta también de grandes dimensiones, se le calculan 61,78 metros de altura y 7,55 de perímetro. Otras mediciones lo elevan por encima de los ochenta metros.

Los eucaliptos centenarios de Chavín se plantaron a partir de 1860 para drenar los terrenos bajos como protección contra las inundaciones. Las riberas del río Landro forman parte de la historia natural de la comunidad, donde siguiendo con datos oficiales cerca de la mitad de su superficie total está arbolada.

El espacio se limita además por varias vías históricas como la de la antigua fábrica de la luz de Chavín. La red fluvial del Landro conserva también en sus orillas muestras de vegetación autóctona, por ejemplo el área boscosa llamada Val do Naseiro, y lugares de interés como la cascada del Pozo da Ferida (río Loureiro) con un desnivel de treinta metros de altura.



Situación

En la comarca de As Terras de Trives, ayuntamiento de Manzaneda (Ourense).

Superficie

1,80 ha.

Acceso

Desde A Pobra de Trives, en la carretera Ourense-A Rúa OU-536, desvío local hacia la aldea de Rozabales en dirección a Manzaneda.

Servicios

Alojamiento y comida en Manzaneda y A Pobra de Trives.

Equipamientos

Paneles informativos.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

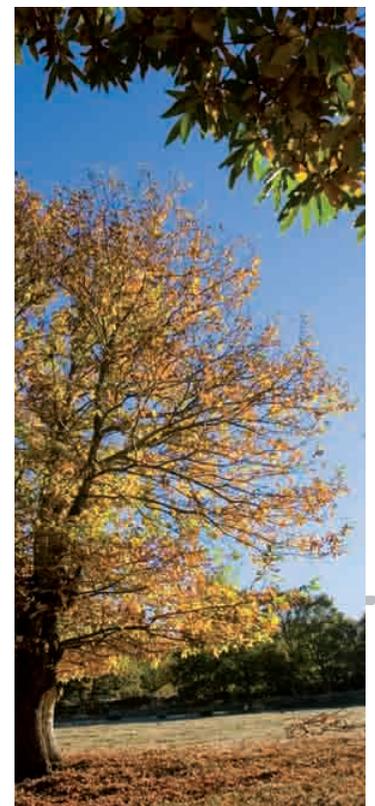
LIC "Macizo Central"
Paisaje Protegido "Val do Navea"

Mil otoños

En la época del descubrimiento de América parece que alguno de estos castaños del lugar Rozabales, en la parroquia de San Martiño de Arriba (Manzaneda), era varias veces centenario. Entre ellos destaca el castaño de Pumbariños, cuyo perímetro alcanza los 12,15 metros.

Se trata de un ejemplar injertado, como la mayoría de sus venerables compañeros. Estamos ante un espacio natural de origen artificial y explotado secularmente en equilibrio con la naturaleza. Pumbariños sigue dando otoño a otoño su fruto dulce, como cuando la castaña era tan necesaria para el sustento antes de la llegada de la patata del nuevo continente.

El castañal es un ecosistema altamente valioso, no sólo para la explotación humana de madera y castaña. Al pie del tronco se han colocado bancos para observarlo como una obra de arte y acompañarlo al ritmo de las estaciones. Con paciencia y discreción podremos observar la gran cantidad de aves silvestres que dependen del castañal.





Situación

Extremo sur-oriental de la provincia de Lugo. Ayuntamientos de As Nogais, Pedrafita do Cebreiro, Folgoso do Courel, Samos, Triacastela, O Incio, A Pobra do Brollón, Quiroga y Ribas de Sil.

Superficie

LIC "Ancares-Courel" 102.438,90 ha.

Acceso

Atraviesa O Courel de norte a sur la carretera LU-651. Desde el norte se llega a ella en la bajada de O Cebreiro en la LU-633 Pedrafita-Sarria.

Desde el sur, desvío en Quiroga en la N-120 Ponferrada-Ourense.

Aula de la Naturaleza de Moreda do Courel (Folgoso do Courel).

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

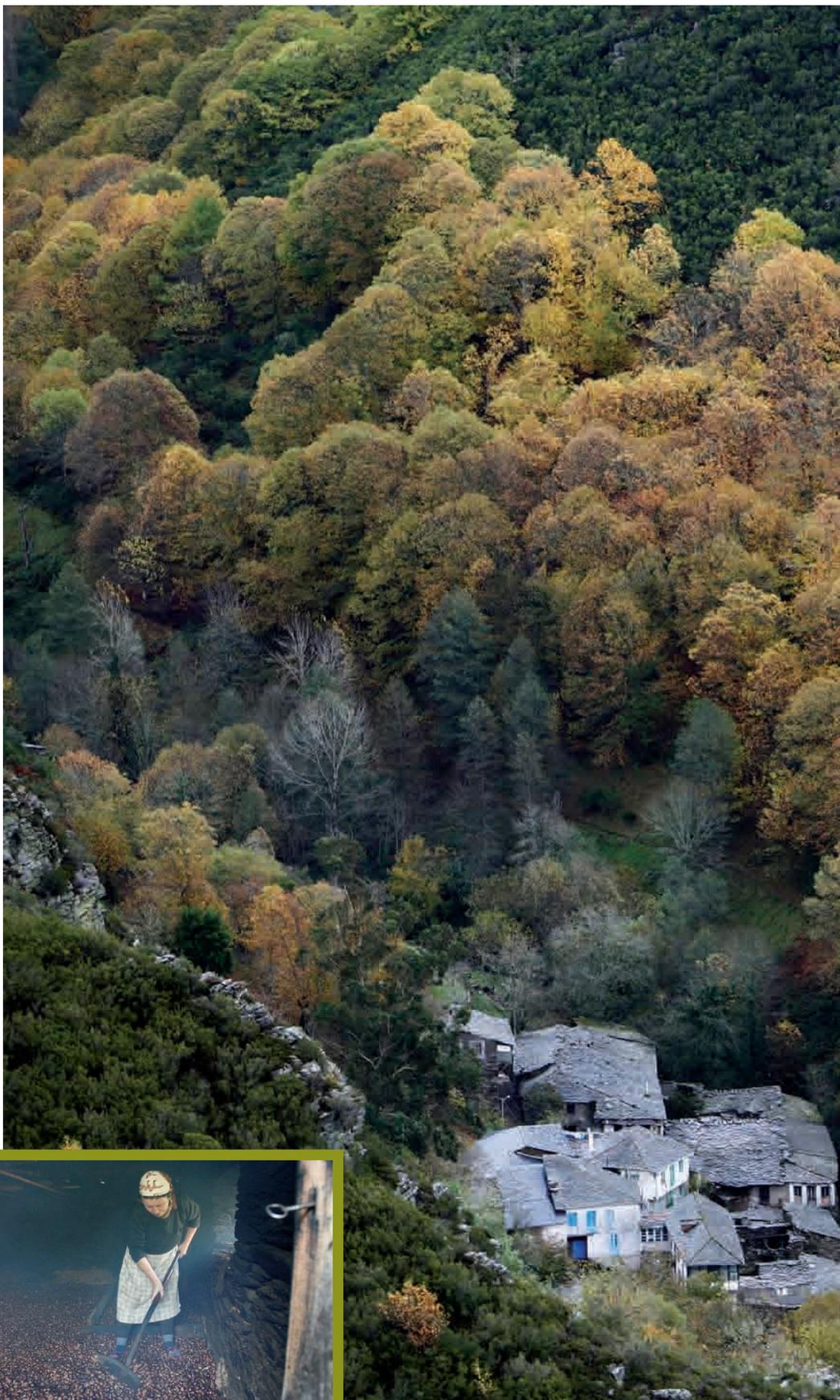
Equipamientos

Aula de la Naturaleza de Moureda do Courel (Folgoso do Courel).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Cruzul-Agüeira"

Os Ancares (LIC "Ancares-Courel")



"Sequeiro" de castañas



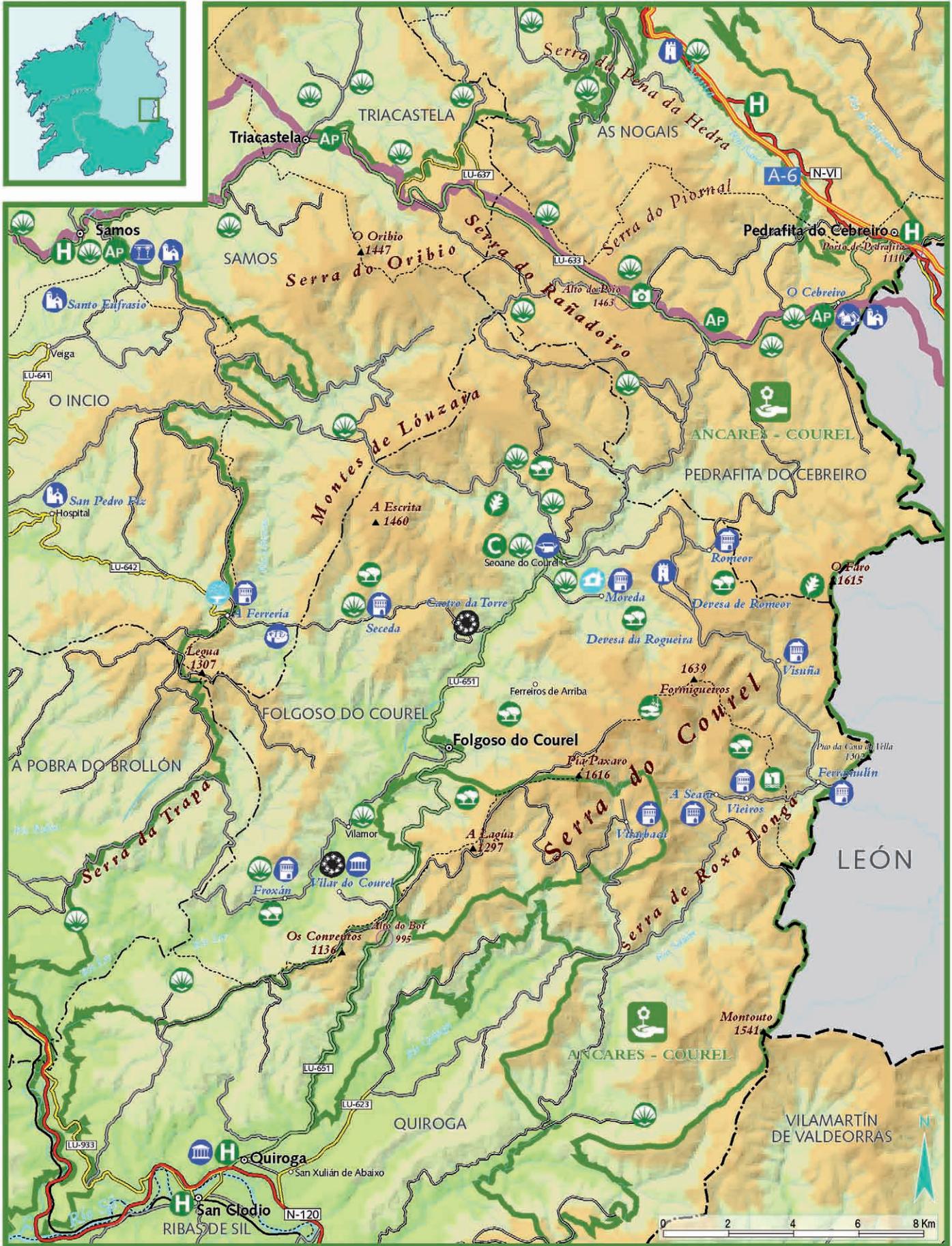


Sobre pizarra viva

O Courel dos tesos cumes que ollan de lonxe se extiende entre O Cebreiro, punto de entrada del Camino de Santiago en Galicia, y el río Sil por el sur, pero sin llegar a tocarlo. Viene a ser una de las tierras más viejas de la península. Su interés geológico es manifiesto: multitud de cuevas vivas y gateras o el espectacular plegamiento de Campodola (Quiroga), calificado como uno de los monumentos geológicos de Europa.

Terras do lobo, cavorcos do xabariil... O Courel es la gran reserva verde de Galicia. Todas las especies, menos las litorales, tienen representación en este cruce geográfico de montaña, con lo mejor de las características atlánticas y mediterráneas. Castaños alrededor de las aldeas y un reducto de los olivos en Quiroga. Las formaciones boscosas típicas de O Courel son las dehesas, nombre empleado para referirse a los bosques de muchas otras especies vegetales, generalmente en las cabeceras de los ríos.





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.





Eiquí síntese ben pouco o que é un home... continúa el canto a la belleza natural de los versos de su poeta nacional Uxío Novoneyra. La escasa población de estos lugares, donde confluyen las provincias de Lugo y Ourense con la comarca leonesa de El Bierzo, es en la actualidad una de las más envejecidas de Europa. Pero la vida respira verdadera diversidad e historia en los estrechos valles de los ríos Lor y Lóuzara, Selmo y Sondón. Sobre las faldas verdes se descubre ese otro patrimonio de O Courel que son sus aldeas de pizarra, el corazón de la sierra. De Romeor a Froxán y de A Ferrería a Ferramulín, los cuatro puntos cardinales.

Sin Pérdida

Sin duda, O Courel es la gran reserva verde de Galicia y cuenta también con un rico patrimonio histórico. El ayuntamiento de Folgoso do Courel ocupa el espacio central de la sierra. Desde sus principales localidades, Seoane y Folgoso, la vieja y nueva capital municipal respectivamente, se tiene acceso a este territorio pues las dos están en la carretera comarcal que vertebrada de norte a sur, desde Pedrafita do Cebreiro hasta Quiroga, el territorio. Pero la naturaleza de O Courel demandará nuestros pasos para internarnos a pie por los caminos del bosque.



De Seoane arranca el primer desvío hacia la aldea de Romeor. Desde aquí es necesario caminar unos pocos kilómetros penetrando en una magnífica dehesa e inspeccionar el túnel de A Louseira, construido en época romana para la conducción de agua.

En el desvío de la carretera de Seoane hacia Moreda y Parada nos acercamos a uno de los puntos de visita obligada: la Devesa da Rogueira. Moreda cuenta con un Aula de la Naturaleza, abierta desde la primavera hasta comienzos del otoño y los períodos de vacaciones invernales. La grandeza de este bosque está en su reserva botánica con gran variedad de especies, más de 800 contabilizadas en una pequeña extensión de 200 ha. El itinerario desde la parte baja de la dehesa recorre unos tres kilómetros de abrupta pendiente. Por las laderas se precipitan los riachuelos que nacen en la cumbre, como la Fonte do Cervo. Se trata de una gran roca con dos caños de los que manan las aguas de colores y sabores diferentes. Una es cristalina y caliza; la otra, marrón y ferruginosa.



O Cebreiro

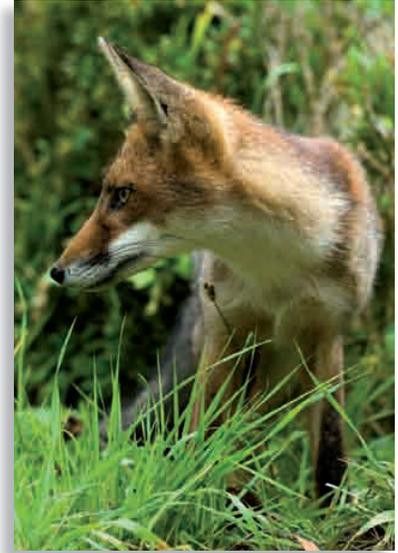
Otra forma de acceso a la dehesa por su parte alta tras el pico Formigueiros (1.639 m) es desde la carretera local de Visuña, Ferramulín, Vieiros, A Seara y Vilarbacú, todas ellas poblaciones pintorescas. Desde aquí también se puede planificar el ascenso a dos de los atractivos naturales de O Courel. Por un lado la laguna de Lucenza, de origen glaciar y que seca algunos veranos. Por otro, A Buraca das Choias, una cueva por la que aflora un riachuelo.





Hacia el oeste de la comarca, el recorrido más recomendable es el de la aldea recuperada de Seceda y A Ferrería. El trayecto conduce hasta el balneario de O Incio y la hermosa iglesia románica de Hospital do Incio que nos sorprenderá entre otros detalles por la coloración azulada del mármol en que está levantada la fachada. En los montes destacan las alvarizas hoy abandonadas que eran los conjuntos de colmenas vallados para proteger la producción de miel de las visitas del oso. La vegetación que las rodea revela la procedencia de la miel del brezo que en el tiempo de la floración brota en un extenso paño colorido que cubre el monte.

Desde Folgoso do Courel también podemos ir en busca del castro do Vilar o visitar las aldeas restauradas de Vilamor y Froxán que nos ofrecerán una lección de la adaptación de las comunidades humanas a uno de los entornos naturales más sorprendentes de Europa.



Naturaleza Singular

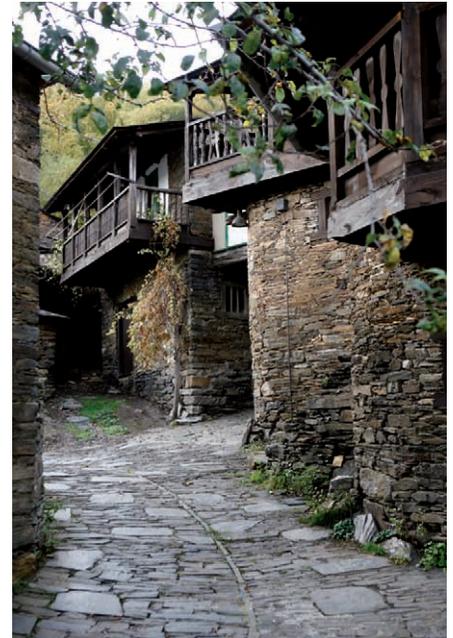


Cumbres adscritos a los piornales y en general con predominio del monte bajo también de brezales y “xesteiras”. Bosques en las altitudes medias de robles, abedules, hayas. Masas frondosas bien conservadas y destacables como la Devesa da Rogueira.

Abundante fauna con más de 170 especies de vertebrados: lobos, zorros, jabalíes, tejones, martas... Interesantes colonias asociadas a las simas y cuevas.



Vista desde el Alto do Boi



Aldea de Seceda





Ancares-O Courel



Situación

Este de la provincia de Lugo limítrofe con León. Incluye los ayuntamientos de Cervantes, Navia de Suarna y parte del municipio de Becerreá.

Superficie

Os Ancares lucenses: 53.664 hectáreas. Os Ancares leoneses: 56.786 hectáreas en los municipios de Candín, Peranzanes, Vega de Espinareda y Villafranca del Bierzo.

Acceso

Autovía A-6 y N-VI hasta Becerreá. La carretera LU-722 comunica con A Pobra en Navia de Suarna y posee los principales desvíos hacia la sierra.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

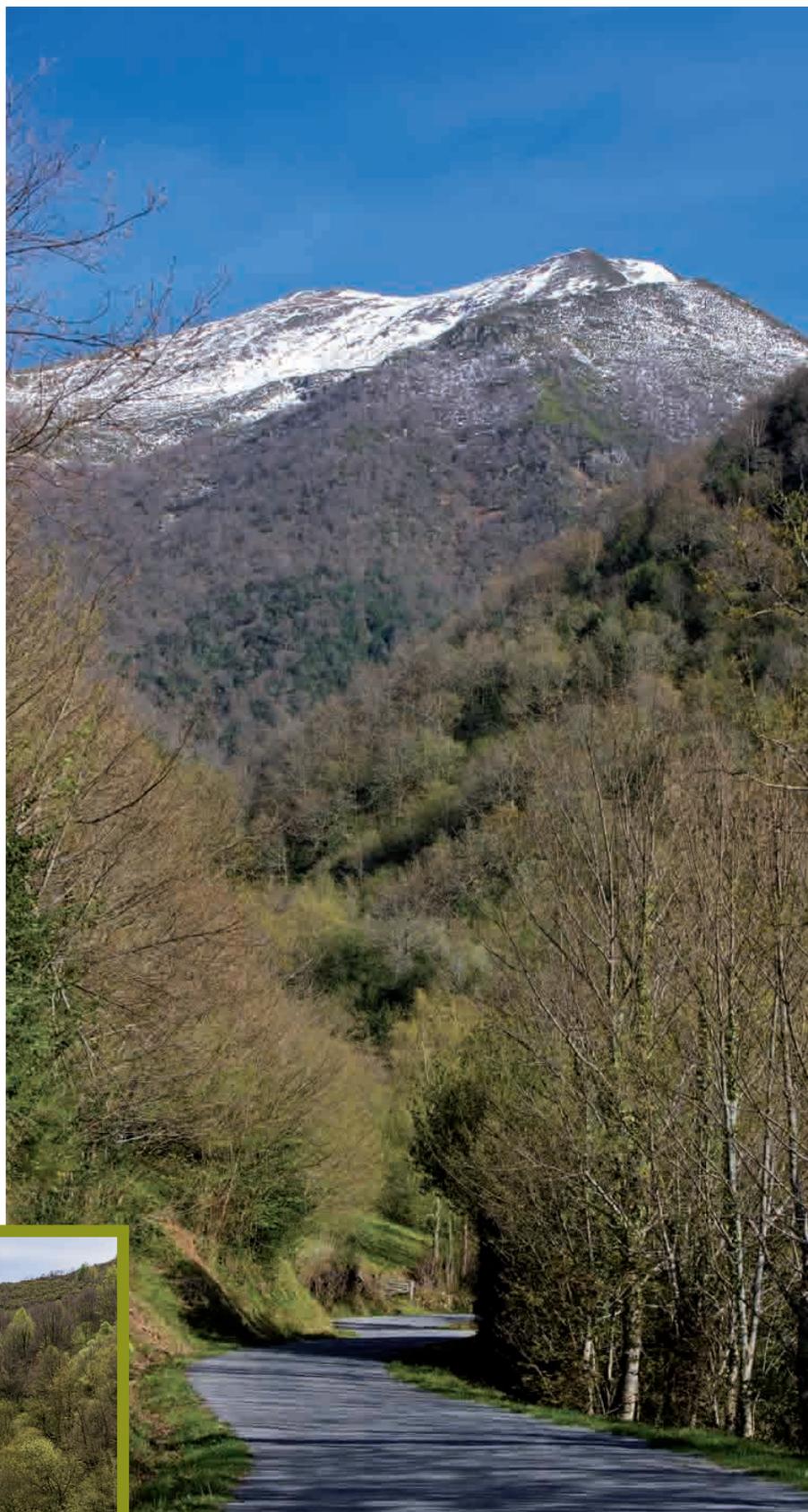
Instituto Lucense de Desenvolvemento Económico e Social (INLUDES).
Tel.: 982 227 812.

Equipamientos

Centro de Interpretación y Gestión de la Reserva Nacional de Caza de Os Ancares (Campo da Braña) y Aula de la Naturaleza en Campa da Braña-Degrada (Cervantes)
Tel.: 982 181 252.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

O Courel (LIC "Ancares-Courel")
LIC "Cruzul-Agüeira"





Hechizos de montaña

Ancares es nombre original de río que ha prestado su sonoridad a las montañas mágicas entre Galicia y León. Ejercen su magnetismo desde lejos, prendidas de horizontes a dos mil metros escasos. Se entra en ellas con un especial estado de admiración y respeto, por caminos que buscan las cumbres pegadas a estrechos y profundos valles.

En las poblaciones más altas descubriremos las “pallozas”, ancestrales construcciones de planta circular y techo de paja majada. Parece que sus formas curvas pero regias se inspiran en las cumbres de las montañas, suaves y agrestes.



Vista desde A Campa da Braña



Piornedo





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.





Los ríos que descienden por la vertiente gallega buscan todos al Navia, que ciñe completamente el espacio protegido por el oeste y conduce las aguas hacia el Cantábrico. Un buen ejemplo es el hermoso valle labrado por el río Ser o las gargantas del río Rao, en el ayuntamiento de Navia de Suarna. La vertiente leonesa, al contrario, desagua hacia el sur, en la cuenca del Sil.

La declaración de Os Ancares como Reserva de la Biosfera en Galicia y Castilla y León supone su incorporación como unidades de la próxima Gran Cantábrica, toda una sucesión de espacios naturales de alto valor ambiental en el norte de la península. El oso pardo, su símbolo más reconocido, tiene también este extremo lugués como zona de paso.

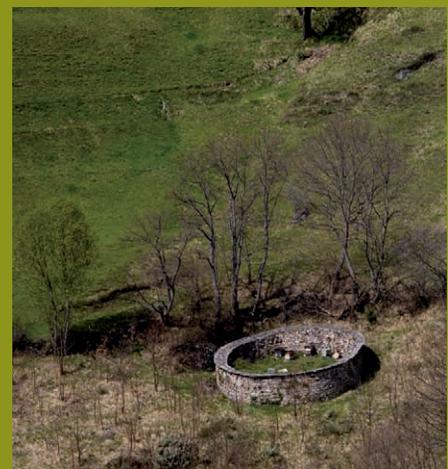
Sin Pérdida

La principal vía de acceso a Os Ancares parte de la villa de Becerreá hasta Liber, donde se ofrecen tres posibilidades por carreteras de la red secundaria y local. Hacia el norte, siguiendo el curso del río Navia llegamos a A Proba, capital del municipio de Navia de Suarna. El ayuntamiento cuenta con un amplio patrimonio artístico y cultural representado por la pintoresca estampa del castillo medieval y el puente románico de un único arco construido en pizarra. Pero también destacan los veinticinco castros localizados, como los de Cantón y Cabanela unidos por un corredor de 300 metros; cuatro campos de túmulos; las *alzadas* que eran antiguos poblados de verano en zonas elevadas como Bismor o Tesón; *cortíns* o *alvarizas* de colmenas para protegerlas del oso; pallozas...

El segundo itinerario desde Liber hacia el sur nos lleva hasta Degrada, bien por la capital municipal de Cervantes en San Román, bien por Doiras y su castillo inexpugnable por la factura de la construcción pétreo y su situación en una colina de difícil acceso sobre el río. El castillo, de propiedad privada, también es famoso literariamente por la leyenda de la mujer cierva, la hija de un pobre encantada por un moro (personaje recurrente en la mitología popular gallega) y cazada trágicamente por su hermano.



Castillo de Doiras



Alvariza





En Degrada está el albergue de Os Ancares y el Centro de Interpretación. Desde aquí parte la ruta a pie de dificultad media-alta que conduce a la Campa de Tres Bispos (1.795 m). Sin embargo, el itinerario más transitado continúa por la sinuosa carretera hasta la aldea de O Piornedo. De obligada visita son las pallozas, viviendas circulares de ancestral origen habitadas hasta el siglo XX. Algunas abren al público como museos de este pasado bien guardado en la memoria familiar de sus propietarios.

Desde la ermita de O Piornedo parte la ruta del Mustallar (1.935 m), el punto más alto de Os Ancares lucenses, cuya ida y vuelta requiere todo un día de caminata por caminos de montaña.

Además de las galerías fluviales y los ecosistemas de montaña que en la actualidad se incluyen como zona de paso del oso pardo, la zona núcleo de la reserva incluye extensas superficies arboladas algunas con nombre propio. Por ejemplo el valioso hayal de A Pintinidoira, entre los ayuntamientos de As Nogais y Cervantes, inmerso en un bosque de rebolos (roble de pequeño tamaño) y avellanos. En el ayuntamiento de Becerreá, el curioso encinar de Cruzul y el castaño de Agüeira. La presencia de encinas típicamente mediterráneas aisladas en este punto es un relicto asociado a un afloramiento calizo del suelo (*Ver LIC Cruzul-Agüeira*).

Y siempre es recomendable la visita al castro de Cervantes, un lugar tocado por la magia de la belleza natural de Os Ancares donde se reúnen además los valores de un conjunto castreño bien conservado al lado de la iglesia rodeada de su pequeño cementerio en curiosa estampa.



Castro de Cervantes

Naturaleza Singular



El monte bajo cubre gran parte de las faldas orientales. Importantes colonias arbustivas por la producción de bayas como acebos y arándano. Abundan los castaños y los robledales.

En la fauna es necesaria una mención a las especies emblemáticas que no se encuentran en otras partes de Galicia como el oso pardo o el urogallo, que tuvo aquí los últimos ejemplares de la comunidad. Proliferan los jabalíes, corzos, ciervos, conejos.





Situación

En sentido amplio, la Ribeira Sacra comprende territorios de los ayuntamientos de Castro Caldelas, Montederramo, A Teixeira, Parada de Sil, Nogueira de Ramuín y A Peroxa en la provincia de Ourense; y los de Chantada, Carballedo, O Saviñao, Pantón, Sober, Monforte de Lemos, A Pobra de Brollón y Ribas de Sil en la provincia de Lugo. El cañón del Sil abarca los últimos 25 km del río anteriores a su desembocadura en el Miño, en la localidad de Os Peares.

Superficie

5.914 ha.

Acceso

Varios desvíos al cañón del Sil por el sur desde la OU-536 A Rúa-Ourense. Carretera local desde Castro Caldelas hasta Luíntra por Parada do Sil. Acceso a varios puntos del Sil y del Miño desde Os Peares, entre Ourense y Monforte de Lemos. Para el cañón del Miño, desde Chantada o desde Monforte de Lemos comunicadas entre ellas por el CRG-2.1.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Río Cabe"



Bancales





Cultura interior

La erosión fluvial del Sil ha labrado sin pausa la profunda grieta que lo conduce hasta desembocar en la izquierda del Miño. En sus paredes imposibles buscaron refugio monjes y eremitas que con la misma paciencia secular las poblaron de monasterios. Hasta una docena de cenobios, románicos y benedictinos la mayoría, que le dieron el nombre ya documentado desde la Edad Media de *Rivoyra Sacrata*.

Aunque se trate de uno de los mejores espacios naturales definidos por los dos grandes ríos, nadie sabe dónde comienza y acaba exactamente la Ribeira Sacra. Puede que sus límites verdaderos vengan dados por la presencia de las vides en las laderas de solana. De aquí salían los vinos de Amandi que alcanzaron fama de exquisitos ya en tiempos del Imperio romano, y hoy cuentan con una Denominación de Origen que los ampara.

Los monasterios fueron exclaustros y las aguas remansadas en sucesivos embalses, pero la fuerza del paisaje sigue latiendo en cada cosecha de sus frutos. Admira la difícil vendimia en las fuertes pendientes sólo cultivables en bancales, en la mejor muestra de paisaje humanizado sin prisa.



Canón do Sil (A Ribeira Sacra)



La naturaleza más agreste encuentra su sitio en los afloramientos graníticos revestidos de matorrales y bosques de castaños y robles. Las peculiares condiciones climáticas de las zonas más resguardadas favorecen la presencia de especies mediterráneas como los alcornoques y los madroños. El conjunto de rocas altas de las gargantas se han citado en ocasiones como uno de los últimos refugios de las aves rapaces más amenazadas.



San Pedro de Rocas



Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.



Sin Pérdida

Os Peares es el punto preciso donde se juntan los dos grandes ríos del noroeste. Según el dicho popular, el Sil lleva el agua y el Miño, la fama. Aguas arriba, los dos por separado, formaron profundos cañones que en el caso del Sil alcanzan el punto máximo en los 500 metros de profundidad. La carretera de servicio a las presas hidroeléctricas que parte de Os Peares nos introduce en este paisaje con una sorprendente sensación de aventura.

Una de las formas más espectaculares de conocer la Ribeira Sacra es por el agua. Los dos cursos fluviales son navegables en catamarán. El Sil desde los embarcaderos ourensanos de Santo Estevo (Nogueira de Ramuín) y Abeleda (Castro Caldelas). El Miño desde la localidad luguesa de Belesar (O Saviñao). Los itinerarios turísticos tienen su recorrido por el corazón mismo del paisaje.

Los monasterios más apegados al fluir del Sil son los de Santo Estevo de Ribas de Sil y el de Santa Cristina. Al primero, convertido en establecimiento hostelero, se accede desde la localidad de Luíntra (Nogueira de Ramuín) o, si queremos alargar el camino, por el monasterio de San Pedro de Rocas (desvío en la OU-536 en Tarreirigo, Esgos). El Centro de Interpretación del cenobio de Rocas, considerado el primero de Galicia, le da un valor añadido a la visita. Al de Santa Cristina, desde Parada de Sil por una carretera de ida y vuelta. La bajada hasta este monasterio se realiza entre la espesura de árboles centenarios. También desde Parada de Sil, una breve pista de tierra conduce hasta el denominado Balcón de Madrid. Se trata de un mirador de vértigo sobre el abismo, y en la otra orilla del río veremos el santuario de Cadeiras (Sober) y la llanura de Monforte como horizonte. No faltarán en el camino otros miradores, como el *andamiaje* entre Vilouxe y Caxide donde el cañón alcanza su máxima altitud.

Naturaleza Singular



Sorprendentes paisajes de bancales para el cultivo de la vid. Las condiciones climáticas permiten que especies típicamente mediterráneas encuentren aquí refugio. Por ejemplo, los alcornoques y los madroños que acompañan a las manchas boscosas autóctonas de robles e castaños. Las aves rapaces como el águila real y el halcón peregrino también encuentran su hábitat en las rocas de más difícil acceso del cañón.



Santo Estevo de Ribas de Miño. Cañón del Miño



Cabo do Mundo. Cañón del Miño

Desde Castro Caldelas, cuyo castillo permite otear previamente el paisaje, parte una carretera que curva a curva se pierde por los secretos de la Ribeira Sacra.

El cañón del Miño es de pendientes más suaves, pero obliga al río a doblarse en magistrales recovecos. Provocan un espectacular cambio de dirección, por ejemplo, en el lugar de A Cova (O Saviñao), a veces denominado como Cabo do Mundo. Las faldas orientadas al sur se embellecen con viñedos en un largo abrazo con el río. La carretera local por la orilla izquierda del río desde la aldea de Belesar es merecedora de un recorrido sin prisas, principalmente en tiempos de vendimia y la posterior explosión colorida del otoño.

En este sector casi todos los monasterios están situados en el margen izquierdo. Las mejores posibilidades de acceso se sitúan desde Chantada y Monforte de Lemos. Iglesias como la de A Cova, San Miguel de Eiré, San Fiz de Cangas o el convento de San Salvador en la capital municipal de Pantón, Santo Estevo de Ribas de Miño y San Paio de Diomondi hacen de la Ribeira Sacra del Miño una auténtica ruta del románico.





Situación

Costa septentrional de A Coruña. Ayuntamientos de Cariño, Ortigueira, Cedeira, Valdoviño, Narón, Ferrol, Mugardos y Ares.

Superficie

7.658,53 ha, de las cuales 548 ha son aguas marinas.

Acceso

Las lagunas de Doniños y Valdoviño están próximas a Ferrol. A la sierra de A Capelada desde Cedeira o Cariño por carreteras locales. A cabo Ortegal, desde Cariño.

Servicios

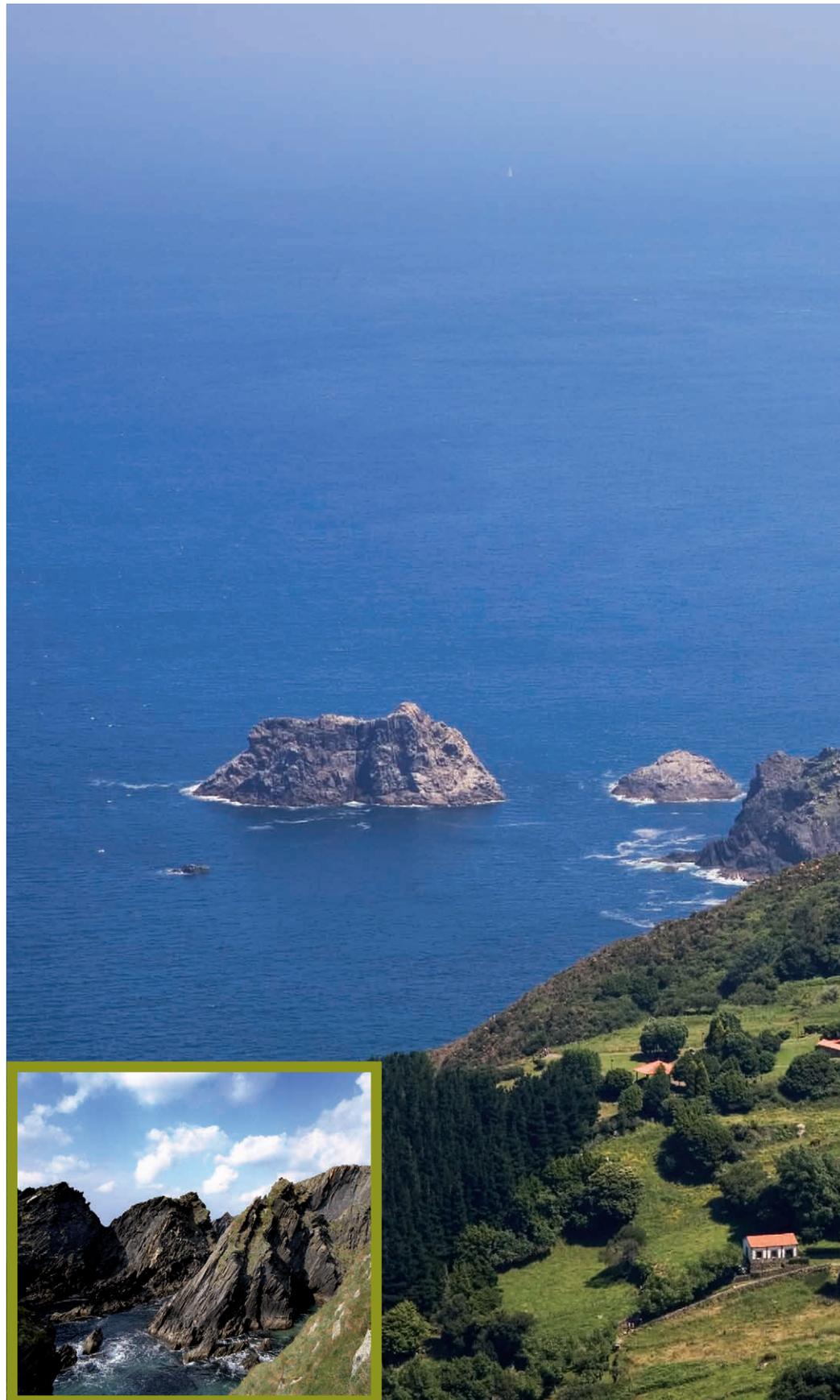
Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Equipamientos

Observatorio de aves en la laguna de A Frouxeira (Valdoviño).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Costa de Dexo"
LIC "Ortigueira-Mera"





Santo André de Teixido

Camino de los siete faros

El *Magnus Portus Artabrorum* es el nombre con el que los romanos denominaron un lugar del ángulo noroeste de la costa de Galicia, entre las rías de Ares y la de Ortigueira, cuyo emplazamiento exacto desconocemos. Cien kilómetros de línea costera con las combinaciones paisajísticas de mar y tierra más espectaculares del arco atlántico: tres rías, arenales generosos en olas y dunas, lagunas litorales y los acantilados más altos de Europa. Este es un lugar declarado de alto interés geológico y su fama internacional se justificaría por sí sola en la variedad de rocas en las que se afianzan estas auténticas sierras como la de A Capelada, asomadas sobre el océano. En su falda se sitúa uno de los lugares de peregrinación más ancestrales, Santo André de Teixido, donde el dicho popular claramente afirma que *vai de morto quen non foi de vivo*. Realmente es una de las mecas da Galicia mágica con sus ex-votos de miga de pan y su capilla de los ofrecidos.





Laguna de Valdoviño



Santo André de Teixido

En este tramo se cuentan además numerosos y humildes faros. Los caminos por tierra que hasta ellos conducen contagian la emoción escénica de ese frente a frente con la inmensidad. En la ría de Ferrol, cabo Prioriño y, un poco más al norte, su hermano cabo Prior son dos de esas pequeñas luces solitarias. Entre ellas se sitúa la playa de Doniños que posee la primera de las lagunas litorales características de esta zona. Supera en profundidad a las de los otros arenales de San Xurxo o Pantín, también con espacios lacustres de agua dulce. Con todo, la mayor es la laguna de A Frouxeira, la única de aguas salobres, situada en la playa de Valdoviño. Se trata de una zona húmeda protegida e importante refugio de aves.

Sin Pérdida

Desde Cedeira, las posibilidades de acceso a los tramos más espectaculares de esta costa son varias. Algunas carreteras cortas como la que parte hacia el faro de la punta Candieira, con pronunciadas curvas finales que pueden asustar a los propensos al vértigo. Otra un poco más intensa en dirección a Santo André de Teixido es la carretera local que sube hasta el cruce de O Chan dos Cadrís con su espectacular mirador antes de comenzar el descenso hasta el lugar de peregrinación rodeado de tipismo.

Entre este santuario de Santo André de Teixido y Cariño atraviesa la **sierra de A Capelada** una de las carreteras más aventureras de Galicia. Con dosis de precaución encontrará caballos y vacas que aquí se pastorean en libertad entre aerogeneradores a alturas que oscilan entre los 500 y 600 metros literalmente sobre el nivel del mar. Los acantilados en A Vixía de Herbeira (613 m) ostentan el récord de ser los más altos del viejo continente.

Sin embargo la visita quedaría incompleta si no se acaba en el faro de **cabo Ortegal**, accesible desde la localidad de Cariño, contemplando Os Aguillóns, afiladas rocas emergentes de un mar en perenne furia.



Garita de Herbeira



Sierra de A Capelada





Cabos Fisterra, Touriñán y Vilán | Marismas y arenal de Baldaio | Río Anllóns



Situación

Franja costera de los ayuntamientos coruñeses de Arteixo, Cabana de Bergantiños, Camariñas, Carballo, Cee, Fisterra, A Laracha, Laxe, Malpica de Bergantiños, Muxía, Ponteceso y Vimianzo.

Superficie

12.094,43 ha.

Acceso

Desde A Coruña hasta Carballo por la AG-55 o la carretera AC-552 que continúa hasta Cee con desvíos hacia las localidades de la costa. No existe transporte marítimo de pasajeros a las islas Sisargas.

Servicios

Alojamiento: Sí.

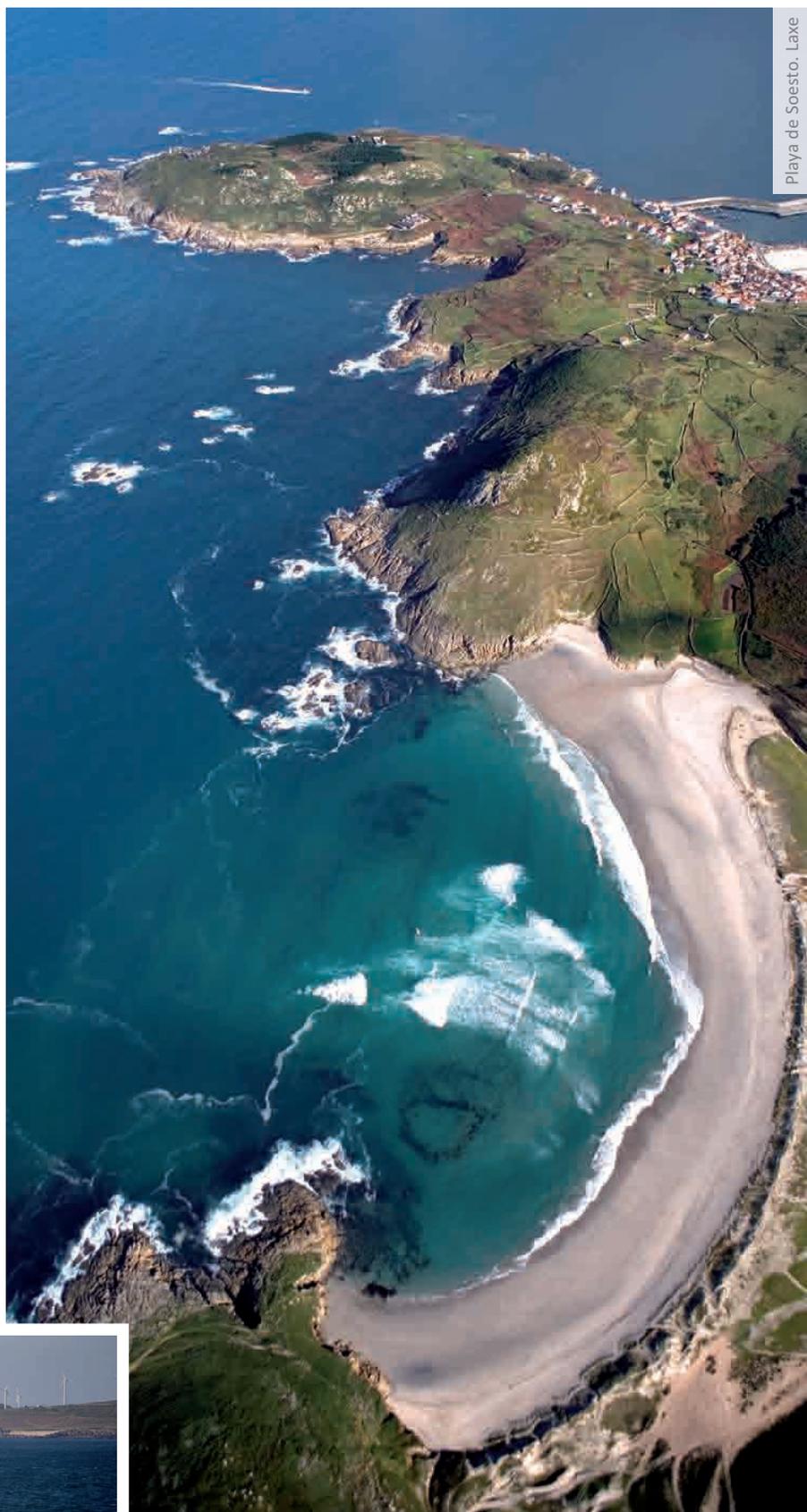
Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

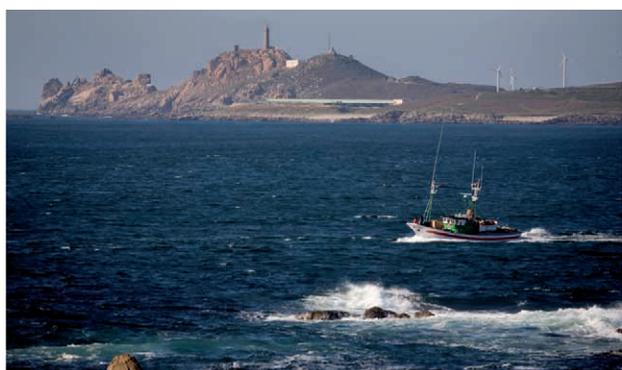
Paisaje Protegido "Penedos de Pasarela e Traba"

LIC "Carnota-Monte Pindo"

LIC "Monte e lagoa de Louro"



Playa de Soesto - Laxe



Cabo Vilán





Fin de la tierra en el medio del mundo

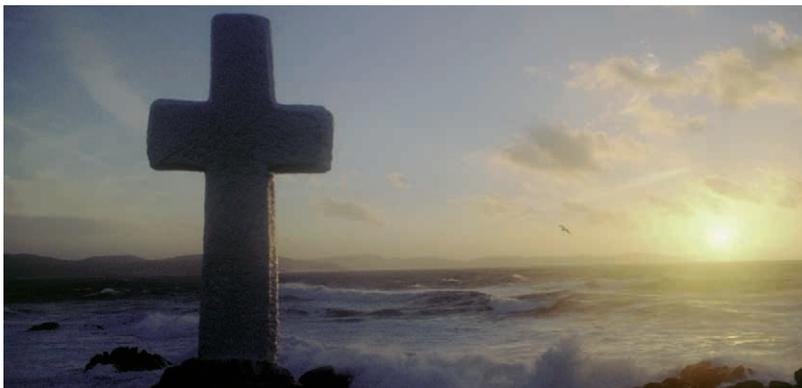
La luz del atardecer ilumina cada tarde las cruces en los acantilados orientadas al mar en recuerdo de muertos y desaparecidos. En ese momento se ofrecen juntos los dos elementos, atardeceres y tragedias, que rebautizaron el latino Finisterrae para convertirlo en Costa da Morte.



Playa de A Cruz. Muxía



Playa de O Trece. Camariñas

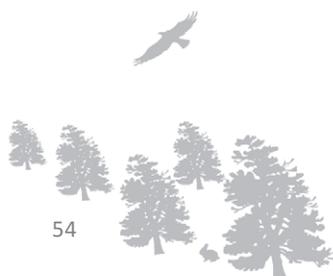


Punta Roncudo. Ponteceso

En la actualidad sigue siendo uno de los puntos estratégicos más transitados de las rutas marítimas intercontinentales y uno de los más peligrosos para la navegación. El registro cartográfico de naufragios y salvamentos se llena de cruces que representan más de un centenar y medio de embarcaciones hundidas en el último siglo, pero se pierde la cuenta de los sustos cotidianos en la memoria colectiva de un pueblo mariner, por otra parte alegre y vital.

Por eso la Costa da Morte no es un cementerio. Son los ciento cincuenta kilómetros de vida marina y marinera mejor conservados de la fachada atlántica europea. Abarca, de norte a sur, desde las proximidades de la ciudad de A Coruña hasta **cabo Fisterra**. Contiene las rías de Camariñas, Corme-Laxe y Lires en las cuales se sitúan junto con la de Fisterra los principales puertos, pero no los únicos pues existen otros como el de Caión o el de Malpica que ofrecen refugio al mar abierto.

Excepto las pequeñas rías altas, se trata principalmente de una costa acantilada en una sucesión de amplias ensenadas que alcanza los mejores ejemplos de puntas agrestes en los **cabos Vilán, Touriñán** o en O Roncudo. Aquí encontraremos los tramos litorales más salvajes con sitio para los arenales revestidos con la belleza del viento: Balarés en Ponteceso; O Trece en Camariñas, Mar de Fóra en Fisterra. Completan la riqueza medioambiental las zonas húmedas de Baldaio y Razo o la laguna de Traba. Sin olvidar la sonora soledad de las islas Sisargas.





Sin Pérdida

La carretera provincial AC-552 A Coruña-Fisterra viene a ser la principal vía de comunicación de la cual parten los principales desvíos hacia la costa. Comienza este espacio protegido en la playa de Alba, próxima a la más conocida de Barrañán (Arteixo), y un poco más al oeste, ya en la comarca de Bergantiños, encontraremos el ecosistema de las marismas de Baldaio. Aquí el extenso arenal, prolongado con la turística playa de Razo (Carballo), se repliega en un complejo dunar tras el que se encuentra la laguna con un estrecho canal de mar y la marisma, importante refugio de avifauna.

En este sector del litoral el puerto de Malpica conserva su apariencia de antiguo enclave ballenero. Además, es el punto de referencia más próximo a las islas Sisargas, frente al cabo de Santo Adrián. El faro de la isla es el único testimonio de las ensordecedoras colonias nidificantes en los acantilados inaccesibles. En la costa, los siguientes pasos que busquen la luz de los faros se dirigirán a la punta Nariga y al Roncudo, verdaderos mascarones de proa al mar, donde los perceberos se ganan la vida.

A un lado Corme abre la ría que se cierra en la ensenada de A Insua con la hermosa playa de Balarés a un lado, el Monte Branco en el medio con su suelo de arena, y el estuario que forma el río Anllóns al fondo. Este lecho, protegido aproximadamente 40 km de su sinuoso recorrido aguas arriba, entre las localidades de Carballo y Ponteceso. Un buen lugar para conocer el río Anllóns en todo su esplendor es el coto de Verdes en Coristanco.

A partir del estuario, el tramo costero continúa por Laxe hasta la playa de Traba. Además de la laguna, destacan las caprichosas formas pétreas del monte declaradas Paisaje Protegido “Penedos de Pasarela e Traba”.

El desvío de Vimianzo, al pie del castillo que acoge en la actualidad una completa representación en vivo de trabajos artesanales, conduce hasta Camariñas. Se trata de uno de los puntos principales de la Costa da Morte: el faro del cabo Vilán. El enclave ya ha sido declarado Sitio de Interés Natural en el año 1933. Es interesante efectuar la aproximación por el camino de la costa, el más difícil, que se asoma sobre el mar en la pista de tierra y arena que, desde Arou, pasa por la ensenada de O Trece y la espectacular duna que cabalga sobre el monte. Aquí la costa rinde honor a su nombre en el Cementerio de los Ingleses.

Del otro lado de la ría, también Muxía ofrece la singularidad de su puerto y el santuario de la Virgen de la Barca con la “pedra de abalar” y otras rocas con nombre propio.

Por último, el cabo Fisterra, sempre un punto de llegada. La punta es un acantilado en ascensión desde los temidos islotes de O Petonciño y de A Centola hasta el monte de O Facho (242 m) donde parece que estaba el Ara Solis de la Antigüedad para la celebración de los ritos solares. El punto más concurrido es el mirador del faro con la luz del atardecer irradiando el horizonte. Tradicionalmente se considera el punto más occidental del continente, aunque en puridad no le corresponda tal título. Hasta aquí se prolonga el Camino de Santiago para los peregrinos que según la tradición queman a la orilla del mar las ropas y comienza el regreso a casa.

Fin del Camino. Fisterra



Río Anllóns



Situación

Ayuntamientos de Cee, Dumbría, Mazaricos y Carnota, en A Coruña.

Superficie

4.628,87 ha., de las cuales 438 ha de aguas marinas.

Acceso

La carretera C-550, entre Cee y Carnota.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Más información

Turismo marineru (www.mardelira.net).

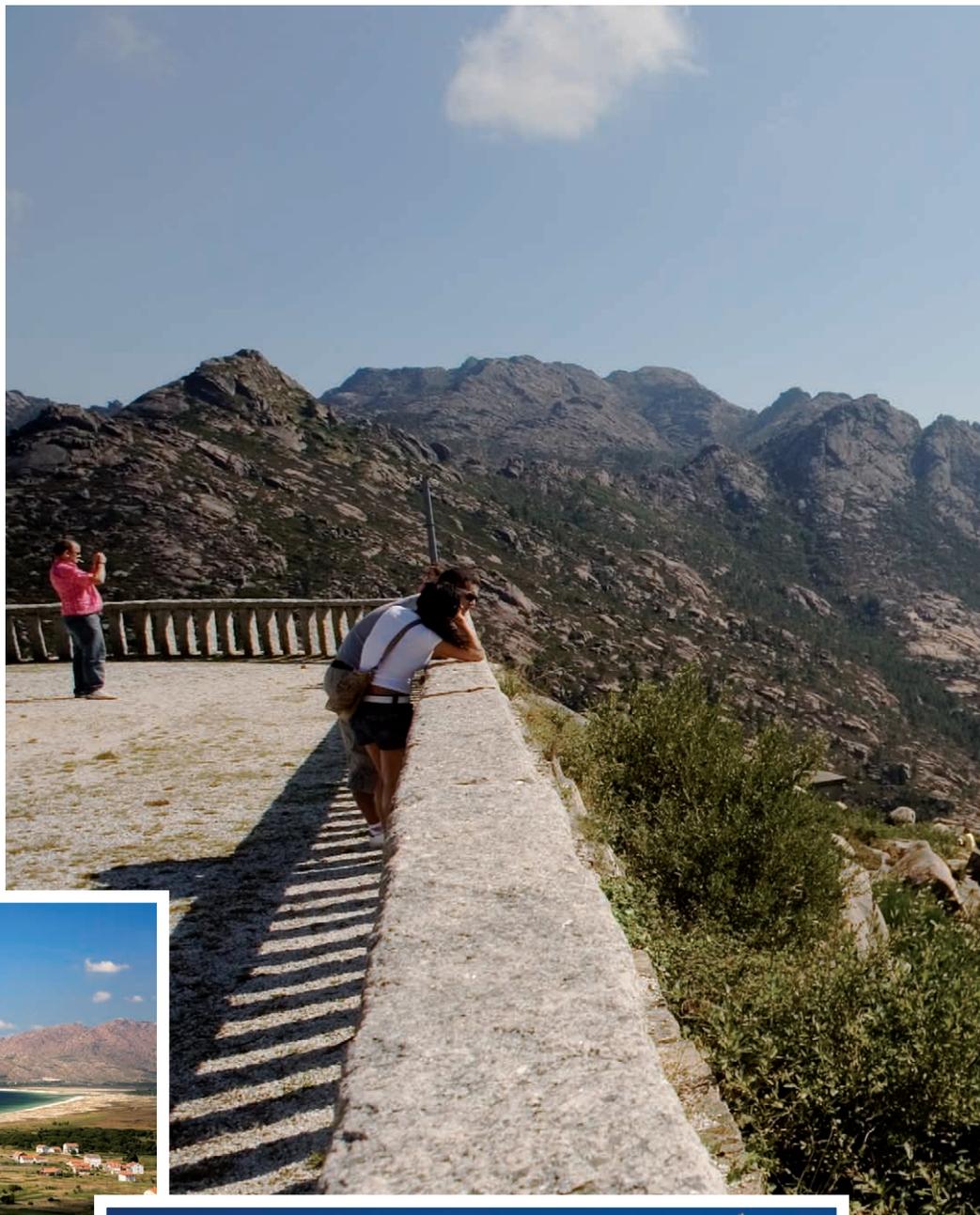
Equipamientos

Centro de Interpretación Paisajística (A Cabana-Lira).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Costa da Morte"

LIC "Monte e Lagoa de Louro"



Playa de Carnota



Hórreo de Carnota





Un “Olimpo” particular

Playas, dunas y marismas; acantilados, islas Lobeiras y reserva marina; el río Xallas con la legendaria cascada de Ézaro, el olimpo celta de O Pindo con sus esculturas naturales en granito, Punto de Interés Geológico nacional... Todo esto forma uno de los espacios litorales más variados de la comunidad, donde lo natural reborda grandeza.

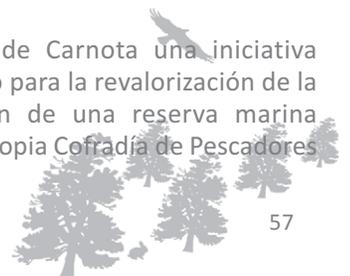
La playa de Carnota pasa por ser la más extensa de Galicia. El arenal, de siete kilómetros de largo por medio de ancho prolongado en dunas, se abre en un canal en la zona norte por donde penetra el mar creando una llanura intermareal de gran productividad natural. De la fertilidad de la vega contigua a las marismas dan testimonio los famosos hórreos de Carnota. Son los depósitos de grano y almacenamiento hortícola más largos de Galicia.

El monte Pindo se alza 627 metros a escasos dos kilómetros del mar. Al camino de subida hasta la cumbre de A Moa es necesario dedicarle un par de horas y mucha precaución,

sobre todo en la bajada. El sendero está vigilado por las figuras pétreas de formas humanas como el “guerrero” y otros castillos de granito que ponen a prueba la gravedad y la imaginación.

De más fácil acceso es el lugar donde el Xallas se precipitaba sobre el mar en forma de cascada antes de la represa del río aguas arriba. Cuando en fechas señaladas de la temporada turística se abren las compuertas del embalse, aún se puede admirar la bravura de una de las cascadas únicas en Europa. Por todo esto, O Pindo es un particular olimpo celta. Basado, además, en la similitud fonética con el griego monte Pindhos.

Existe también por la costa de Carnota una iniciativa pionera: es el turismo marinero para la revalorización de la pesca artesanal y la creación de una reserva marina hábilmente promovida por la propia Cofradía de Pescadores de Lira.





Situación

Extremo norte de la provincia de A Coruña, ayuntamientos de Ortigueira y Mañón.

Superficie

935,79 ha.

Acceso

Por la carretera AC-862 (Ferrol-Viveiro) hasta la ría de O Barqueiro y desvío hacia el puerto de Bares, por la AC-100.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Equipamientos

Estación Ornitológica de Estaca de Bares (lugar de Muíños, parroquia de Bares).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Costa da Mariña Occidental"

LIC "Ortigueira-Mera"



Puerto de Bares





La mirada del norte

Latitud 43° 47' 23.6" N, longitud 7° 41' 17.9" W. En la carta de presentación de la punta Estaca de Bares siempre se incluyen sus coordenadas como punto más septentrional de la península Ibérica y, además, divisoria geográfica entre el océano Atlántico y el mar Cantábrico. Este enclave ya había sido declarado Sitio Natural de Interés Nacional en los tiempos de la II República.

A esta situación estratégica debe gran parte de su fama internacional como paso obligado para cientos de miles de aves. A este punto conducen varias rutas migratorias de especies marinas y terrestres procedentes del Atlántico, el Mediterráneo y el Ártico. Las valoraciones más optimistas alcanzan cifras que exceden los dos millones y medio de ejemplares volando hacia el oeste los que por aquí pasan. Es el lugar ideal para observar no sólo aves como, por ejemplo, el alcatraz común, sino también cetáceos en aguas próximas.

Además del faro, existe un mirador en el antiguo semáforo de la Marina, convertido en la actualidad en un hotel de naturaleza. Desde allí podemos ver los restos de la base de control marítimo sobre los acantilados al lado de la cual se cuelgan en vértigo una sucesión de molinos que forman un conjunto que nos trae imágenes de tierra más al norte. Con todo la intervención humana más antigua es el muelle prerromano de Bares (Mañón).



Playa de Esteiro



Faro de Bares

El espacio protegido abarca también la costa de Loiba (Ortigueira) cuyos gigantes acantilados protegen alguna de las playas más solitarias de Galicia debido a su difícil acceso. La fuerza del mar explica el curioso sistema de amarre de las lanchas que en esta zona se sostienen en las laderas por roldanas para evitar que las lleve la pleamar.

Muy próximo al espacio protegido vale a pena acercarnos a la villa marinera de Porto do Barqueiro y a la estampa idílica del río Sor en su desembocadura.





Situación

Curso del río por los ayuntamientos de la provincia de Lugo de Ribadeo, Trabada, A Pontenova, Riotorto, Meira, Ribeira de Piquín y A Fonsagrada, en el límite con el Principado de Asturias.

Superficie

LIC 781,13 ha.

Acceso

De Ribadeo hacia el sur por la carretera N-640.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "A praia das Catedrais"
LIC "Carballido"





El reino del salmón

Ese tramo fluvial protegido abarca el curso medio y final del Eo, aproximadamente desde la confluencia con su principal afluente el Rodil hasta el final cantábrico señalado por el faro de isla Pancha. Forma una ría estrecha, con una anchura media de 800 metros, que en realidad desde la altura de Castropol es un estuario y ya en la zona más interna se convierte en marismas de gran valor ecológico.

Entre otros valores naturales del río Eo figura el hecho de ser la principal masa habitada por el salmón en Galicia. La delimitación de las zonas de pesca comprende seis cotos salmoneros y trucheros, la mitad compartidos con Asturias. Uno de los mejores puntos en este sentido está en la localidad denominada Ría de Abres (Trabada).

Aguas arriba la principal población se sitúa en A Pontenova. El Eo transcurre por delante de las cinco chimeneas de los antiguos hornos industriales. Desde aquí también donde podemos acceder al bosque de As Reigadas (Ver LIC “Carballido”).





Situación

Entre la ría de Pontevedra y el sur de la ría de Arousa. Ayuntamientos de Bueu, Sanxenxo, O Grove, Meaño, Ribadumia, Cambados y A Illa de Arousa.

Superficie

LIC: 7.506,75 ha (de las cuales 5.517 ha son aguas marinas).

Acceso

Autovía de O Salnés (AG-41) y carreteras desde Sanxenxo (PO-308) y Vilagarcía de Arousa (PO-549) hasta O Grove, esta última con desvío al puente de A Illa de Arousa.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

Oficina do Parque Nacional das Illas Atlánticas (tel. 986 246 550).
Punto de Información Illa de Ons (tel. 986 687 696).

Equipamientos

Centro de Interpretación de la Naturaleza do Monte Siradella, O Grove (tel. 986 680 284).
Observatorios de aves (Isla de Ons y O Grove).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

“Parque Nacional marítimo-terrestre das Illas Atlánticas”
“Parque Natural Complejo dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vixán”



Ensenada de O Bao desde el Monte Siradella



Isla de Arousa



Capilla de A Toxa



Bateas en la ría de Arousa

Mar de Arousa

El istmo de A Lanzada, además de unir O Grove con el continente, es el punto de unión de dos ecosistemas de rica biodiversidad marítima. En mar abierto el espacio protegido abraza el archipiélago de las Ons con una gran extensión de aguas marinas (Ver Parque Nacional). Los cetáceos como la marsopa, el delfín y el delfín mular tienen presencia común en esta zona. Por el lado interior, abraza una amplia llanura sujeta a las mareas que en algunos mapas figura con el nombre de ensenada de O Vao, que acoge la isla de A Toxa y las famosas playas de O Grove. El complejo intermareal en la desembocadura del peculiar río Umia. Un vasto recinto de barro, fondos arenosos y prados de vegetación marina provocadas por la bajamar de las aguas.

El lugar está considerado por la Sociedad Española de Ornitología (SEO/BirdLife) como uno de los lugares de invernada y paso de aves acuáticas más importante del litoral norte peninsular. Se elevan hasta quince mil el número de acuáticas invernantes, incluyendo medias de casi cuatro mil anátidos y diez mil limícolas.

El espacio protegido también incluye el tramo costero exterior de la península grovese, entre los lugares de Reboredo y San Vicente do Mar. Aquí figura la laguna Bodeira, única en este sector litoral de las Rías Baixas. También, el ascenso al monte Siradella, el punto más elevado que goza desde sus modestos 159 metros de altitud de las mejores vistas a este complejo natural de primer orden.

En el interior de la ría, un buen lugar para el paseo es la ruta por la punta Carreirón, en la tranquilidad de la isla de Arousa.



Situación

Costa de la provincia de Lugo. Ayuntamientos de O Vicedo, Viveiro, Xove y Cervo.

Superficie

487,58 ha.

Acceso

Comunican las localidades principales las carreteras LU-862 e N-642. Desvíos locales por la costa. No existe transporte marítimo de pasajeros a ninguna de las islas.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Souto da Retorta"
LIC "Río Landro"
LIC "Monte Maior"
LIC "Estaca de Bares"



Río Sor



Estuario del Sor



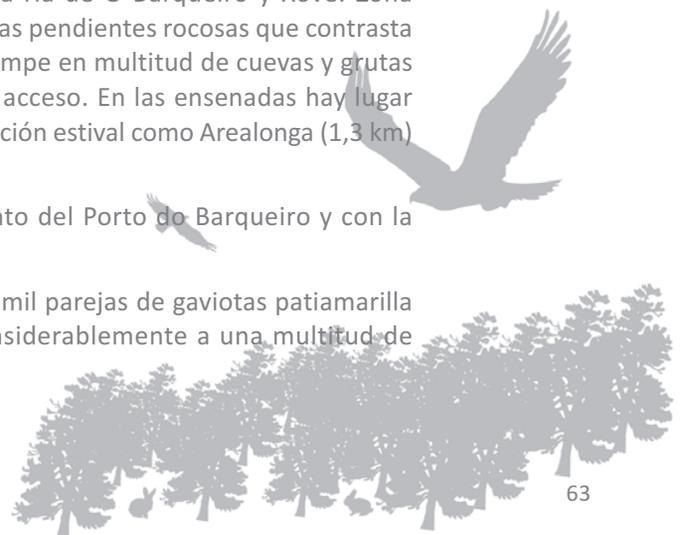
Playa de San Román. O Vicedo

Mar de ardora

La isla Coelleira (O Vicedo), al oeste, y la isla de Sarón (Xove), al este, son los límites insulares de este espacio que protege además una estrecha franja costera entre la ría de O Barqueiro y Xove. Zona acantilada prolongada en islotes donde sólo crece la vegetación de las pendientes rocosas que contrasta en verde con la estilizada blanca orla litoral. La masa granítica se rompe en multitud de cuevas y grutas naturales de tan hermosa contemplación como difícil o imposible acceso. En las ensenadas hay lugar para los pedregales y playas solitarias, algunas de bien ganada reputación estival como Arealonga (1,3 km) y Areagrande (0,8 km).

Una visita a este espacio natural se debe completar con el encanto del Porto do Barqueiro y con la monumentalidad de la villa de Viveiro.

Sin duda, las reinas de este territorio son las aves marinas. Cuatro mil parejas de gaviotas patiamarilla pueblan los islotes y acantilados, pero el recuento se amplía considerablemente a una multitud de especies observables en los periodos migratorios.





Situación

Ayuntamientos de Carnota y Muros (A Coruña).

Superficie

1.160,88 ha de las cuales 491 ha de aguas marinas.

Acceso

La carretera AC-550 Noia-Cee limita el espacio protegido.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Más información

Turismo marineru Mar de Lira
(Tel.: 981 761 252 - 636 294 796).

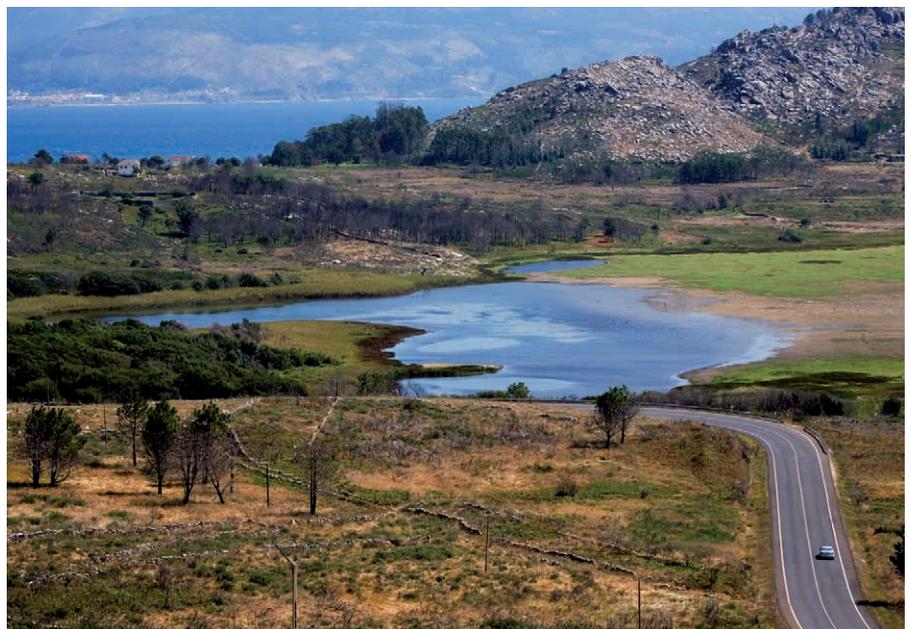
Equipamientos

Centro de Interpretación Paisajística (A Cabana-Lira).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Carnota-Monte Pindo"

LIC "Esteiro do Tambre"



Mar gran reserva

Monte Louro (241 m) se alza solitario en la punta norte de la entrada a la ría de Muros y Noia. Todo el paisaje que se extiende a sus pies está dotado de una gran fuerza interior. Por mar, Reserva Marina de Interés Pesquero promovida por la Cofradía de Lira (Carnota). Por tierra, Punto de Interés Geológico de importancia nacional. En la superficie es un tramo abierto al mar dotado de elementos afortunados: laguna, playas, pedregales, faros y horizonte.

La laguna de As Xarfas está cerrada al mar por las dunas de la playa de Area Maior, más conocida como playa de Louro. La zona húmeda se rodea de un pequeño bosque inundable pues en las épocas más lluviosas el riachuelo que la alimenta la llena hasta los dos metros de profundidad.

Junto a la laguna se abre la blanca playa al pie del monte. En conjunto es una perfecta postal paradisíaca. Le siguen otros arenales finos de aguas batidas y frías como el de Ancoradoiro/Lariño, con un pinar adyacente y faro. Pero también toda una sucesión de conjuntos de rocas entre los que quizás el más famoso sea el Simprón.

Entre las iniciativas pioneras en Galicia está la del turismo marineru para la revalorización de la pesca artesanal y la creación de una reserva marina.



Situación

En el norte de la provincia de A Coruña, ayuntamientos costeros de Ortigueira y Cariño e interiores de Cerdido, As Pontes de García Rodríguez y As Somozas.

Superficie

LIC: 3.795,09 ha.

Acceso

Ortigueira en la carretera AC-862 Ferrol-Viveiro. Desvío en Ponte Mera hacia Cariño y cabo Ortegá. Acceso por carretera local hasta la playa de Morouzos.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Equipamientos

Observatorio de aves.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Costa Ártabra"
LIC "Estaca de Bares"

Agua esmeralda

El río Mera, de apenas 30 km de longitud, alcanza la belleza final en la formación de la ría de Ortigueira. Lo acompañan lechos de otros ríos menores que desaguan en este amplio valle anegado y forman un laberinto acuático donde juegan las mareas. Es una de las mayores marismas de Galicia. Las entradas del mar permiten la navegación cautelosa hasta el puerto de la villa, que complementa con los edificios modernistas de su núcleo urbano esta otra arquitectura natural sobresaliente.

Todos los itinerarios por la costa conducen hasta la playa de Morouzos. Tres kilómetros de arenal que por un lado cuenta con un sistema dunar propio refrenado en la actualidad por un pinar y por otro se prolonga en una barra arenosa tras la cual se ampara la ensenada de Ladrado. En realidad, otra pequeña ría formada por la desembocadura del río Baleo.

El conjunto se cierra a poca distancia de la costa por la isla de San Vicente, testigo de todo cuanto entra y sale por los canales del mar. Principalmente, los contingentes de numerosas especies avícolas que las marismas y junqueras pueden llegar a albergar en la época invernal.

Además el espacio natural se amplía con los ecosistemas fluviales de todo el río Mera hasta su nacimiento en la sierra de A Faladoira. Esta proximidad montañosa de la costa es otro de los atractivos, junto con el importante patrimonio cultural de la zona.

Dentro de este espacio la ZEPA "Ría de Ortigueira e Ladrado" es un emplazamiento perfecto para el avistamiento de aves.



Ría de Ortigueira





Situación

En A Terra Chá luguesa, ayuntamientos de Abadín, Baleira, Begonte, Castro de Rei, Cospeito, Friol, Guitiriz, Lugo, Outeiro de Rei, Rábade, Vilalba y Xermade.

Superficie

5.013,01 ha.

Acceso

Las principales vías son la autovía A-6 y la carretera N-VI en el trayecto entre Lugo y Guitiriz. Desvíos hacia el norte. Hacia Vilalba por la N-634.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

Promoción Turística "Terras do Miño"
Tel.: 902 101 117.

Equipamientos

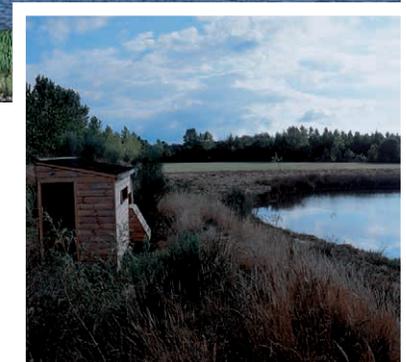
Observatorios ornitológicos en la **laguna de Cospeito**, laguna de Bardancos y **laguna de O Rei** (Rábade); y senda de circular en la **laguna de Cospeito**.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Serra do Xistral"



Laguna de Cospeito



Laguna de O Rei

Delicada levedad

El denominado "Complejo húmedo da Terra Chá" comprende esta parte de la cuenca alta del Miño donde recibe los afluentes principales por la orilla derecha: el Ladra, con su tributario el Parga, el Támoga y el Narla, así entre muchos otros cauces como el Labrada, el Trimaz, el Madalena.

Además de la horizontalidad que provoca trazados lentos y sinuosos, adivinados por la vegetación, otra característica es la poca permeabilidad de este terreno arcilloso que origina la formación de charcas. Algunas temporalmente, dependientes de la pluviosidad, pero otras como la laguna de Cospeito y la laguna de Caque forman dos de los principales sistemas lacustres de Galicia. Ambos espacios son lagos de carácter seminatural, cuya forma actual es debida a proyectos de regeneración que dejan atrás los intentos de desecación de tiempos pasados. Los observatorios y paseos circulares conjugan su accesibilidad con la conservación de los frágiles humedales.

Se trata de un paisaje modelado por la actividad agrícola y ganadera en el que todavía hay espacio para la conservación de manchas boscosas autóctonas. Robledales y especies asociadas a las riberas fluviales convierten el lento fluir de las aguas en un espejo perfecto de los lentos cambios estacionales.





Teixadal de Casaio



Situación

Ayuntamientos ourensanos de Carballeda de Valdeorras, A Veiga, Viana do Bolo, Manzaneda y O Bolo, en los límites con la comunidad autónoma de Castilla y León.

Superficie

24.860,33 ha.

Acceso

Desvío hacia A Veiga en la carretera comarcal OU-533 A Rúa-A Gudiña. Desde A Veiga hasta Xares por carreteras locales. Desde O Barco de Valdeorras, por la OU-121 al embalse de Prada (A Veiga); o por Sobradelo (Carballedo de Valdeorras) con desvío por la OU-122 en dirección a Casaio.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Pena Maseira"

LIC "Macizo Central"



Aldea de A Ponte. A Veiga



Laguna de A Serpe



Aldea de Vilanova. A Veiga

Alta montaña

Paisajes subalpinos, por encima de los dos mil metros de altitud, sólo se ofrecen en Galicia en la confluencia de las sierras de O Eixe, Calva y Segundeira. Se alcanza el techo de la comunidad en los tres altos de la Pena Trevinca (2.127 m), Pena Negra (2.123 m) y Pena Survia (2.122 m) que coronan este amplio espacio protegido unido al Parque Natural Lago de Sanabria (Zamora).

Destacan la formación de lagos naturales y otros elementos de origen glaciar. En la vertiente oeste gallega, que desagua hacia la cuenca del Sil, el Xares y el Bibei dejan hermosas estampas de ríos de alta montaña en las épocas del deshielo.

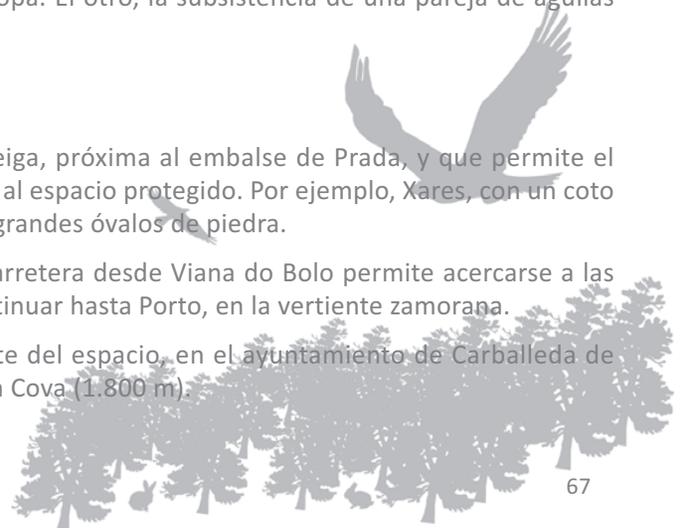
Por las condiciones de alejamiento la zona se ha mantenido relativamente aislada aunque también en frágil equilibrio. Uno de sus símbolos cada vez más reconocido es la conservación del Teixadal de Casaio. Se trata de un reducido grupo de trescientos tejos centenarios que forman un bosque único en Europa. El otro, la subsistencia de una pareja de águilas reales como elemento significativo de la avifauna.

Sin Pérdida

El principal punto de acceso se realiza desde la localidad de A Veiga, próxima al embalse de Prada, y que permite el acercamiento al macizo montañoso por pequeñas aldeas limítrofes al espacio protegido. Por ejemplo, Xares, con un coto de caza mayor; los molinos de A Ponte o las casas de Corzos entre grandes óvalos de piedra.

Al sur, el acceso a la aldea de Pradoramisquedo por la sinuosa carretera desde Viana do Bolo permite acercarse a las orillas del río Bibei modeladas en la piedra. Desde aquí es fácil continuar hasta Porto, en la vertiente zamorana.

Por el contrario, el **Teixadal de Casaio** se sitúa en el extremo norte del espacio, en el ayuntamiento de Carballeda de Valdeorras. El acceso a pie es largo desde la estación de la Fonte da Cova (1.800 m).





Situación

En el norte de Lugo, ayuntamientos de Abadín, Alfoz, Cervo, Mondoñedo, Muras, O Valadouro, Oroul, Vilalba, Xermade, Xove, Viveiro; y toca también en el municipio coruñés de As Pontes de García Rodríguez.

Superficie

22.480,98 ha.

Acceso

Desde Vilalba enlace con la LU-540 con desvíos al este en Muras y Oroul hacia O Valadouro. Por la otra vertiente, accesos locales desde Mondoñedo.

Servicios

Alojamiento y comida en las poblaciones próximas.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Souto da Retorta"
LIC "Monte Maior"
LIC "Parga-Ladra-Támoga"



Fértil viento

El intenso aprovechamiento eólico de esta pequeña cordillera de interposición entre la costa cantábrica y los interiores de A Terra Chá delata la presencia constante del viento. Entre ellos la xistra, ese golpe de viento húmedo y gélido que aquí barre las cumbres sin más amparo que la roca desnuda de algunos picos.

El macizo septentrional está formado por O Xistral con el punto más elevado en O Cadramón (1.062 m), los montes de A Toxiza (832 m) y los de A Carba (908 m). Además del viento, también son el reino de la niebla. Atrapan las nubes cargadas que dejan todos los años cantidades significativas de precipitaciones. A pesar de la proximidad del mar, no son raras las nevadas invernales. El agua se deposita en las llanuras elevadas encharcando los pastos naturales y creando extensos depósitos de turba. Son las turberas de cobertor que popularmente reciben el nombre de barreras, marisma o lago. Por ejemplo, en los lugares de las Barreiras do Lago, Lagoa das Furnas, Tremoal da Charca de Santa Cruz...

Los principales ríos que tienen su cabecera en estas montañas son el Eume, en la vertiente atlántica, y el Landro, Ouro y Masma, en la cantábrica. Los caballos salvajes en libertad son una imagen frecuente en esta sierra.



Situación

Ayuntamientos de Catoira, Ames, Brión, Rois, Boqueixón, Dodro, Padrón, Rianxo, Teo, Touro y Vedra en la provincia de A Coruña. Ayuntamientos de A Estrada, Pontecesures, Silleda, Valga y Vila de Cruces en la provincia de Pontevedra.

Superficie

1.633 ha.

Acceso

Acceso a la desembocadura desde Padrón a Catoira. Tramos medios, desde A Ponte Ulla o A Bandeira en la N-525. En A Bandeira, desvío hacia A Merza por la PO-204 para la cascada del Toxa.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Brañas de Xestoso"

Corazón de agua

Desde el nacimiento en la comarca luguesa de A Ulloa hasta la desembocadura en la ría de Arousa, el río Ulla recorre unos 130 kilómetros. Por longitud es el tercer río gallego, tras el Miño y Sil, y sirve completamente de límite provincial entre A Coruña y Pontevedra. Por ambas orillas recibe las aportaciones de múltiples afluentes que forman una extensa red fluvial en el centro de Galicia. Por la derecha, el río de Santiago de Compostela, el Sar cantado por Rosalía de Castro. Por la izquierda, el Deza que da nombre a una de las comarcas de fuerte tradición ganadera más pujantes de la comunidad.

El paisaje se muestra moldeado por la actividad humana tradicional. Tierra de caminos entre prados y los grandes pazos como el de Oca (A Estrada) o el de Santa Cruz de Ribadulla (Vedra), con joyas vegetales en los respectivos jardines. Por eso mismo un buen lugar para observar las riberas fluviales son los numerosos puentes cargados de significados históricos.

Con todo, en ocasiones la naturaleza del río reclama su bravura en cascadas de altos vuelos. La más famosa es la del río Toxa, tributario del Deza, por sus 25 metros de caída. Hermosos senderos conducen hasta ella y la comunican con el entorno del monasterio de Carboeiro que es otro de los atractivos de la zona.



Molinos de viento. Catoira



Cascada del río Toxa. Silleda



A Marronda



Situación

En los ayuntamientos de Baleira y A Fonsagrada (Lugo).

Superficie

1.211,97 ha.

Acceso

Desde Lugo, con acceso directo en la autovía A-6, por la carretera a A Fonsagrada (LU-530) y desvío en O Cádavo dirección a Meira (LU-750).

Otra alternativa desde la N-VI es tomar en Baralla la LU-710.

Más información

Asociación de Amigos da Marronda (amigosmarronda@gmail.com).

Equipamientos

Centro de Interpretación del Río Eo y del Bosque de A Marronda, Fonte (Baleira).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Carballido"



A treinta kilómetros de la ciudad de Lugo, el bosque de A Marronda es una gran extensión frondosa en excepcional estado de conservación. Se considera la madre de todos los bosques maduros de las montañas de Baleira que acompañan el nacimiento de los cantábricos ríos Eo y Neira, en Fonte y A Fontaneira respectivamente. A la bravura de los cursos fluviales, resuelta en espectaculares meandros, se le añade la belleza arbolada de las laderas cubiertas de especies caducifolias. Entre ellas una abundante presencia de hayas singular dentro del territorio gallego.

Los senderos integrados en la ruta de Gran Recorrido GR-1 permiten realizar variados itinerarios siempre sujetos a las condiciones meteorológicas estacionales. De fácil acceso son las áreas recreativas de Fonte y la de Cortevella con un interesante mirador sobre los meandros del Eo.

A Ramallosa



Situación

Ría de Vigo, ayuntamientos de Nigrán y Baiona (Pontevedra).

Superficie

91,85 ha.

Acceso

Carretera por la costa PO-552 (Vigo-Baiona).

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Observatorio municipal Casa Rosa de Sabarís (Baiona).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Nacional "Illas Atlánticas de Galicia"

LIC "Illas Estelas"

"Serra da Groba"



El espacio protegido abarca el estuario del río Miñor cerrado casi completamente por la playa de A Ladeira, de más de un kilómetro de longitud. En este tramo costero de fuerte presión humana como zona marisquera y turística se mantienen las marismas de A Foz, en las que confluyen con las mareas además del Miñor los riachuelos Groba y Belesar.

El observatorio de Sabarís dispone de amplias ventanas y material telescópico para divisar la variada fauna de la marisma.

Baixo Miño



Situación

Curso final del Miño limítrofe con Portugal que atraviesa los ayuntamientos de A Guarda, O Rosal, Tomiño, Tui, Salvaterra de Miño, As Neves, Arbo, Crecente, A Cañiza y Padrenda. La ZEPA sólo en la desembocadura, ayuntamientos de Tomiño, O Rosal y A Guarda.

Superficie

LIC: 2.791,64 ha.

Acceso

Principales vías de comunicación hasta Tui. La carretera PO-552 discurre entre Tui y A Guarda.

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Observatorio de aves en Salcidos (A Guarda).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "Monte Aloia"

"Serra da Groba"

Valle miñoto

Los ochenta kilómetros finales del Miño están amparados por ambos márgenes en un espacio transfronterizo dentro de la Red Natura. Comprende desde el último embalse en la presa de A Frieira (Crecente) hasta la entrega en el Atlántico, junto con algunos afluentes como el Tea y el Tamuxe en la vertiente gallega y el Coura en la portuguesa.

La frontera del Miño une ecosistemas. Principalmente, los hábitats del estuario con una extensa zona de junqueras y praderas húmedas (denominadas en la zona morraceiras) e islas y bancos de arena (ariños). Las mejores posibilidades de acercarse a estos parajes están en las playas de la desembocadura como Camposancos, que cuenta además con un interesante sistema dunar, y los observatorios ornitológicos de probado éxito como el de Salcidos (A Guarda), frente a la isla de Canosa. Las elevaciones del terreno también son excelentes atalayas naturales como la subida al castro de Santa Tegra o al Monte Aloia (Ver Parque Natural).

Tradicionalmente, el río es navegable hasta Tui. Aguas arriba el río se estrecha entre rocas y "pesqueiras", muros de piedra construidos para la pesca de la lamprea. En la actualidad se conservan unas cuatrocientas entre Salvaterra de Miño y Crecente. Un buen sitio para observarlas es en la localidad de Arbo.

En el hermoso ayuntamiento de O Rosal parecen de obligada visita los treinta y seis molinos en línea de los conjuntos etnográficos del Folón y el Picón.





Situación

En el fondo de la ría de Betanzos (A Coruña), ayuntamientos de Aranga, Bergondo, Betanzos, Coirós, Irixoa, Miño, Oza dos Ríos y Paderne.

Superficie

864,58 ha.

Acceso

La autovía A-6, la autopista AP-9 y la nacional N-VI comunican con Betanzos y discurren cerca del espacio natural. Para el coto de Chelo, desvío en la N-VI en Queirís-Collantres (Coirós).

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Aula de la Naturaleza de Chelo. Tel. 981 541 789.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "Fragas do Eume"
LIC "Costa de Dexo"
LIC "Encoro de Abegondo-Cecebre"



Hasta el siglo XVIII el puerto de

Betanzos fue uno de los más importantes centros pesqueros y comerciales del Antiguo Reino de Galicia. Los sedimentos fluviales que llenaron la ría y menguaron su calado hicieron debilitar entre otros factores el tráfico marítimo. La ría de Betanzos cuenta en la actualidad con una de las mayores extensiones de marismas litorales de Galicia y aún conserva un pequeño puerto y embarcaciones en la confluencia de los dos ríos Mendo y Mandeo que abrazan el recinto urbano. Las orillas fluviales forman la otra parte de este espacio protegido que llega en el caso del Mandeo hasta 25 kilómetros aguas arriba.

El mejor observatorio del humedal está en los accesos que circulan por el margen izquierdo de la ría. Por aquí encontraremos el pazo de Mariñán (Bergondo) y podremos entrar en horario de visita a los jardines que reúnen entre sus valores naturales hasta cinco taxones vegetales catalogados como "Árboles Singulares". Los itinerarios interiores encuentran en Chelo (Betanzos), además del Aula de la Naturaleza, el comienzo de los senderos que penetran en el corredor vegetal del río Mandeo. El curso fluvial se acelera a veces en este tramo entre los afloramientos de granito frecuentes ofreciendo hermosas estampas al ritmo de las aguas.



Situación

Entre los límites de los ayuntamientos de A Estrada, Forcarei y Silleda (Pontevedra).

Superficie

1.080,12 ha.

Acceso

La N-640 entre A Estrada y A Bandeira (Silleda) recorre el límite norte del espacio con desvío hacia Curantes y Olives. También por la carretera Silleda-Forcarei, desvío hacia Xestoso.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Fraga de Catasós"
LIC "Serra do Candán"
LIC "Sistema fluvial Ulla-Deza"



Los montes que separan las comarcas de Tabeirós y Deza culminan en amplias llanuras que históricamente permanecían encharcadas durante todo el año. En estos terrenos húmedos que caracterizan las marismas se han conservado pequeñas áreas de turberas y zonas inundadas por las lluvias. La más significativa es la laguna Sacra de Olives, formada en una pequeña depresión del terreno a unos 650 metros de altitud y que sólo acostumbra a secar en la época estival.

Resultan muy curiosos los muros de piedra que rodean el espacio inundable. Según la leyenda, la laguna fue rodeada con un muro para evitar la profanación de los cadáveres arrojados al agua tras una batalla de la Antigüedad ya olvidada.



Situación

En el extremo de la península de O Morrazo, separa la ría de Pontevedra de la pequeña ría de Aldán, en los ayuntamientos de Bueu y Cangas.

Superficie

623,36 ha, de las cuales 443 son aguas marinas.

Acceso

Desde Pontevedra a Bueu por la carretera PO-551, desvíos finales en el tramo de Beluso.

Servicios

Alojamiento y comida en las proximidades.

Equipamientos

Paneles informativos. Aula de la Naturaleza (Beluso, Bueu).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Nacional Illas Atlánticas de Galicia
LIC "Costa da Vela"



La ría de Aldán se abre en el extremo de la península de O Morrazo entre la punta de O Couso (Ver LIC Costa da Vela) y cabo Udra. Su costa desde la playa de A Mourisca (Bueu) y Mendiúña (Cangas) es un collar de rocas y pequeños arenales tocados por la belleza y riqueza submarina.

Los delfines, delfines mulares y marsopas son relativamente frecuentes en estas aguas también amparadas por el área protegida. Desde tierra su observación con unas vistas panorámicas que no defraudan se convierten en uno de los principales atractivos para su visita. Existe una ruta señalizada desde Bueu y un Aula de la Naturaleza en la parroquia de Beluso.

En el recorrido descubriremos los peculiares "chozos", construcciones de los pastores al abrigo de las numerosas rocas de la zona, y baterías militares abandonadas.



Carballido



Situación

En el límite con el Principado de Asturias, ayuntamientos de A Pontenova, Ribeira de Piquín, A Fonsagrada (Lugo).

Superficie

4.633,94 ha.

Acceso

Desde A Pontenova o A Fonsagrada por la carretera LU-740.

Servicios

Turismo rural.

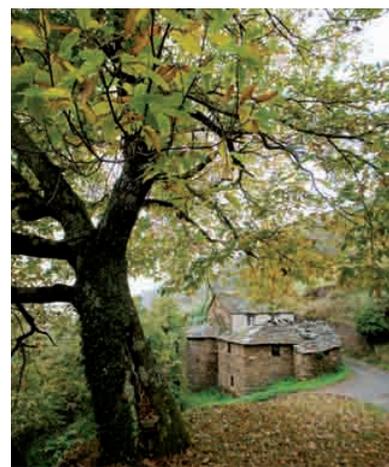
Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "A Marronda"

LIC "Río Eo"

La carretera local que une las localidades de A Pontenova, al norte, y A Fonsagrada, al sur, es la principal vía de acercamiento a dos extensos bosques autóctonos, separados entre sí y de difícil acceso, que cubren la red tributaria de la cuenca alta del Eo. El primero es la fraga del río Reigadas y otros riachuelos. Es recomendable la visita a partir de la herrería de Bogo (A Pontenova), donde se ha recuperado un interesante conjunto etnográfico del siglo XVIII relacionado con la riqueza férrica de la comarca.

El segundo bosque, en el ayuntamiento de A Fonsagrada y Ribeira de Piquín, es el bosque de Carballido. El río de referencia es el Rodil y la multitud de sus tributarios, principalmente el Veiga de Logares. Existen referencias de la presencia esporádica del oso pardo.



Costa da Vela



Situación

Ayuntamiento de Cangas, en el extremo occidental de la península de O Morrazo (Pontevedra).

Superficie

1.384,81 ha de las cuales 1.003 ha son de aguas marinas.

Acceso

Desvíos en la carretera PO-551 entre Bueu y Cangas hacia el norte por Hío o al sur por Donón.

Servicios

Alojamiento y comida en las proximidades.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Nacional das Illas Atlánticas de Galicia.

LIC "Cabo Udra"

Ya en la antigüedad este lugar asomado espectacularmente en acantilados de más de 150 metros sobre el mar era un lugar de peregrinación. La belleza de los miradores marinos junto con las playas y los yacimientos arqueológicos siguen siendo en la actualidad los atractivos de este excelente destino natural entre las rías de Vigo y de Pontevedra.

Los descubrimientos del alto de O Facho de Donón pusieron de manifiesto un singular santuario, un "bosque de aras" compuesto por casi doscientas lajas consagradas al dios Berobreo, conservadas en el Museo Municipal de Vigo. En el castro galaico-romano se descubrieron hasta el momento 60 viviendas en un amplio recinto amurallado. Tiene fácil acceso desde la localidad de Donón en una ascensión de aproximadamente treinta minutos. Es el punto central elevado de la Costa da Vela desde el que las vistas panorámicas alcanzan un amplio tramo de las bocas de las Rías Baixas con el Parque Nacional de las Illas Atlánticas en primer término.

En el extremo sur se sitúa Cabo de Home con tres puntas y cada una con su faro. Entre ellas acogen una pequeña ensenada con la playa de Melide y protegen, ya en el interior de la ría de Vigo, la sucesión de estos otros arenales: Barra, Viñó y Nerga, con un sistema dunar de formas poco comunes.

La zona de protección bajo las aguas se amplía frente a la costa hasta la cota de los treinta metros de profundidad.



Cruzul-Agüeira



Situación

En Os Ancares lucenses, ayuntamientos de Becerreá y As Nogais.

Superficie

618,46 ha.

Acceso

Por la A-6 o por la N-VI hasta Becerreá.

Servicios

Alojamiento y comer en las proximidades.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Ancares-Courel"

El otoño descubre por contraste la presencia de las perennes encinas rodeadas de especies caducifolias. Es uno de los momentos estelares del bosque maduro que acompaña a la cuenca alta del río Navia, entre Doncos y Becerreá, con algunos de sus afluentes. La belleza del lugar no necesita aviso incluso para los viajeros que circulan rápidos por la autovía que cruza este espacio natural.

En Agüeira atravesamos un excelente castaño de castaños con tendencia a convertirse en bosque mixto de robles en las cotas altas. Y ya en las proximidades de Cruzul, próximo a Becerreá, encontraremos el extraño caso del encinar mediterráneo enclavado aquí en el dominio atlántico, en una zona de montaña. Su presencia está asociada al substrato rocoso calizo en unas zonas concretas del valle.

En algunos tramos las rutas de senderismo siguen el trazado de los viejos caminos cargados también de significado histórico. Es el caso, por ejemplo, del puente del río Cruzul, escenario de acontecimientos bélicos ocurridos hace doscientos años, en la Guerra de la Independencia.





Situación

Ayuntamientos de Abegondo, Betanzos, Cambre, Carral y Oza dos Ríos, al sudeste de la ciudad de A Coruña.

Superficie

493,41 ha.

Acceso

Desde A Coruña, carretera por Cambre; o varios desvíos en la carretera N-VI. La local AC-221 pasa por la presa y cruza el embalse.

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Aula de la Naturaleza de Crendes (Abegondo). Tel.: 981 647 916. Observatorio de aves.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Betanzos-Mandeo"



El embalse de los ríos Mero y Barcés, a poco más de veinte kilómetros de la ciudad de A Coruña, se ha convertido desde su creación en el año 1976 en el espejo de una plácida estampa terrenal. Benigna en lo climatológico y generosa por naturaleza, el paisaje al servicio del abastecimiento urbano de aguas ha conseguido un alto grado de adaptación natural.

Además de las zonas donde el nivel de las aguas ronda una media de seis metros de profundidad, con puntos máximos de quince, se han formado en las colas fluviales sendas áreas pantanosas con prados y bosques inundables de gran valor ecológico. El espacio protegido se despliega

aguas arriba por las riberas de ambos ríos. En el corazón de todo esto se sitúa el Aula de la Naturaleza de Crendes (Abegondo) con fuerte vocación de visitas escolares y todo un clásico de los aficionados a la observación de aves.

Próxima también está Villa Florentina (981 676 052), la casa museo del escritor Wenceslao Fernández Flórez que inmortalizó el bosque de Cecebre con la novela *El bosque animado*.



Enseada de San Simón

Situación

Interior de la ría de Vigo, ayuntamientos de Moaña, Pontevedra, Redondela, Soutomaior y Vilaboa.

Superficie

2.252,06 ha.

Acceso

Carreteras entre Vigo y Pontevedra: por el lado derecho a N-550 y la AP-9; por la izquierda, núcleo de comunicaciones en Redondela (N-552, N-555).

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Equipamientos

Centro de Interpretación de las Islas San Simón y San Antonio. Reserva de barco e gestión de visitas durante el verano: Tel.: 986 903 884 - 671 035 030 Web: www.illadesansimon.org Aula de la Naturaleza de San Xulián-Cotorredondo. Solicitudes en el Servicio de Conservación da Natureza de Pontevedra y web.



Parece un lago. La enseada final de la ría de Vigo de casi ocho kilómetros de longitud por cuatro de anchura se ve reducida en el estrecho de Rande a unos 700 metros. Ese es además su límite en profundidad, pues una buena parte de la cubeta desagua durante la bajamar y otra parte son aguas superficiales. Verde es la llanura que se descubre con las mareas, rica en mariscos bivalvos como las ostras de Arcade y aves acuáticas. Pero también rica en literatura: cantigas de amigo de los trovadores de la ría de Vigo y aventuras de *Veinte mil leguas submarinas* de Verne mezcladas con los tesoros de los galeones hundidos en Rande.

Las antiguas salinas del Ulló, en el barrio de Paredes (Vilaboa), permiten un fácil acceso por sus murallones a este espacio natural. El referente cultural de la enseada está en la isla de San Simón, con un Centro de Interpretación para explicar su larga historia y diferentes usos desde lazareto a campo de concentración. Visitable principalmente en el verano desde los puertos de Cesantes (Redondela) y Santo Adrán de Cobres (Vilaboa). Fuera de este espacio protegido, en la península de O Morrazo, se sitúa el Parque de Cotorredondo que cuenta con una Aula de la Natureza junto al lago Castiñeiras.



Esteiro do Tambre

Situación

Curso bajo y desembocadura del río Tambre en la ría de Muros y Noia. Ayuntamientos de Brión, Negreira, Noia, Outes, Porto do Son (A Coruña).

Superficie

1.582,61 ha.

Acceso

Para la orilla izquierda, desvío hacia A Graña-Cornada en la carretera AC-543 Santiago de Compostela- Noia. Para la orilla derecha, por Ponte Nafonso hacia Negreira.

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Monte e lago de Louro"

El arca de Noé con paloma y olivo en el pico representan en el escudo municipal de Noia su fundación legendaria. Es la cabecera de una ría donde confluyen con el Tambre numerosos ríos de menor recorrido como el Traba, que cruza el puente de Noia. Entre todos forman un complejo sistema estuárico, apenas navegable con la marea alta, donde los paisajes campesinos conviven con los marineros. Tres cuartas partes del espacio protegido pertenecen a este hábitat marítimo-terrestre hasta el puerto de O Freixo (Outes) de un lado y la playa de Boa Grande del otro.

La desembocadura del Tambre puede contemplarse desviándose por la carretera vieja en Ponte Nafonso, con veinte arcos, uno por cada año que se tardó en construir en el siglo XIV y el último medio torcido según el dicho popular. La población entre junqueras rodeada de elevaciones arboladas transmite toda la serenidad del paisaje. Existen numerosos paseos y miradores como el del monte Tremuzo (514 m).

El curso fluvial del Tambre merece una visita. Sus últimos tres kilómetros discurren en una pronunciada garganta sobre paredón de granito entre los lugares de Lueiro (Negreira) y Cornada-A Graña (Brión). Un buen sitio de partida es el edificio histórico



de la central hidroeléctrica Tambre I, diseñado por el arquitecto gallego Antonio Palacios. Desde su área de recreo y el puente colgante, con vistas a las antiguas "pesqueiras" de lamprea (muros de piedra contruidos para la pesca de la lamprea), un sendero conduce entre bosquetes autóctonos hasta la Devesa de Nimo.



Miño-Neira



Situación

Aguas abajo de la ciudad de Lugo. Ayuntamientos de Guntín, Lugo, O Corgo y O Páramo.

Superficie

842 ha.

Acceso

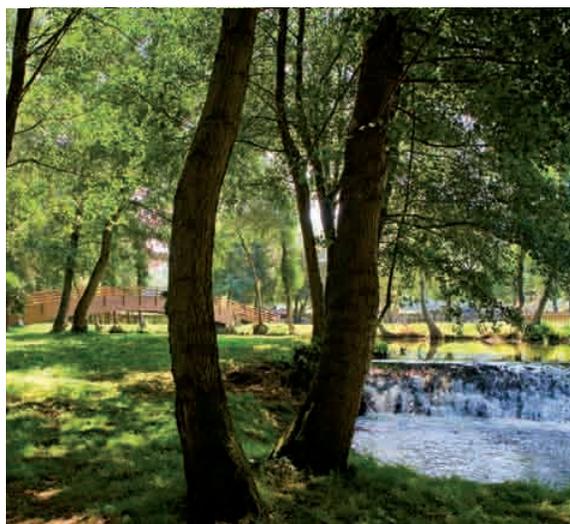
Salida hacia Sarria en la autovía A-6 y luego desvíos en la carretera N-VI.

Servicios

Alojamiento y comida en las localidades de referencia.

El Neira echa sus frías aguas de las montañas orientales de Lugo por el margen izquierdo del Miño. Se trata de un río con gran riqueza ecológica que desde el lugar de Ponte de Neira hasta la desembocadura en el gran cauce forma parte de este espacio protegido. Al estar integrado en la Reserva de la Biosfera "Terras do Miño" posee rutas de senderismo y áreas recreativas fluviales.

Se encuentran excelentes representaciones de bosques de galería que cuenta incluso con una ínsula arbolada. También destacan los paisajes agrarios entre cuyos valores naturales figuran las sebes.



Monte Faro



Situación

Límite provincial de Pontevedra y Lugo, en los ayuntamientos de Carballo, Chantada y Rodeiro.

Superficie

3.002,29 ha.

Acceso

La villa de Chantada está en la carretera N-540 (Lugo-Ourense) y desde aquí cruza la parte norte de la sierra la CRG 2.1 Monforte de Lemos-Lalín.

Servicios

Alojamiento y comer en las proximidades.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Pena Veidosa"

La ermita y área recreativa del Monte Faro (1.187m) corona la cumbre desde la que se dominan amplias vistas de las cuatro provincias gallegas. Los altos de esta sierra son suaves, ligeramente en llanura, y por su situación en la Dorsal Galega reciben abundantes precipitaciones, con años de nevadas.

En las laderas las formaciones boscosas autóctonas adquieren relevancia en el paisaje, tradicionalmente moldeado por la actividad agroganadera. Se conservan entre las tierras de labor buenas muestras de robledales, con ejemplares de gran porte en algunas zonas.



Negueira



Situación

Ayuntamiento de Negueira de Muñiz, extremo oriental de la provincia de Lugo limítrofe con Asturias.

Superficie

4.511,88 ha.

Acceso

Desde la carretera de A Fonsagrada-Oviedo, desvío antes del puerto de O Acevo.

Servicios

Alojamiento y comida: turismo rural.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Os Ancares
(LIC "Ancares-Courel")

La construcción del embalse de Salime en los años sesenta del pasado siglo ha dividido de norte a sur el ayuntamiento de Negueira de Muñiz, lo cual ha aumentado el aislamiento de la orilla derecha y ha provocado un fuerte movimiento migratorio. El municipio que lleva el apellido del promotor de su independencia administrativa como ayuntamiento es en la actualidad el menos poblado de Galicia pues no llega a los trescientos habitantes.

Una historia reciente complicada al igual que el territorio que presenta un relieve muy accidentado y lleno de hermosos contrastes naturales. Encontramos frondosas manchas vegetales dominadas por los robles, pero allí donde el valle suaviza el clima de montaña permite la existencia de especies como los alcornoques e incluso viñedos.





Situación

Limítrofe con Portugal y también con la provincia de Zamora. Ayuntamientos de A Gudiña y A Mezquita (Ourense).

Superficie

5.853,81 ha.

Acceso

En la autovía de las Rías Baixas A-55 o en la nacional N-525, salida hacia A Mezquita con desvío por la carretera provincial OU-311.

Servicios

En las localidades de referencia.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Pena Trevinca".

Este lugar se orienta en la línea del corredor verde deseable entre el Macizo Central ourensano y el gran Parque Natural portugués de Montesinho, que abarca toda la raia lusitana desde Zamora hasta Ourense. En la parte gallega comprende la sierra de A Esculqueira (1.149 m) y el sonoro Penedo dos Tres Reinos (1.004 m), punto de unión de la triple frontera histórica de los reinos medievales de Portugal, Galicia y León.

Tienen merecida fama las amplias masas de castaños que se forman en esta comarca de media montaña. En los altos predomina el monte bajo que acoge poblaciones estables de lobo y corzo.



Situación

Entre A Mariña central y oriental de Lugo, en los ayuntamientos litorales de Foz y Barreiros e interiores de Mondoñedo Lourenzá.

Superficie

LIC 575,17 ha de las cuales 343 ha son aguas marinas.

Acceso

Carreteras N-642 (Ferrol-Ribadeo) y N-634 (desde Mondoñedo).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "A praia das Catedrais"

El Masma es un digno representante de los ríos de la vertiente cantábrica gallega. Corto recorrido (46,2 km), nacimiento sobre los 900 metros de altitud y fuerte poder erosivo que se traduce en amplios valles como el de Mondoñedo; galería vegetal autóctona entre bosques de repoblación; y, por último, formación de rías altas acompañada en la desembocadura de llanuras intermareales rodeada de marismas. En el caso de la ría de Foz, cerrada por las playas de A Rapadoira, en el margen izquierdo, y la playa de O Altar, en el derecho. El estuario es un punto de parada migratoria e invernada de aves reconocido internacionalmente.

Alrededor del río, uno de los grandes en la pesca del salmón de Galicia, existen muchas rutas. Una de las más recomendables, aunque hay que estar en forma para vencer la subida a pie, es la de Pena Cornería (437m). El tesoro está en el paisaje con las panorámicas de todo litoral mariñano. Existen otros miradores accesibles como el pico de A Lebre (Foz) y áreas recreativas como la de Fervenza (Viloalle) con piscinas fluviales artificiales en un afluente del Masma próximo a Mondoñedo.



Situación

En la comarca de Terras de Lemos, al sur de Lugo, ayuntamientos de Bóveda, O Incio, Monforte de Lemos, A Pobra do Brollón, Pantón y Sober.

Superficie

1.576,53 ha.

Acceso

La carretera LU-546 (Lugo-Monforte de Lemos) atraviesa de norte a sur este espacio.

Servicios

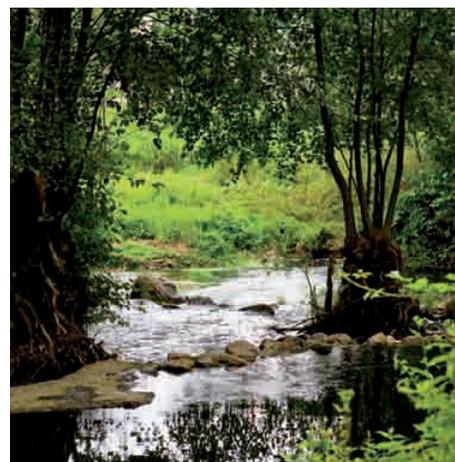
Alojamiento y comida en las villas de referencia.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Ancares-Courel" "Canón do Sil"

La mitad del espacio pertenece a los alisos, sauces y fresnos acompañados de otras masas forestales autóctonas y de repoblación. Se trata de una galería vegetal a la orilla del Cabe, en la cuenca del Sil, desde las montañas de O Courel hasta la llanura de Monforte de Lemos. Reconoce además muchos de sus tributarios como el Carabelos, el Cinsa y el Mao dentro de la red fluvial protegida.

La variabilidad climática del territorio también se traduce en diversidad de escenas. Por ejemplo, la poco frecuente en Galicia de un río congelado como la del Cabe bajo el Puente Viejo de Monforte de Lemos. Puentes y molinos modestos y hermosos son el patrimonio, pero también los pazos señoriales, bodegas entre viñedos y arte religioso.



Río Landro



Situación

Ayuntamientos de Viveiro y Ouro, en A Mariña occidental de Lugo.

Superficie

88,94 ha.

Acceso

Desde Viveiro en la carretera N-642 (Ferrol-Ribadeo).

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Souto da Retorta"
LIC "Costa da Mariña Occidental"
LIC "Monte Maior"

Antes de entregarse definitivamente al mar tras los puentes de Viveiro, el Landro aminora su velocidad en sucesivos meandros que cinco kilómetros aguas arriba, hasta Landrove, aún reciben la influencia de las mareas. Desde el mirador de San Roque (375 m) se admira buena parte de este territorio de gándaras y de la ría de Viveiro, con mar y montes como protagonistas en un éxtasis de verdes y azules.

Además de la zona húmeda mencionada, el curso fluvial abarca hasta dieciséis kilómetros tierra adentro y los de su pequeño afluente río Bravos. Figura entre los ríos salmoneros del norte y la calidad de las aguas incluso permite la existencia de una comunidad viable de mejillones de río. Las riberas están ocupadas por frondosas masas arbóreas entre las que destaca el eucalipto, con una introducción en la zona ya histórica (Ver *Monumento Natural Souto da Retorta*).



Río Lérez



Situación

Tramo final hasta la desembocadura en la ría de Pontevedra. Ayuntamientos de Campo Lameiro, Cotobade y Pontevedra.

Superficie

18,60 ha. LIC.

Acceso

Desde Pontevedra la carretera N-541 discurre en paralelo al río, con varios desvíos (PO-223, PO-231).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Serra do Candán"
LIC "Serra do Cando"

La capital del arte rupestre de Galicia se extiende por las orillas del río Lérez, en los ayuntamientos de Campo Lameiro y Cotobade, próximos a la ciudad de Pontevedra. Posee una de las concentraciones de petroglifos de la Edad de Bronce más asombrosa de Europa. Destaca principalmente por las escenas de caza de ciervos y los diseños abstractos como las combinaciones circulares. En este entorno está prevista la localización del Centro de Interpretación del Parque Arqueológico en el monte Paradela, entre los lugares de Paredes y Praderrei, que abarcará las zonas limítrofes localizadas en las inmediaciones del río Lérez a través de itinerarios y rutas.

El espacio natural coincide con conocidos cotos pesqueros del Lérez y algunos afluentes como el Almofrei. Existen numerosas áreas recreativas fluviales y trayectos por bonitos paisajes de puentes y molinos.



Río Tambre



Situación

En la zona central de la provincia de A Coruña. Ayuntamientos de Tordoia, Ordes, Mesía, Trazo, Oroso, Frades, Santiago de Compostela y O Pino.

Superficie

151,70 ha.

Acceso

La carretera N-550 en el tramo entre Ordes y Santiago de Compostela, permite acercarse por medio de múltiples desvíos a la cuenca media del Tambre.

Servicios

Alojamiento y comida en las localidades de referencia.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

LIC "Esteiro do Tambre"

Atraviesa en sus 125 km de longitud las comarcas centrales de Galicia, en su cuenca media, anterior al paso por el ayuntamiento de Santiago de Compostela, vertebrando una red fluvial de pequeños cauces.

Sus bosques de galería dan vida a unos hermosos paisajes de las riberas. Una de las formas de acercamiento son las áreas recreativas a la orilla del río. Por ejemplo, en el ayuntamiento de Oroso, partiendo de Sigüeiro, la isla del Refugio; Penateixa; Ponte Arderiz en la confluencia con el río Samo; y Cachopal, con el río Maruzo. El acogedor núcleo de Ponte Maceira, en el Camino de Fisterra-Muxía, es uno de los mejores puntos para acercarse a disfrutar del río.





Situación

En el sur de Ourense, ayuntamientos de Castrelo do Val, Laza, Monterrei, Verín y Oímbra.

Superficie

718,76 ha.

Acceso

Desde Verín, río arriba por la comarcal OU-113 hacia Laza, río abajo por la N-532 hasta Oímbra.

Servicios

Alojamiento y comida en las localidades de referencia.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "O Invernadeiro"

El gran castillo de Monterrei, sin duda uno de los más hermosos de Galicia, ocupa la colina perfecta para la contemplación del valle que el Támea recorre de norte a sur, y recibe por la derecha las aguas del tributario Bubal. Atraviesa por Verín el cálido valle que es zona vitivinícola y rica en aguas manantiales. La zona protegida abarca todo el curso del río en territorio gallego, hasta la frontera portuguesa.



El Támea nace en los altos de A Alberguería (Laza) y pronto forma un corredor de bosques de ribera y estrechos valles de montaña como el de Laza con buena calidad de las aguas. La zona protegida también contempla las vegas y charcas naturales con rica vegetación flotante.

Situación

Ayuntamientos de Covelo, Fornelos de Montes, Mondariz, Mondariz-Balneario, Ponteareas y Salvaterra de Miño, al sur de la provincia de Pontevedra.

Superficie

357,13 ha.

Acceso

Desde Ponteareas, para la desembocadura en Salvaterra do Miño por la comarcal PO-403; aguas arriba por la PO-254 hacia Mondariz.

Servicios

Alojamiento: Sí. Comer: Sí.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "Monte Aloia" LIC "Baixo Miño"

La variedad de paisajes fluviales del río Tea, en apenas cincuenta kilómetros de longitud, lo convierten en el referente ecológico de la comarca de O Condado. Desde su nacimiento en el alto de Moncelos, entre las sierras de O Suído y Faro de Avión, hasta desembocar en el Miño mantiene importantes formaciones de bosques de ribera.

Las playas fluviales y áreas de ocio permiten el acercamiento de la población en numerosos puntos. Algunas de ellas son de gran belleza, como el vado dos *pasos de Tatín* o el puente de Cernadela, de origen romano, impresionante por sus cinco e irregulares arcos. Otro de los lugares destacados del río Tea es su paso por Mondariz-Balneario. Es este el ayuntamiento más pequeño de Galicia, pero alberga las formidables edificaciones históricas del famoso balneario.



Situación

Ayuntamientos pontevedreses de Forcarei, Lalín, Silleda; limítrofes con los ourensanos de Beariz y O Irixo.

Superficie

10.683,18 ha.

Acceso

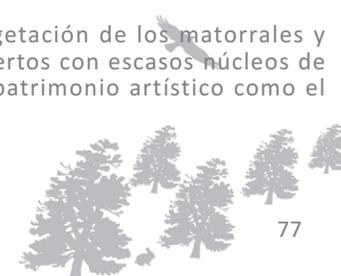
Desvío en la carretera N-541 Ourense- Pontevedra. Acceso por el norte desde Silleda.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Fraga de Catasós" LIC "Serra do Cando"

La comarca denominada significativamente Terra de Montes está formada por paisajes de media montaña entre los que O Candán es una de sus sierras más extensas. La altura máxima del espacio apenas toca los mil metros, pero su media altitudinal es suficiente para imprimirle una singular personalidad entre las elevaciones de la Dorsal Gallega.

Aquí tienen su nacimiento los ríos Lérez, Umia y varios tributarios del Deza. Las cumbres están dominadas por la vegetación de los matorrales y agrestes afloramientos rocosos. Son espacios de horizontes abiertos con escasos núcleos de población, con buenas muestras de la arquitectura popular y patrimonio artístico como el monasterio de Aciveiro, reconvertido en hotel monumento.



Serra do Careón



Situación

Ayuntamientos de Melide, Santiso y Toques en A Coruña; Friol y Palas de Rei en Lugo; Agolada en Pontevedra.

Superficie

6.567,87 ha.

Acceso

El acceso por la carretera N-547, desde Santiago o desde Lugo; y la AC-840 desde A Coruña, por Betanzos.

Más información

Aula de la Naturaleza de Toques (981 506 421).

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Reserva da Biosfera "Terras do Miño"
LIC "Sobreirais do Arnego"

Los montes de O Careón forman el último tramo del exigente Camino Primitivo antes de juntarse en el centro de Melide con el Camino Francés de Santiago. Se trata de una sierra de moderada altitud (798 m, máximo) y características especiales en el subsuelo que la convierten en un área de gran interés geológico a nivel peninsular.

Son abundantes los riachuelos de montañas que se juntan en el río Furelos, afluente final del Ulla. Existen numerosas rutas de senderismo que recorren el espacio, e incluso las carreteras locales que cruzan los altos son de interés paisajístico.

Uno de los puntos más destacados es la ermita de San Antolín de Toques rodeada por el bosque, o el itinerario hasta el lugar de As Fervenzas (Toques), con una caída de las aguas de unos 40 metros al lado de un antiguo molino.



Sobreirais do Arnego



Situación

Ayuntamientos de Agolada, Lalín y Vila de Cruces (Pontevedra).

Superficie

1.080,83 ha.

Acceso

Para llegar al lugar de Carmoega, desvío en la carretera local entre Vila de Cruces y Agolada.

Servicios

En las localidades de referencia.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Monumento Natural "Fraga de Catasós"
LIC "Serra do Careón"

El alcornoque, sólo presente en Galicia en las zonas más abrigadas de los valles fluviales, tiene en la cuenca del Ulla a las orillas de su afluente el Arnego uno de los bosques mixtos mejor conservados de la comunidad. Se acompaña principalmente de roble. Los ejemplares de mayor porte pueden llegar hasta los 25 metros de altura, y en las zonas más accesibles muestran las cicatrices de la explotación secular de la corteza.

Uno de los mejores sitios para acercarse al Arnego, donde el alcornocal forma una masa densa de vegetación, es el valle de Carmoega, en Agolada. En el camino de los molinos existe un buen sendero de pescadores con área recreativa.



Xubia-Castro



Situación

Ayuntamientos de A Capela, Moeche, Narón, Neda, San Sadurniño, As Somozas y As Pontes de García Rodríguez, en la provincia de A Coruña.

Superficie

1.985,91 ha.

Acceso

Desvíos hacia el río en Naraío o Moeche en la carretera entre Neda y San Sadurniño.

Servicios

Alojamiento y comida en las proximidades.

Otros espacios naturales relacionados / próximos:

Parque Natural "Fragas do Eume"
LIC "Costa Ártabra"

Esta zona protegida abarca dos espacios naturales diferentes. Por un lado, el tramo del Río Grande de Xuvia con su afluente el Castro; por otro, la sierra de Forgoselo.

La antigua fábrica y molino de harina de Ponte Xuvia señala el punto de la desembocadura en el fondo de la ría de Ferrol, entre los ayuntamientos de Narón y Neda. En su breve curso fluvial atraviesa húmedos valles como el de Moeche, que cuenta con un famoso castillo restaurado, y San Sadurniño donde el color verde triunfa en el paisaje. Recibe también la aportación del río Castro, que refleja la colina de la torre de Naraío.

La sierra de O Forgoselo destaca por sus formas suavemente onduladas que rondan los 500 metros de altitud. La orografía y las abundantes lluvias son favorables para la formación de áreas húmedas y vegetación asociada de mucho interés como la conocida como Veiga das Lagoas.





Gándaras de Budiño



Ayuntamientos (Provincia)

O Porriño, Salceda de Caselas y Tui (Pontevedra)

Superficie

727 ha



Illas Estelas



Ayuntamientos (Provincia)

Nigrán (Pontevedra)

Superficie

725 ha



Monte Maior



Ayuntamientos (Provincia)

Viveiro y Xove (Lugo)

Superficie

1.243,49 ha



Pena Veidosa

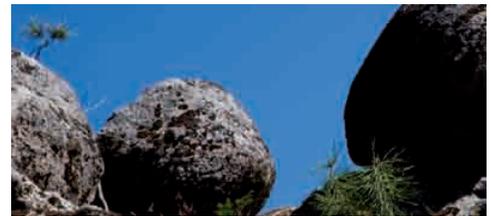


Ayuntamientos (Provincia)

Carballedo y San Cristovo de Cea (Ourense)

Superficie

2.321 ha



Río Ouro

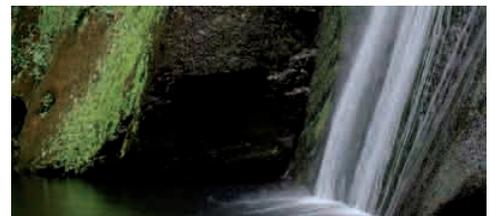


Ayuntamientos (Provincia)

Alfoz, Foz y O Valadouro (Lugo)

Superficie

109 ha



Serra do Cando



Ayuntamientos (Provincia)

Cerdedo, Cotobade, Forcarei, A Lama (Pontevedra) y Beariz (Ourense)

Superficie

5.458 ha



Veiga de Ponteliñares



Ayuntamientos (Provincia)

Porqueira y Rairiz de Veiga (Ourense)

Superficie

160 ha





Lo que en los mapas figura con un litoral casi rectilíneo, desde cabo Silleiro hasta la punta de Santa Tegra, en los ayuntamientos de Baiona, Oia y A Guarda se convierte in situ en una costa de múltiples recortes graníticos orlados de salpicaduras de las olas del mar donde la única recta es el horizonte marino. La sierra se arrima todo lo que puede al Atlántico y ofrece miradores como el de O Cortelliño, situado en el camino del alto de A Groba (663 m), a once kilómetros de Baiona, donde el paisaje se explica por sí mismo. La boca de la ría de Vigo con las islas Cíes adquiere una perspectiva novedosa desde este extremo meridional.



Además de paisajes, A Groba es conocida por otros aspectos de la vida y del arte. Acoge la más importante concentración de caballos de raza gallega en libertad. La ruta de los curros nos guía hasta las parroquias de Torroña y Mougás, en el ayuntamiento de Oia.

Y del arte rupestre. Posee una de las concentraciones de rocas grabadas más numerosas de Galicia. De Baiona parte *La ruta de los petróglifos* hasta Campos y Outeiro dos Lameiros, pero existen muchas otras lajas como el gran laberinto de la piedra escrita de Burgueira, A Cabeciña en Mougás o la piedra del cazador en Pedornes.

Serra do Suído



Tienen en común los montes de la denominada Dorsal Gallega, que recorre el centro de Galicia, altiplanos erosionados con pocas altitudes máximas por encima de los mil metros, suficientes para formar una barrera que recoge un gran volumen de precipitaciones atlánticas. Generalmente en la vegetación de los altos predominan brezales, tojos, pero dejan en sus laderas buenos ejemplos de bosques autóctonos y masas forestales. Todo esto es especial en cada una de las sierras. También en la de O Suído, en los ayuntamientos pontevedreses de A Lama, Fornelos de Montes y Covelo, y los ourensanos de Avión y Beariz.

En los altos son frecuentes los pastos y, precisamente, el aprovechamiento ganadero ha originado la construcción de “chozos”. Son robustas edificaciones (cuyo origen se remonta a la Edad Media) con gruesas paredes de granito y techos de grandes lajas sobre las que el carrizo sirve de aislante térmico. En el interior, sorprende su amplitud conseguida a base de arcos. Desde la localidad de Avión parte una de las rutas que permite acercarse a estos refugios de pastores. Por ejemplo, los de Cernadas y San Xusto con el atractivo añadido de Fonte Avia donde nace este importante río afluente del Miño.

En la vertiente pontevedresa, son los robledales un importante punto de interés. El principal quizás sea el de A Xesta, cerca de la localidad de A Lama, que además cuenta con una ruta de senderismo hasta el rincón del Foxo do Lobo, sistema ideado para caza de este animal.



Chozo



- No encienda fuego. Cuidado con las colillas de pitillos encendidas o apagadas, pueden provocar incendios.
- Colabore en la limpieza de los espacios naturales.
No tire basura y si la encuentra, por favor recójala y deposítela en los lugares acondicionados para tal fin.
- No está permitido molestar o herir a los animales silvestres. La caza y la pesca son actividades sometidas a control y reglamento. En los parques naturales está prohibido incluso permanecer o transitar con cualquier tipo de armas y fusiles submarinos.
- No arrancar, cortar o deteriorar la vegetación. Acuérdesse de que la recolección de setas exige conocer y respetar un cierto protocolo.
- La introducción de especies no autóctonas de flora y fauna está sujeta a vigilancia.
- Evite acampar fuera de las instalaciones autorizadas.
- Disfrute del recorrido al aire libre. Respete los senderos. Las ruedas de los vehículos dañan la cubierta vegetal.
- Es necesario no alterar la tranquilidad natural con ruidos, altavoces o luces innecesarias. Son aconsejables las excursiones en grupos, pero no muy numerosos.





Situación

En los ayuntamientos ourensanos de Allariz, Vilar de Santos, A Bola y Rairiz de Veiga.

Superficie

21.482 hectáreas totales.

Acceso

La autovía de las Rías Baixas A-52 y la carretera N-525 hasta Allariz. También, desvíos hacia otros puntos en Xinzo de Limia. A Carballa da Rocha (A Saínza) y A Veiga de Ponteliñares en Rairiz de Veiga, por la carretera OU-531 Xinzo de Limia-Celanova.

Servicios

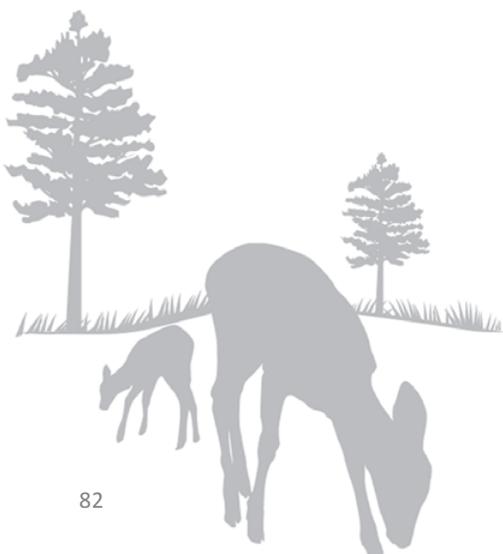
Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

Área gestionada por los ayuntamientos. Concellería de Medio Ambiente de Allariz, Tel.: 988 440 001.
Centro Promoción Económica (Allariz) Tlf. 988 442 210.

Equipamientos

Parque Etnográfico del río Arnoia (Allariz). Tel. 988 440 859.
Aula de la Naturaleza – Ecoespacio O Rexo (Fundación Ramón Glez. Ferreiro). Tel.: 988 436 182.
Museo Etnográfico da Limia (Vilar de Santos). Tel.: 988 465 883.
Jardín Botánico – Finca Sanguñedos (Vilar de Santos).
Próximo a la reserva: Centro de Interpretación de la Laguna de Antela. Sandiás. Tel.: 988 465 001.
Paneles informativos.



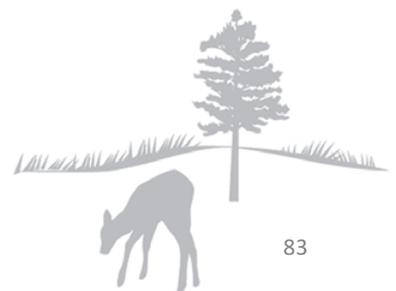


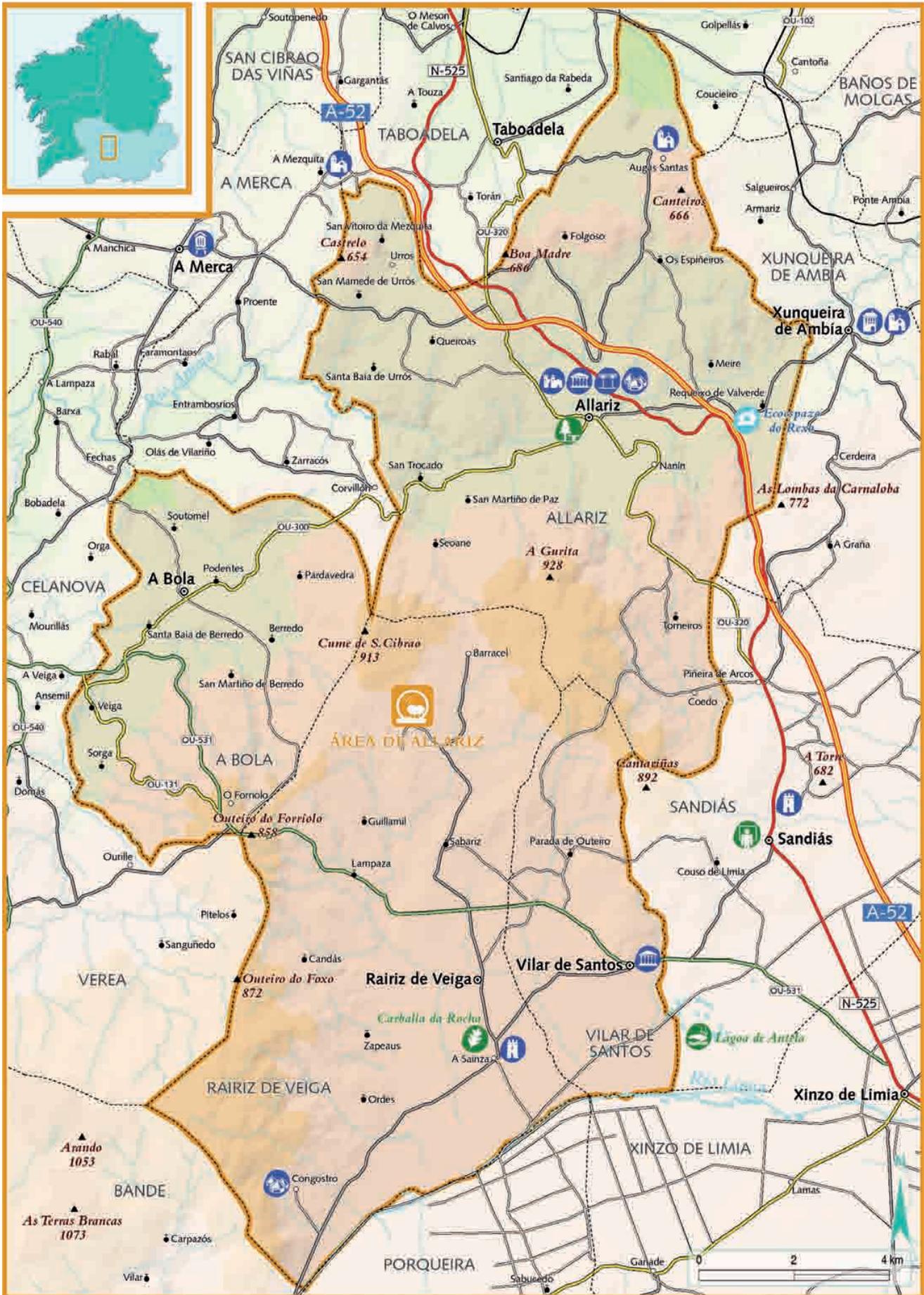
Río Arnoia. Allariz

Prados, ríos, arboledas

A los colores verdes y azules de la naturaleza, se les añade el rojo en el logotipo en forma de mosaico que representa el Área Allariz en la red mundial de reservas de la biosfera. Rojo de los tejados. Contados por la vieja, treinta y dos parroquias, diez mil almas. Según el padrón oficial, algo menos de tres mil habitantes en la villa y otros siete mil repartidos en pequeños núcleos de población. Sólo en el ayuntamiento de Allariz existen ochenta pequeños núcleos de población.

Es un mosaico humano y natural elaborado con siglos de paciencia campesina. La labor humana alrededor del agua configura por lo tanto este paisaje. Dos son los ríos principales de la reserva con caminos diferentes: Arnoia, tributario del Miño, y Limia, compartido con Portugal.





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.





Museo del Cuero. Allariz

Sin Pérdida

Al paso del Arnoia por Allariz le llaman Arnado y conserva uno de los paseos fluviales más hermosos de Galicia. De él destaca el Parque Etnográfico con un molino visitable y museos dedicados al lino y al cuero, pues la curtiduría de pieles fue una actividad importante antaño. Es imperdible la visita al dédalo de estrechas callejuelas en excelente estado de conservación de la zona histórica. Lejos de ser una zona adormecida, concentra el pulso de la villa.

El paseo por la ribera puede prolongarse desde el área de ocio de Acearrica y seguir el curso del río aguas abajo hasta una de las zonas núcleo de la Reserva: O Briñal. Es un extenso y hermoso trayecto a la sombra del bosque de la galería fluvial.

En sentido contrario, aguas arriba de Allariz, con acceso en coche, está el ecoespacio de O Rexo (Requeixo de Valverde) famoso por la intervención escultórica y pictórica del artista vasco Agustín Ibarrola sobre los árboles de la orilla y las piedras.

El otro de los ríos, el Limia, en esta altura es un recuerdo vivo de un pasado diferente. Alimentaba la laguna de Antela, uno de los mayores humedales de la península Ibérica hasta su desecación completa en la década de 1960. La laguna sigue siendo el referente mítico en toda la comarca. Cuenta con un interesante museo etnográfico en Vilar de Santos y, en el ayuntamiento vecino de Sandiás, de un Centro de Interpretación del antiguo ecosistema lacustre que en la actualidad se está recreando parcialmente en las charcas de las explotaciones areneras abandonadas y en proceso de regeneración natural.

Veiga de Ponteliñares

Tras el largo tramo canalizado, allí donde el Limia recupera su lecho, queda este reducto de las vegas donde las orillas fluviales se extienden por los pastos inundados principalmente en la época invernal. La llanura de inundación dentro de la Red Natura 2000 alcanza las ciento treinta hectáreas que se identifican con facilidad por su vegetación característica. Es un importante refugio de la avifauna como cigüeñas, anátidos y rapaces.

Para observarlas con perspectiva un buen sitio es el castro de San Miguel (Rairiz de Veiga), además de contar con especiales valores patrimoniales propios. En este mismo ayuntamiento, en la localidad de A Saínza está A Carballa da Rocha (Ver *Monumento Natural*).



Ecoespacio do Rexo



Santa Mariña de Augas Santas





Situación

Los municipios incluidos en la Reserva de la Biosfera ascienden a un total de 11. Seis en Galicia: Lobios, Entrimo, Muíños, Lobeira, Calvos de Randín y Bande. Cinco en Portugal: Melgaço, Arcos de Valdevez, Ponte da Barca, Terra de Bouro y Montalegre.

Superficie

259.496 hectáreas (62.916 ha en Galicia y 205.580 ha en Portugal).

Acceso

Desde Ourense, dirección Celanova y Portugal, Por la OU-540. Desde Xinzo de Limia por la carretera comarcal OU-301 hasta Bande. Por Portugal, múltiples accesos por carretera. Dentro del Parque Nacional portugués existen rutas con restricciones al acceso con vehículos.

Servicios

Alojamiento: Sí.

Comer: Sí.

Más información

Sede del Parque Natural Baixa Limia-Serra do Xurés, en Lobios.

Tel. 988 448 048 y 988 448 181.

Equipamientos

Centro de Interpretación del Parque Natural, en Lobios, Tel. 988 448 048 y 988 448181.

Centro de Interpretación Arqueológica Aquae Querquennae - Via Nova, en Porto Quintela (Bande)

Tel. 988 444 401.



Horizontes de granito

Donde la frontera abraza los mapas de Galicia y Portugal, las sierras recortan el horizonte celeste con los colores del granito. Alrededor de este núcleo rocoso, que brota en cumbres con erosión de siglos, ha echado raíces un bosque inmenso. Atlántico por la humedad, mediterráneo por temperatura, semialpino por altitud. Es una de las reservas transfronterizas mayores de la Unión Europea. Destaca, según su reciente reconocimiento como Reserva de la Biosfera por la UNESCO “por la variedad de sus ecosistemas de bosque y turbera, así como por el considerable número de especies endémicas bajo la influencia conjunta del clima oceánico y mediterráneo”.





Las matas da Albergaría, do Cabril, do Beredo y Ramiscal son espacios de acceso restringido dentro del Parque Nacional luso y figuran como uno de los mejores bosques peninsulares; al igual que el bosque de A Barxa, en la zona de reserva del Parque Natural gallego.

Sin Pérdida

No será difícil encontrar topónimos de casi todos los orígenes y pueblos que ocuparon estas tierras, así como los vestigios monumentales y artísticos que nos dejaron. La cultura de los pueblos prerromanos representada en los impresionantes dólmenes esparcidos por toda la zona. Monumentos latinos de primer orden como el campamento romano de Aquis Querquernis, visible y visitable cuando las aguas del embalse de As Conchas bajan su nivel. Pero todo el año cuenta con unas instalaciones que sirven de excelente ejemplo explicativo del proceso de la romanización por las armas y las palabras de este extremo del Imperio romano. Cerca de ella también está la iglesia de Santa Comba de Bande, ejemplo insigne del estilo arquitectónico visigodo. Para muestras de la arquitectura barroca, el ayuntamiento de Entrimo ofrece la magnífica fachada de la iglesia de Santa María la Real. En cualquier rincón, las construcciones populares como los molinos, alvarizas, “chivanas” (refugios de pastores en el monte), “canastros” en el gallego de la zona y “espigueiros” en portugués (hórreos), fuentes, cruceros, caminos, muros... nos muestran en su cuerpo de piedra la profunda y rica creatividad popular.

En la vertiente portuguesa, el punto de peregrinación popular más importante se sitúa en el santuario de A Peneda y su famosa cascada en época de lluvias, en el ayuntamiento de Melgaço. Los itinerarios de acceso posibles se sitúan desde la vertiente del Miño o atravesando la “raia” desde Entrimo, también por el interesante punto del castro Laboreiro.

(Ver mapa *Parque Natural Baixa Limia-Serra do Xurés*)



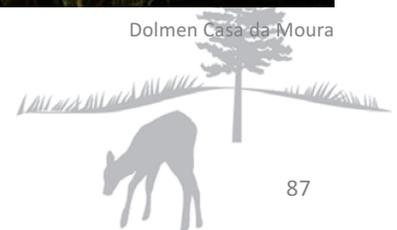
A Cela. Lobios



Santa María A Real. Entrimo



Dolmen Casa da Moura





Situación

Este de la provincia de Lugo limítrofe con León. Incluye los ayuntamientos de Cervantes, Navia de Suarna y parte del municipio de Becerreá.

Superficie

Os Ancares lucenses: 53.664.
Ancares leoneses: 56.786 hectáreas en los municipios de Candín, Peranzanes, Vega de Espinareda y Villafranca del Bierzo.

Acceso

Autovía A-6 y N-VI hasta Becerreá. La carretera LU-722 comunica con A Proba en Navia de Suarna y posee los principales desvíos hacia la sierra.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

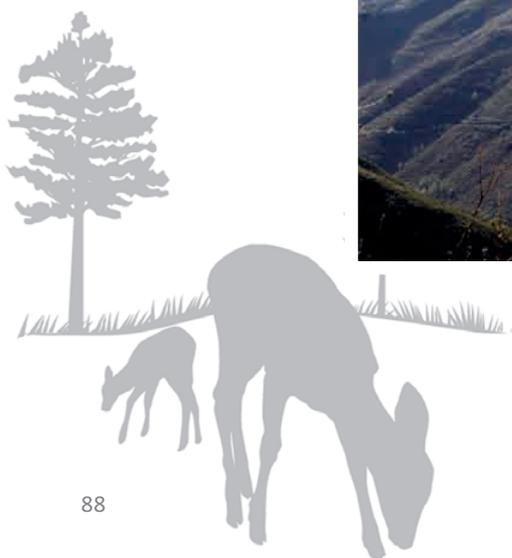
Instituto Lucense de Desenvolvemento Económico e Social (INLUDES).
Tel.: 982 227 812.

Equipamientos

Centro de Interpretación y Gestión de la Reserva Nacional de Caza dos Ancares (Campa da Braña) y Aula de la Naturaleza en Campa da Braña-Degrada (Cervantes) Tel.: 982 181 252.



Donís





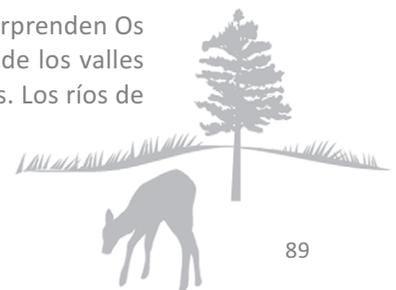
Gran Cantábrica

Desde Os Ancares hasta los Picos de Europa se extenderá la Gran Reserva de la Biosfera de la cordillera Cantábrica, formada con la suma de las diferentes unidades ya declaradas y las que se añadan en el futuro. Os Ancares lugueses son su límite occidental, plurales como su diversidad; mágicos por naturaleza.

Las poblaciones humanas que se supieron afincar en este difícil territorio también lo modelaron y conservaron el legado de su patrimonio. Aún se abren al visitante las puertas de algunas pallozas. Encerrado bajo su techo de paja que les da nombre, estas peculiares viviendas permiten acercarnos toda una forma de vida ancestral.

La montaña brota en tonalidades infinitas de verde en toda la amplia escala de altitudes. Sorprenden Os Ancares no por grandes alturas, sino por los fuertes desniveles. Desde el encajonamiento de los valles hundidos por debajo de los 300 metros hasta los picos de casi los 2.000 en pocos kilómetros. Los ríos de la vertiente gallega son Navia, Rao y Ser; los picos, entre otros, Mustallar y Tres Bispos.

(Ver mapas y rutas en *Os Ancares LIC Ancares-Courel*).





Situación

En el límite de la comunidad autónoma de Galicia y el Principado de Asturias. Siete ayuntamientos gallegos: Ribadeo, Trabada, A Pontenova, Ribeira de Piquín, Baleira, A Fonsagrada, Negueira de Muñiz; y siete asturianos: Castropol, Vegadeo, Taramundi, San Tirso de Abres, Villanueva de Ocos, Santa Eulalia de Ocos y San Martín de Ocos.

Superficie

158.883 hectáreas de las cuales 108.007 ha en la parte gallega.

Acceso

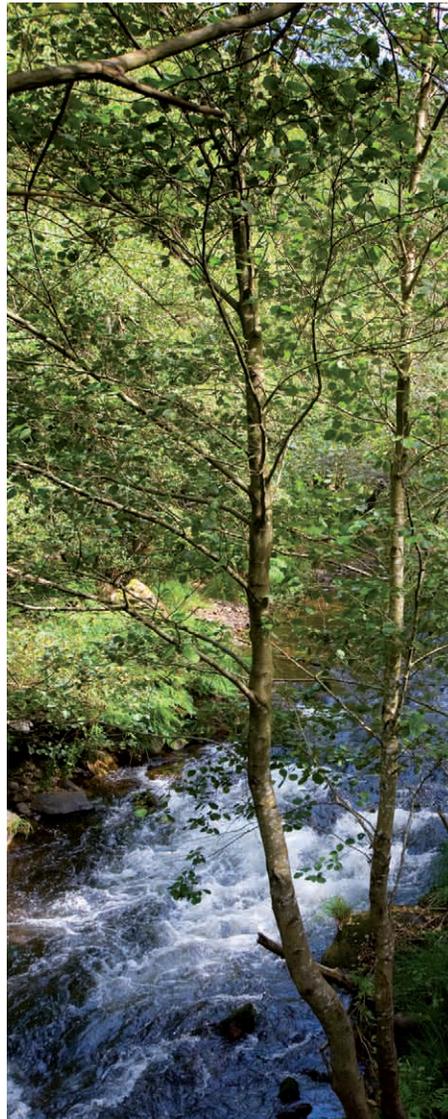
Las vías principales son además de la autovía triscantábrica A-8, las carreteras N-634 (A Coruña-Santander) y N-640 (Lugo-Oviedo). La carretera LU-740 (A Fonsagrada-A Pontenova) y la carretera local a Ribeira de Piquín desde la N-640 (en A Pontenova) permiten acercarnos al curso alto del Eo y varios afluentes.

Servicios

Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Equipamientos

Aula de la Naturaleza Casa da Ría. Monte de Santa Cruz, Ribadeo.
Centro de Interpretación del Río Eo y del bosque de A Marronda. Fonte (Baleira).



Cargadoiro. Ribadeo



Isla Pancha. Ribadeo

Unidos por el río

Fonte, en el municipio de Baleira, es como evidencia su nombre un inicio. La fuente del Eo recoge las aguas de la montaña y comienza un camino de poco menos de ochenta kilómetros hasta el Cantábrico. Pronto se verá rodeado de extensos robledales y recibirá aportaciones de otros ríos. Primero el Rodil, que baja de las tierras de O Burón, nombre histórico del área de A Fonsagrada; luego el Turia, procedente de la comarca asturiana de Los Ocos, que se junta al Eo en A Pontenova. Y ya vienen luego los famosos cotos pesqueros de Abres (Asturias). Pasarelas y pequeños puentes permiten situarse en el medio del río y gozar de las estampas fluviales en riberas a veces fuertemente encajadas y remansos.

El salmón sigue siendo el rey del río. En su audaz viaje por el océano, algunos hasta las costas de Canadá y Groenlandia, para retornar a las aguas dulces de su nacimiento, encierra una aventura natural que los ríos cantábricos transmiten con fuerza. El Eo pertenece a esta emoción. Paisajes líquidos y una luz especialmente sensible a las tonalidades verdes. El curso final es una sucesión de meandros sujetos paulatinamente a la influencia de las mareas. Desde la localidad de A Veiga/Vegadeo el valle inundado se convierte en un gran estuario con junqueras donde pasan el invierno contingentes de anátidos y otras aves que aquí encuentran refugio durante los temporales.

Sin Pérdida

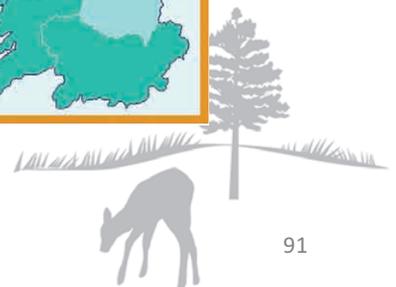
La localidad gallega de Ribadeo y las asturianas de Castropol y Vegadeo/A Veiga concentran la mayor parte de la población. Son el acceso a puntos turísticos como el tramo costero y las playas también incluidas dentro de la Reserva (Ver Monumento Natural A praia das Catedrais).

Existen dos excelentes maneras de conocer la diversidad paisajística de la zona. Una es recorrer la Vía Verde del Eo que recuperó once kilómetros del histórico trazado ferroviario vinculado a las minas de hierro. El punto de partida de la ruta está al pie de las viejas chimeneas de los hornos de A Pontenova. Para acompañar al río se atraviesan varios húmedos túneles y puentes colgantes hasta el lugar de O Cairo, donde al Eo le entra la prisa por llegar a San Tirso de Abres, meta de la Vía Verde. La importancia del tren de hierro vuelve a resurgir en Ribadeo, recuperando el antiguo recorrido hasta O Cargadoiro, próximo a la fortaleza de San Damián. Todo en un paseo marítimo hasta el límite de isla Pancha.





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.





Situación

Los municipios incluidos en la Reserva de la Biosfera ascienden a un total de 26: Abadín, Alfoz, Baralla, Begonte, Castro de Rei, Castroverde, O Corgo, Cospeito, Friol, Guitiriz, Guntín, Láncara, Lugo, Meira, Mondoñedo, Muras, Ourol, Outeiro de Rei, O Páramo, A Pastoriza, Pol, Rábade, Riotorto, O Valadouro, Vilalba y Xermade.

Superficie

363.668,9 hectáreas.

Acceso

Principales enlaces varios de este a oeste: autovía A-6 y N-VI; de norte a sur: N-640.

Servicios

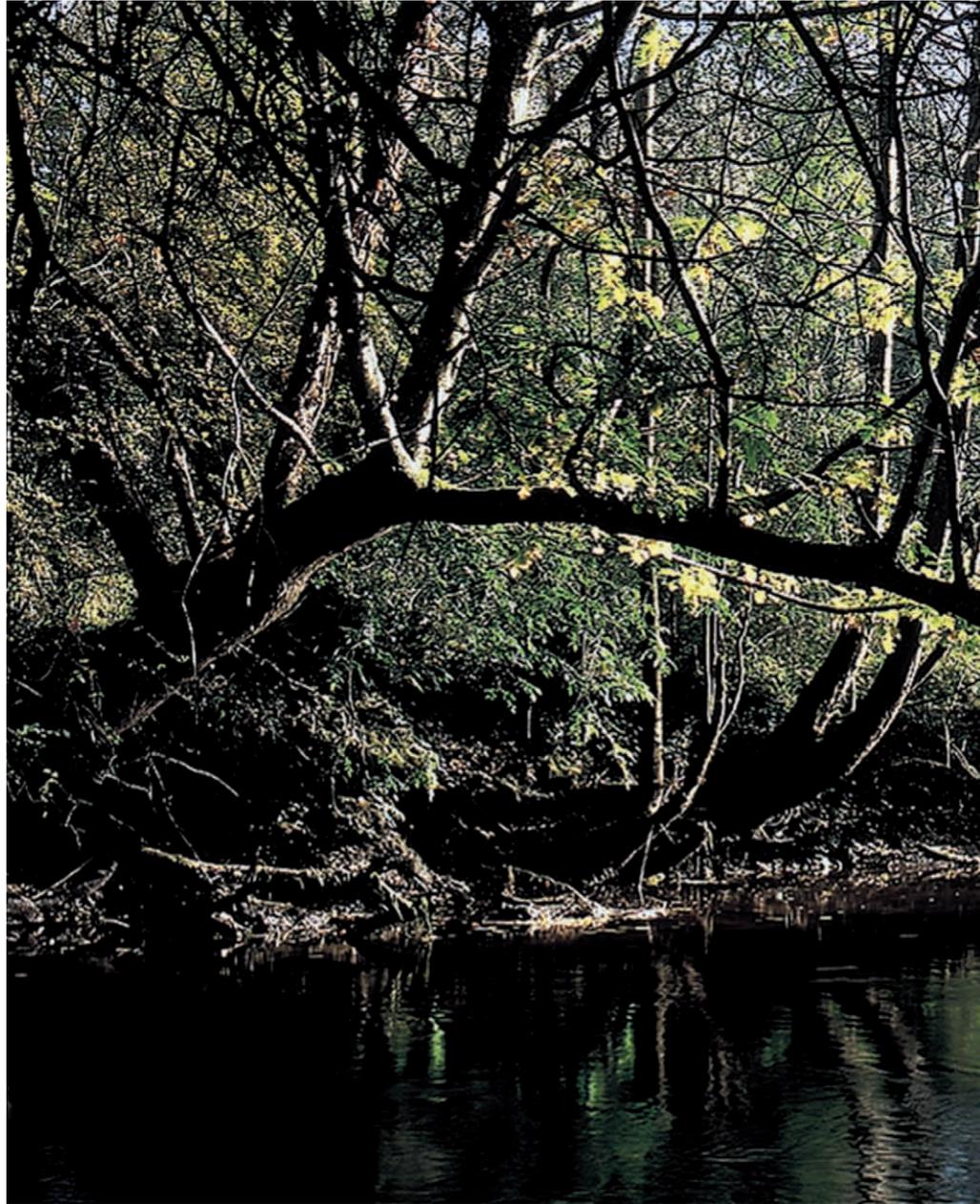
Alojamiento: Sí.
Comer: Sí.

Más información

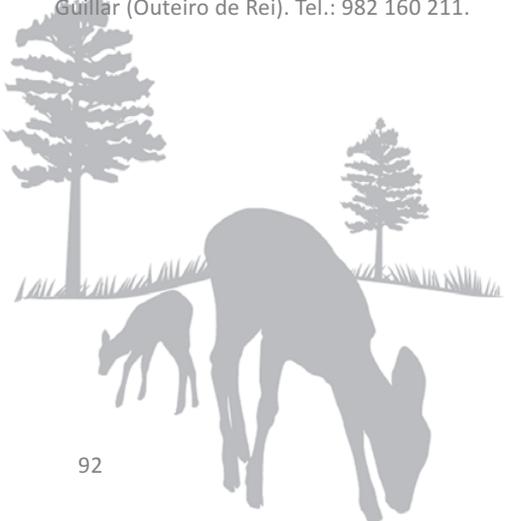
Deputación Provincial de Lugo. Reserva de la Biosfera "Terra do Miño", Tel.: 982 265 358.
Instituto Lucense de Desenvolvemento Económico e Social (INLUDES).
Tel.: 982 227 812.
Promoción Turística "Terras do Miño"
Tel.: 902 101 117.

Equipamientos

Aula de Naturaleza del Veral (Lugo) y Centro de Recuperación de Fauna Salvaje O Veral.
Carretera de Friol (Lugo). Tel.: 982 207 705.
Centro de Interpretación Terras do Miño. Río Fervedoira (Lugo). Tel.: 902 101 117.
Conjunto Etnográfico A Fervenza. Carretera Lugo-Páramo (O Corgo). Tel.: 982 150 610.
Centro de Interpretación Insuas do Miño (Rábade).
Observatorios ornitológicos en la laguna de Cospeito, laguna de Bardancos y laguna de O Rei (Rábade).
Paneles informativos.
Titularidad privada:
Centro de Interpretación Avifauna. Lugar de Bravos (Outeiro de Rei).
Tel.: 610 522 435 - 982 242 053 - 982 175 136.
Parque Marcelle Naturaleza. San Martiño de Guíllar (Outeiro de Rei). Tel.: 982 160 211.



Nacimiento del río Miño





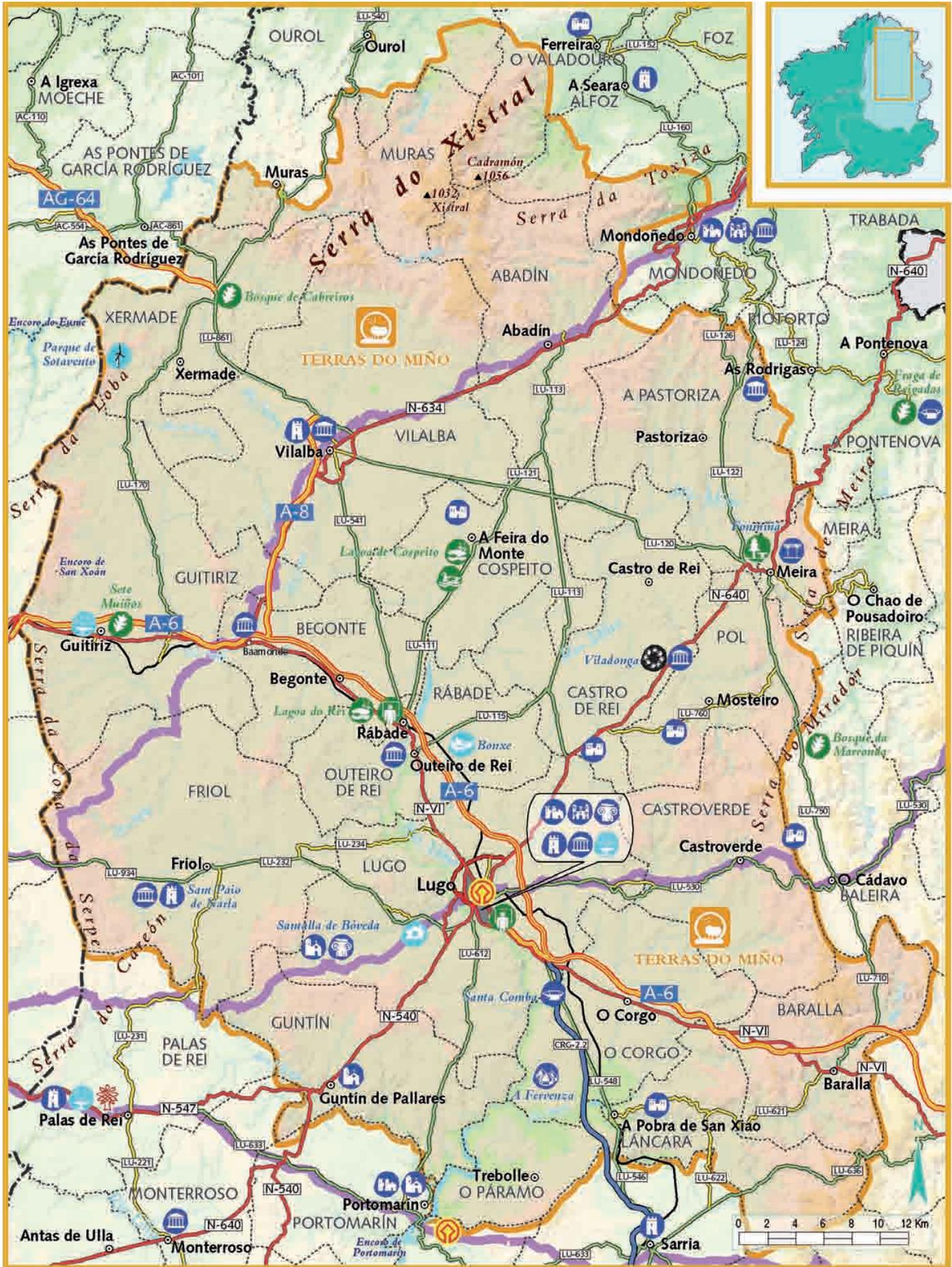
El río como bandera

El bosque sagrado que significaba la palabra latina *lucus* de la que es fácil derivar Lugo no se entiende sin el río Miño, venerado como un padre hasta la actualidad. La Reserva de la Biosfera abarca desde las sierras del norte hasta el sur de la ciudad amurallada. En total, el cuarenta por ciento de la provincia de Lugo, que cuenta además con otras dos reservas declaradas por la UNESCO, y más de la mitad de su población.

Estamos en la cuenca alta, pero no rápida. Nos permite saborear el camino con tranquilidad. Primero, Fonmiñá, grabado en la memoria escolar como lugar de nacimiento del río Miño, es merecedor de una visita que se prolongue hasta las fuentes más altas de la sierra de Meira como el Pedregal de Irimia. Aquí encontraremos un humilde riachuelo entre grandes moles de piedra, acumulación de origen glaciar.

Las aguas pronto se remansan en los paisajes horizontales de la comarca de A Terra Chá. Otros ríos se unen a la red fluvial y, sobre todo, ganan protagonismo las lagunas. Luego se acerca a la ciudad de Lugo con una historia bimilenaria concentrada en las murallas romanas (Patrimonio de la Humanidad) que podremos recorrer íntegramente por el adarve. Pero a diez minutos extramuros nos llama el rumor dulce de las aguas si andamos en busca de los bosques sagrados y otras maravillas naturales como las islas de río. Las rutas del agua conectan y aprovechan los caminos de Santiago: el Camino Francés, en el límite sur de la reserva; el Camino Primitivo, que atraviesa la ciudad de Lugo; y el Camino del Norte, procedente de la cornisa cantábrica. Cientos de kilómetros que muestran la convivencia histórica entre la naturaleza y las actividades humanas tradicionales de la agricultura y la ganadería.





Cartografía elaborada polo SITGA (Sistema de Información Territorial de Galicia), da Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia.





Sin Pérdida

El parque fluvial de Lugo se extiende en paseos, senderos y pasarelas que enlazan entre sí los recursos naturales y culturales vinculados al río. Un buen lugar de partida, a pocos minutos de Lugo, es el Centro de Interpretación en la ribera del río Ferredoira. El paseo por la orilla de este pequeño cauce enlaza con el margen izquierdo del Miño recuperado como una estupenda área de ocio de la ciudad.

En el Centro de Interpretación encontraremos toda la información sobre el patrimonio natural y etnográfico que al desplazarnos por la reserva podremos ver en directo: las islas del río, algunas con pasarelas de acceso; los *caneiros*, numerosas presas bajas dedicadas a las famosas *pesqueiras* (muros de piedra construidos para la pesca de la anguila o lamprea) de anguila del Miño; herrerías como el Mazo de Santa Comba. En este aspecto, destaca también el Complejo Etnográfico de A Fervenza que cuenta con molino, *pesqueira* y fragua.



Complejo Etnográfico de A Fervenza

Las principales vías de comunicación que atraviesan la reserva permiten acceder de modo rápido a otros lugares de interés. De un extremo a otro encontraremos excelentes muestras arquitectónicas como el monasterio de Meira o la fortaleza de San Paio de Narla (Friol), visitable y convertida en museo; restos arqueológicos como el castro de Viladonga o los hallazgos romanos de Santalla de Bóveda; o ejemplos de artesanía tradicional como la alfarería de Bonxe (Outeiro de Rei).

Paisajes del agua

A lo dicho de estos tributarios del Miño se le podrían añadir muchos otros nombres de ríos y lagunas que forman el Complejo Húmedo de A Terra Chá. Las lagunas de Cospeito y la de Caque o Bardancos (Castro de Rei) son de las más grandes. Cuenta con buenos observatorios de aves y algunos tramos de circunvalación. Existen otras lagunas permanentes o de carácter estacional como las de Pedroso y Riocaldo (Begonte) o acondicionadas artificialmente como la laguna do Rei (Rábade).



Por otro lado, en este sector es de recomendable visita el castro de Viladonga (Castro de Rei) que se acompaña de un museo arqueológico con exposiciones de los descubrimientos en el yacimiento y material explicativo de la cultura castreña.

Paisajes de la montaña

El cordal montañoso, que separa las tierras interiores del mar, al norte alcanza el punto máximo en el alto de O Cadramón (1.062 m). En conjunto son cumbres suaves barridas en todas las estaciones por las nieblas que encharca los terrenos y forma uno de los mejores ecosistemas de turberas de Europa. Las acumulaciones en el substrato en forma de turba alcanzan en algunos puntos de O Xistral los tres metros de grosor. Pueden tener más de siete mil años de existencia.

Los difíciles itinerarios se realizan desde Mondoñedo o Ferreira do Valadouro por pistas locales muchas veces de ida y vuelta hasta los puntos más elevados, habitados por manadas de caballos libres.



Sierra de O Xistral



GLOSARIO

Alvariza: Colmenar. Recinto que rodea un grupo de colmenas para defenderlas contra el mal tiempo y la depredación de los animales. Otros nombres: cortín, abellariza.

Carballeira: Lugar poblado de carballos (robles). En las zonas interiores de influencia mediterránea predomina el roble negro o melojo que por su fácil rebrote se llama rebolo (rebollo) y los bosques, reboledos o reboleiras.

Coído: Playa pedregosa o brazo de mar formado por cantos rodados.

Con: Roca escarpada que sobresale en la orilla del mar. Escollo.

Devesa: Terreno delimitado de bosque mixto con carballos, castaños, hayas, acebos, abedules y otras especies, destinado a pasto o leña.

Encoro: Embalse. Agua almacenada en una presa.

Esteiro: Estuario. Desembocadura de un río que se cubre con las mareas.

Fervenza: Cascada. Caída o salto de agua en un cauce fluvial. Además de fervenza recibe en gallego otros nombres frecuentes en la toponimia como cadoiro, abanqueiro, freixa, cenza.

Fraga: Bosque natural que destaca por su variedad de especies. Generalmente en zonas donde predominan los carballos y castaños combinados con abedules, sauces y alisos en las riberas y también fresnos, laureles, avellanos, saúcos, espinos, etc.

Insua: terreno rodeado permanente o temporalmente por un río. Isla fluvial y, por tanto, diferente de una illa (isla) marina.

Orballo: Llovizna, lluvia fina y persistente; diferente del chubasco.

Pías y cacholas: Nombres empleados en la geología gallega para designar diferentes concavidades que se originan en la parte superior de las rocas graníticas como consecuencia de fenómenos erosivos y retención de agua.

FLORA

Abeleira	Avellano	Corylus avellana
Aciñeira (enciña)	Encina	Quercus ilex
Acivro, xardón	Acebo	Ilex aquifolium
Ameneiro (amieiro)	Aliso	Alnus glutinosa
Bidueiro, bido	Abedul	Betula alba
Buxo	Boj	Buxus sempervirens
Camariña	Camariña	Corema album
Capudre, cancereixo	Serbal de los cazadores	Sorbus aucuparia
Carballo albar/Carba	Roble albar	Quercus petrae
Carballo	Roble, carballo	Quercus robur, Q. pyrenaica
Cardo da ribeira	Cardo marítimo	Eryngium maritimum
Castiñeiro	Castaño	Castanea sativa
Cerquiño	Melojo	Quercus pyrenaica
Érbedo, albedro	Madroño	Arbutus uned
Espadana	Espadaña	Typha latifolia
Esparragueira	Esparragueira	Asparagus
Faia	Haya	Fagus sylvatica
Fento	Helecho	Culcita macrocarpa, Hymenophyllum tumbrigenense, Woodwardia radicans
Feo da praia	Amófila de las dunas	Ammophila arenaria
Freixo	Fresno	Fraxinus excelsior, F. angustifolia
Herba de namorar	Hierba de enamorar	Armeria pubigera
Loureiro	Laurel	Laurus nobilis
Oliveira	Olivo	Olea europaea
Piñeiro	Pino	Pinus pinaster, P. radiata, P. sylvestris
Sabugueiro	Saúco	Sambucus nigra
Salgueiro	Sauce	Salix atrocinerea
Sanguiño	Arraclán	Fragula alnus
Sobreira	Alcornoque	Quercus suber
Teixo	Tejo	Taxus baccata
Toxo	Tojo (aulaga)	Ulex europaeus
Uceira	Matorral atlántico	Erica vagans
Uz	Brezo	Erica arborea
Xesta mansa	Escoba mansa	Osyris alba
Xesta	Escoba/Retama	Genista spp.
Xunco	Escoba/Retama	Juncus gerardi, J. Maritimus

FAUNA

Águila albela	Águila culebrera	Circaetus gallicus
Águila peixeira	Águila pescadora	Pandion haliaetus
Alavanco real	Ánade real	Anas platyrhynchos
Anduriña	Golondrina	Hirundo rustica
Andurón, vencillo	Vencejo	Apus apus
Avelaiona	Cárabo	Strix aluco
Becacina	Agachadiza común	Gallinago gallinago
Bubela	Abubilla	Upupa epops
Bufo real	Búho real	Bubo bubo
Carrán patinegro	Charrán patinegro	Sterna sandvicensis
Carrán	Charrán	Sterna spp.
Carriza	Chochín	Troglodytes troglodytes
Cerceta común	Focha común	Anas crecca
Corvo mariño	Cormorán moñudo	Phalacrocorax aristotelis
Cullereiro	Espátula común	Platalea leucorodia
Cullerete	Cuchara común	Anas clypeata
Curuxa	Lechuza	Tyto alba
Charrela	Perdiz pardilla	Perdix perdix hispaniensis
Choa piquivermella	Chova piquirroja	Pyrrhocorax pyrrhocorax
Escribenta das canaveiras	Escribano palustre	Emberiza schoeniclus
Falcón peregrino	Halcón peregrino	Falco peregrinus
Fulepa grande	Carricero tordal	Acrocephalus arundinaceus
Gabián	Gavilán	Accipiter nisus
Gaivota clara	Gaviota argentea (patiamarrilla)	Larus cachinnans
Gaivota chorona	Gaviota reidora	Larus ridibundus
Gaivota oscura	Gaviota oscura	Larus fuscus
Gaivota patiamarella	Gaviota patiamarilla	Larus cachinnans
Gaivota tridáctila	Gaviota tridáctila	Rissa tridactyla
Galiñola	Focha	Fulica atra
Galo da braña	Avefría	Vanellus vanellus
Garza pequena	Avetorillo común	Lxobrychus minutus
Garzota	Garceta común	Egretta garcetta
Gabita	Ostrero	Haematopus ostralegus
Mascato	Alcatraz	Sula bassana
Mazarico real	Zarapito real	Numenius arquata
Miñado	Ratonero	Buteo buteo
Moucho	Mochuelo común	Athene noctua
Paporrubio, Pisco	Petirrojo	Erethacus rubecola
Parrulo chupón	Porrón común	Aythya ferina
Pato asubián	Silbón europeo	Anas penelope
Pato careto	Ánade rabudo	Anas acuta
Pato frisado	Ánade friso	Anas strepera
Pega	Urraca	Pica pica
Pernileiro	Alcaraván	Burhimus oedicnemus
Picapeixe	Martín pescador	Alcedo atthis
Píldora raiada	Vuelvepedras	Arenaria interpres
Píllara cincenta	Chorlito gris	Pluvialis squatarola
Píllara papuda	Chorlito patinegro	Charadrius alexandrinus
Pirlo curlibico	Correlimos común	Calidris alpina
Pita do monte	Urogallo	Tetrao urogallus
Rascón de auga	Rascón	Rallus aquaticus
Donicela	Comadreja	Mustela nivalis
Esquíu	Ardilla	Sciurus vulgaris
Furón bravo	Hurón	Mustela putorius
Gato bravo	Gato montés	Felis sylvestris
Lontra	Nutria	Lutra lutra
Morcegos	Murciélagos	Rinolophus ferrumequinum
Murgaño	Musaraña	Neomys anomalus
Ourizo	Erizo	Erinaceus europaeus
Porco teixo	Tejón	Meles meles
Raposo	Zorro	Vulpes vulpes
Rato de almisce	Rata almizclera	Galemys pyrenaicus
Xabari, porco bravo	Jabalí	Sus scrofa
Arroz real	Tursón	Tursiops truncatus
Golfiño	Delfín común	Delphinus delphis
Escáncer ibérico	Eslizón ibérico	Chalcides bedriagai
Lagartixa de Bocage	Lagartija de Bocage	Podarcis bocagei
Lagartixa de brañas	Lagartija de turbera	Podarcis bocagei
Píntega rabilonga	Salamandra rabilarga	Lacerta vivipara
Sapoconcho	Galápago común europeo	Chioglossa lusitanica
Vacaloura	Ciervo volante	Emys orbicularis
Vermella	Bermejuela	Lucanus cervus
		Rutilus arcasii

OFICINAS DE TURISMO

PROVINCIA: A CORUÑA

- Dársena de la Marina, 15001, A Coruña.
Tel. 981 22 18 22, Fax. 981 22 18 22, e-mail: oficina.turismo.coruna@xunta.es
- Edif. Admtvo. Plaza Camilo José Cela. Esq. C/ de Vigo, 15402, Ferrol.
Tel. 981 31 11 79 / 981 33 71 31, Fax. 981 33 70 13, e-mail: oficina.turismo.ferrol@xunta.es
- Avda. do Malecón, 3, 15960, Ribeira.
Tel. 981 87 30 07. Abre sólo en verano.
- C/ Vilar, 30-32, 15705, Santiago de Compostela.
Tel. 981 58 40 81, Fax. 981 56 51 78, e-mail: ot.santiago@xunta.es

PROVINCIA: LUGO

- C/ Miño, 10-12, 27001, Lugo.
Tel. 982 23 13 61, Fax. 982 23 13 61, e-mail: oficina.turismo.lugo@xunta.es

PROVINCIA: OURENSE

- Edif. "Caseta do Legoeiro". Ponte Romana. Enlace N-120 con C/ Progreso, 32003, Ourense.
Tel. 988 37 20 20, Fax. 988 21 49 76, e-mail: oficina.turismo.ourense@xunta.es
- Casa da Viúva, Avda. Beato Sebastián de Aparicio, s/n, 32540, A Gudiña.
Tel. 988 59 40 03. Abre sólo en verano.
- Centro Comarcal de Carballiño, Avda de Pontevedra, N-541 Km. 27, 32500, O Carballiño.
Tel. 988 53 02 52.

PROVINCIA: PONTEVEDRA

- C/ Gutiérrez Mellado, 1 - bajo (entrada galerías), 36001, Pontevedra.
Tel. 986 85 08 14, Fax. 986 84 81 23, e-mail: oficina.turismo.pontevedra@xunta.es
- C/ Colón. Edif. Área Panorámica, 36700, Tui.
Tel. 986 60 17 89, Fax. 986 60 17 89, e-mail: oficina.turismo.tui@xunta.es
- Avda. Cánovas del Castillo, 22, 36202, Vigo.
Tel. 986 43 05 77, Fax. 986 43 00 80, e-mail: oficina.turismo.vigo@xunta.es
- Estación Marítima, s/n, 36201, Vigo-Porto.
Tel. 986 43 25 41. Abre sólo en verano.
- C/ Juan Carlos I, 37, 36600, Vilagarcía de Arousa.
Tel. 986 51 01 44, Fax. 986 51 01 44, e-mail: oficina.turismo.vilagarcia@xunta.es

PROVINCIA: MADRID

- C/ Casado del Alisal, 8, 28014.
Tel. 91 595 42 14, Fax. 91 595 42 68, e-mail: ot.gal.madrid@xunta.es

TURGALICIA

Carretera de Santiago-Noia, km. 3 (A Barcia)
15896, Santiago de Compostela
Tel. 902 20 04 32 / +34 981 54 25 00, Fax. 981 54 26 59
cir.turgalicia@xunta.es / www.turgalicia.es

SECRETARÍA XERAL PARA O TURISMO

Plaza de Mazarelos, 15
15705, Santiago de Compostela
Tel. 981 54 63 51, Fax. 981 54 63 56

SERVIZO DE TURISMO DA CORUÑA

Plaza de Luís Seoane, s/n. Edificio Servicios Múltiples
15008, A Coruña
Tel. 981 18 46 80, Fax. 981 18 46 78

SERVIZO DE TURISMO DE LUGO

Edificio Administrativo de la Xunta de Galicia.
Ronda da Muralla, 70- Bajo 2
27003, Lugo
Tel. 982 29 42 23, Fax. 982 29 46 81

SERVIZO DE TURISMO DE OURENSE

C/ Curros Enríquez, 1 – 3ª
32003, Ourense
Tel. 988 38 60 41, Fax. 988 38 60 43

SERVIZO DE TURISMO DE PONTEVEDRA

Edificio Administrativo
C/ Fernández Ladreda, 43 - 6ª Planta
36003, Pontevedra
Tel. 986 80 55 73, Fax. 986 80 55 75

www.turgalicia.es



902 200 432