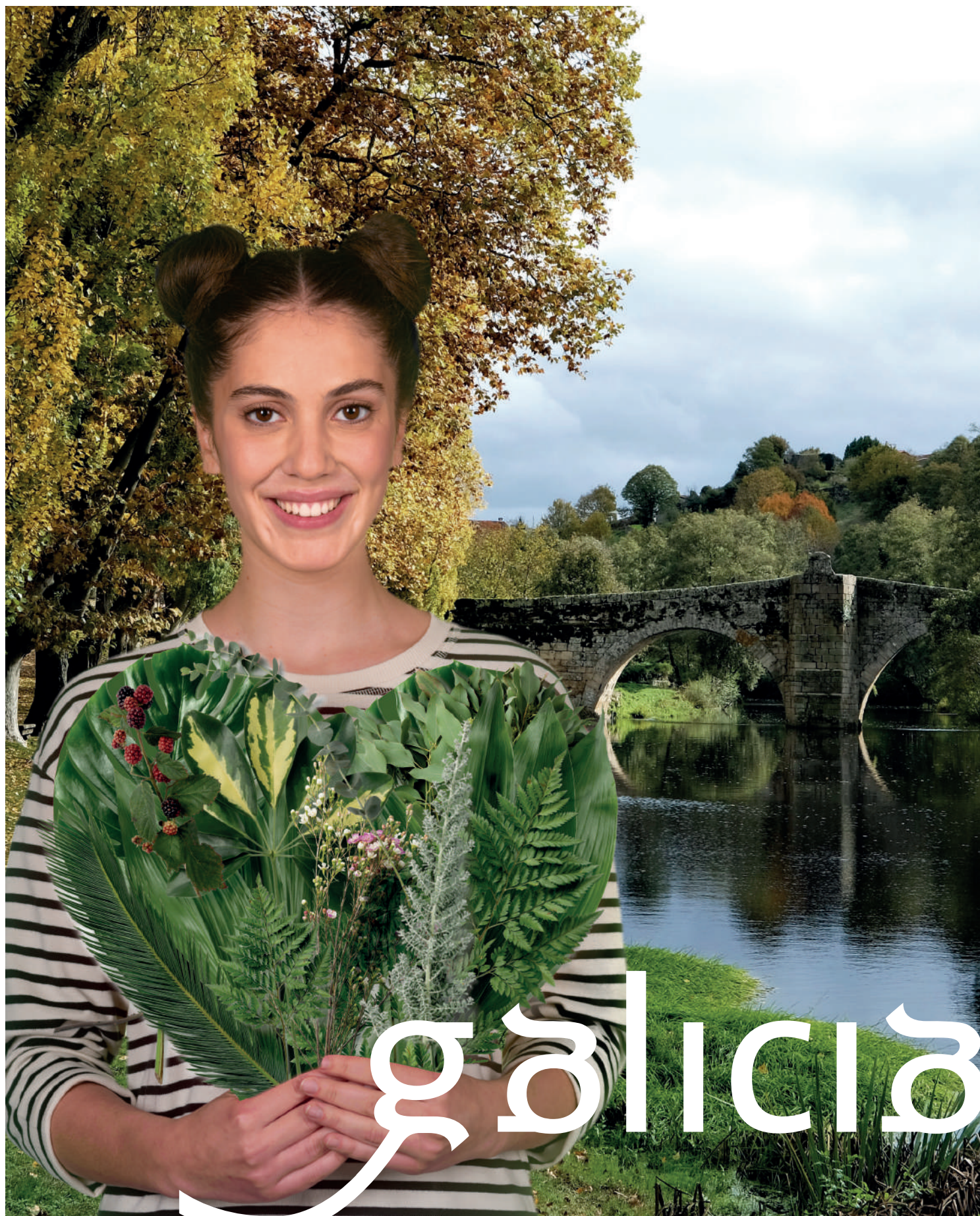


Elise
cor

Verde
emoción

Paseos que namoran



XUNTA
DE GALICIA



Ollando o mar

- 1 Ao pé do castelo de Monterreal (Baiona)
- 2 Da factoría Massó á praia de Liméns (Cangas)
- 3 Da praia de Montalbo á de Magor (Sanxenxo)
- 4 Sendeiro de Pedras Negras (O Grove)
- 5 Do paseo marítimo ata a praia da Torre (Rianxo)
- 6 De Cabo de Cruz á punta do Chazo (Boiro)
- 7 Da punta do Castro a Aguiño (Ribeira)
- 8 Senda litoral de Basoñas (Porto do Son)
- 9 Da praia Mar de Lira a Portocubelo (Carnota)
- 10 Arredor do monte do Facho (Fisterra)
- 11 Do porto á ermida da Virxe do Monte (Camariñas)
- 12 Da praia do Curro ata As Grelas (Cabana de Bergantiños)
- 13 Da praia de Area Maior a Santo Hadrián (Malpica de Bergantiños)
- 14 Da praia de Alba á praia de Barrañán (Arteixo)
- 15 De Santa Cruz a Santa Cristina (Oleiros)
- 16 Do porto á praia de Bestarruza (Mugardos)
- 17 Do porto á capela de Santo Antón de Corveiro (Cedeira)
- 18 A atalaia do Facho de Maeda (Mañón)
- 19 Punta Socastro (O Vicedo)
- 20 Da punta Morás á praia de Sucastro (Xove)
- 21 Da praia da Rapadoira á praia de Llas (Foz)

No carón do río

- 22 Pola foz do río Landro (Viveiro)
- 23 A carón do río Grande de Xubia (San Sadurniño)
- 24 Da área recreativa de Gabenlle ata a ponte de Formigueiros (A Laracha)
- 25 Polo río Madalena ata o muíño do Rañego (Vilalba)
- 26 Da Ponte do Porto a Cereixo (Camariñas / Vimianzo)
- 27 Dos Muíños á praia de Area Maior (Muxía)
- 28 Á beira do río Carregal (Curtis)
- 29 A insua de Seivane (Outeiro de Rei)
- 30 Meandros do río Eo na Cortevella (Baleira)
- 31 Da praia da Tarroeira ata o Muíño de Pena (O Pino)
- 32 Pola ribeira do río Sarria (Sarria)
- 33 Na contorna do encoro de Vilasouto (O Incio)
- 34 Da fábrica de papel aos cadoiros de Peilán (Piñor)
- 35 Nas beiras do río Cabe (Monforte de Lemos)
- 36 Da ponte de Comboa ata a ponte colgante sobre a poza das Bestas (Soutomaior)
- 37 Da ponte da Cruz ao pozo dos Fumes (Boborás)
- 38 Da área termal de Barbantes a Laias (Cenlle)
- 39 Polo encoro de Cachamuíña (O Pereiro de Aguiar)
- 40 Da Pontenova á capela do Santo (Cartelle)
- 41 Da ponte de Vilanova ao Briñal (Allariz)
- 42 Dende o parque da Canuda ata a área termal (Salvaterra de Miño)
- 43 Revoltas do río Tamuxe (Oia)

Na procura de fervenzas

- 44 Fervenza do Beelle (Neda/Fene)
- 45 Fervenza do Escouridal (Alfoz)
- 46 Fervenza de Santo Estevo do Ermo (Barreiros)
- 47 Fervenzas da Rexidoira (Oza-Cesuras)
- 48 Seimeira de Vilagocende (A Fonsagrada)
- 49 Fervenza do Ézaro (Dumbría)
- 50 Fervenza do pozo Negro (Brión)
- 51 Fervenzas de Raxoi (Valga)
- 52 Fervenzas de Segade (Caldas de Reis)
- 53 Fervenza de Callobre (A Estrada)
- 54 Fervenza do río Toxa (Silleda)
- 55 Fervenza de Santalla (Samos)
- 56 Fervenza de Augacaída (Pantón)
- 57 Fervenza de Vieiros (Quiroga)
- 58 Fervenzas do Pereiro (Poio)
- 59 Fervenzas do río Cerves (Melón)
- 60 Fervenza do pozo do Inferno (A Cañiza/Crecente)
- 61 Fervenzas do río Fírbeda (Porqueira)
- 62 Fervenza da Cidadella (Vilardevós)

Entre bosques e montañas

- 63 Ruta ao pico Tres Bispos (Cervantes)
- 64 A devesa da Rogueira (Folgoso do Courel)
- 65 A fraga do mosteiro de Santo Estevo de Ribas de Sil (Nogueira de Ramuín)
- 66 Pasarela do río Mao (Parada de Sil)

Patrimonio oculto

- 67 Na contorna da histórica factoría Sargadelos (Cervo)
- 68 As Torres de Oeste (Catoira)
- 69 O románico escondido de Santa Mª de Pesqueiras (Chantada)
- 70 Prerrománico no Ribeiro (Ribadavia)
- 71 Na procura do castro (Xunqueira de Ambía / Baños de Molgas)
- 72 As minas romanas das Borreas (Viana do Bolo)
- 73 Aquis Originis (Lobios)

Paseos urbanos

- 74 Paseo da Malata (Ferrol)
- 75 Do parque dos Menhires á Torre de Hércules (A Coruña)
- 76 Paseo do río Rato (Lugo)
- 77 Do parque de Galeras a Sarela de abaixo (Santiago de Compostela)
- 78 Senda fluvial do río Lérez (Pontevedra)
- 79 Da ponte Vella a Outariz (Ourense)
- 80 Da ponte medieval de Sárdoma ao parque de Castrelos (Vigo)

Paseos que namoran

Como podemos describir a sensación que nos produce o aloumiño dunha brisa, o arrecendo das flores ou o feitizo dunha paisaxe? Como podemos narrar os silencios que vagan na espesura do bosque ou o estrondo dunha ruxidoira?

Cando nos adentramos no terreo das emocións as palabras escasean e resulta difícil describir a pegada que deixa en nós un paseo pola natureza. Entón xorde o poeta e di con sinxela beleza “caminante no hay camino se hace camino al andar”. E en Galicia os camiños fanse poesía, e de verso en verso engaiólanos coa súa intensa atracción emocional. Son paseos que namoran...

Ollando o mar, ao carón dun río ou na procura dunha fervenza, Galicia sedúcenos coa súa harmonía de verdes e azuis, invitándonos a descubrir entre bosques e montañas todo un patrimonio oculto. Ás veces mesmo un paseo urbano pode roubarnos o corazón!



Ponte do Sepulcro (Boborás)

Ollando o mar

Fuciño do Porco (O Vicedo)

1

Oo pé do castelo de Monterreal (Baiona)

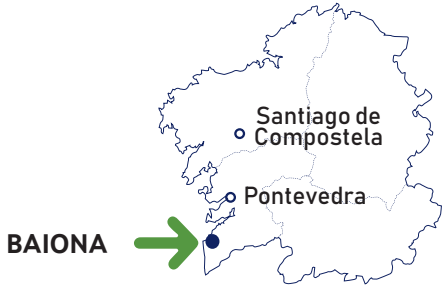
Recreo do Conde de Gondomar

Este paseo iníciase na **praia da Cunqueira** e bordea o **castelo de Monterreal** ou do **monte Boi**, construído entre os séculos XII-XVI e convertido agora en **Parador Nacional**.

Esta fortaleza aínda mantén tres torres de vixilancia: a **Torre do Reloxo**, que servía para dar a alarma en caso de ataque inimigo; a **Torre da Tenaza**, cuxo cometido era defender o porto mediante as baterías de tiro e a **Torre do Príncipe**, que actuaba como faro para os navíos.

Aos poucos metros de comezar a nosa ruta atopámonos cun antigo viveiro de langostas que funcionou ata os anos 70 do século XX e que hoxe foi convertido nun **Talaso** ao aire libre.

É un paseo curto e sen dificultade, o que nos permite realizalo sen deixar de desfrutar das privilexiadas vistas sobre o **Atlántico** e as **Illas Cíes**, que forman parte do **Parque Nacional Marítimo-Terrestre das Illas Atlánticas**.



Da factoría Massó á praia de Liméns (Cangas)

Mar infindo

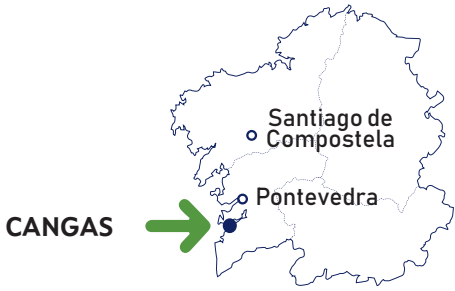
O punto de inicio desta senda sitúase xunto á antiga **fábrica Massó**, onde se atopan os edificios xa en desuso da antiga factoría de salgadura, a conserveira e a factoría baleeira.

Seguindo o sendeiro chegamos en primeiro lugar á **lagoa de Congorza**, onde viven ata 7 especies de patos e en cuxas árbores repousan a garza branca, a garza cincenta ou o picapeixe. Está situada dentro do **Espazo Natural Punta Balea** que conta cunha gran riqueza tanto de flora como de fauna e onde hai catalogadas máis de 400 especies de plantas, 140 aves diferentes e numerosas especies de insectos, anfibios e reptís.

Dende aquí continuamos, bordeando a **praia do Medio** e a **praia de Areamilla**, dende onde podemos ascender á **área de descanso do Outeiro** para desfrutar das vistas sobre as **Illas Cíes**, que emerxen do océano para acompañarnos xa ao longo de todo o percorrido.

Volvemos ao camiño ata chegar ás **Furnas** e, dende aquí, ata a **praia do Porto** para baixar despois cara aos areais de **Santa Marta** e **Liméns** onde finaliza o noso paseo.

Nota: É necesario levar unha lanterna xa que, despois da praia de Areamilla, hai un tramo que discorre por un túnel que carece de iluminación.



Da praia de Montalbo à de Magor (Sanxenxo)

O sol do Salnés

No **concello de Sanxenxo**, xunto á **praia de Montalbo**, atopamos o punto de partida desta ruta. Dirixirémonos en primeiro lugar cara a **punta Montalbo** que, cos seus 57 m de altura sobre o mar, convértese nun lugar de excepción dende o que contemplar gran parte da **ría de Pontevedra** así como as **Illas Cíes**, **cabo Home** e ata **cabo Silleiro**.

Dende aquí o sendeiro levaranos primeiro ata a **praia nudista de Bascuas** e despois ata a de **Pragueira**. Poderemos agora separarnos

un pouco da liña de costa para achegarnos ata un miradoiro próximo para observar as **Illas Ons** situadas xusto fronte a nós e que, ao igual que as **Illas Cíes**, forman parte do **Parque Nacional Marítimo-Terrestre das Illas Atlánticas**.

Para rematar o noso paseo continuaremos ata a **praia de Magor**, que limita na súa marxe esquerda con **punta Faxilda** e conta cun complexo dunar protexido por unha pasarela de madeira que nos facilitará o paseo ata o final deste areal.



Sendeiro de Pedras Negras Negras (O Grove)

Balcón do Atlántico

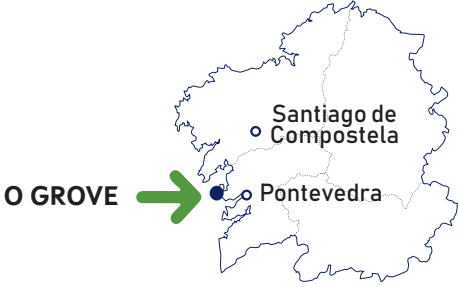
Localizado en **San Vicente do Mar**, na **península do Grove**, este paseo sae do **porto deportivo** e discorre, case na súa totalidade, sobre pasarelas de madeira á beira do mar que se van adaptando á orografía do terreo, balizadas por grandes pedras esculpidas pola erosión.

Pasaremos xunto ás **praias de Pedras Negras, praia Farruco e praia da Barrosa**, e por numerosas calas onde viven e aniñan algunhas aves mariñas como gaivotas, corvos mariños, píllaras papudas ou mascatos, convertendo

tamén a zona nun interesante destino para os afeccionados á ornitoloxía.

Ao longo do mesmo podemos atopar algúns bancos que nos permiten parar e desfrutar con calma das vistas, presididas polas **Illas Ons**, que forman parte do **Parque Nacional Marítimo-Terrestre das Illas Atlánticas**.

O paseo remata na **praia de Canelas**, xunto a un valo metálico que protexe unha antiga instalación militar.



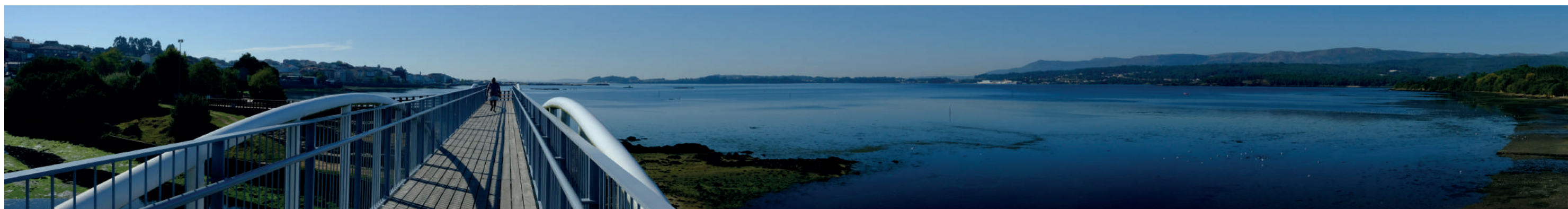
Do paseo marítimo ata a praia da Torre (Rianxo)

O repouso da ría

Comezamos no núcleo urbano, seguindo o paseo marítimo da vila, con vistas á **ría de Arousa**. Polo camiño atopamos zonas de descanso, así como intervencións artísticas con mosaicos de azulexos sobre persoeiros rianxeiros como **Castelao**, **Dieste**, **Manuel Antonio** ou **Brea Segade**.

Imos pasar tamén pola parte traseira de pequenos asteleiros chegando á **praia do Pazo** e de seguido ás ruínas do denominado

castelo da Lúa, rodeado de lendas, que pertenceu á **Orde do Temple**, pasando despois á mitra compostelá, e consta que xa estaba arruinado a finais do século XVI. Está situado no esteiro do **río Té** que salvamos por unha ponte rematando o paseo na **praia da Torre**; con todo, aqueles que queiran continuar, poden seguir por un carreiro que se adentra entre a vexetación costeira e camiñar un par de quilómetros máis ata chegar á **punta de Iñobre** e ao **peirao de Taragoña**.



De Cabo de Cruz á punta do Chazo (Boiro)

O lado máis mariñeiro de Boiro

Un roteiro con sabor a mar que en pouco máis de 3 km combina treitos de asfalto, con pasarelas de madeira, camiños empedrados e carreiros.

Dende o **peirao vello de Cabo de Cruz**, no que podemos observar tradicionais embarcacións pesqueiras collemos cara á **praia da Ribeira Grande** atravesando barrios mariñeiros cheos de cor. Antes de pasar á **praia de Piñeirón**

podemos ver na punta un cruceiro-capela sobre as rochas, que forma parte do roteiro marítimo xacobeo. De seguido alcanzamos a **praia de Carragueiros** co seu cordón dunar. No seu remate, a **pena Roiba** cos **illotes dos Baos e Bensa**, dá paso á **praia da Retorta**, xunto a un parque acuícola. Aquí o paseo tórnase nun sendeiro que de contado nos leva ata a **punta do Chazo** coa pequena **capela do Carme**, onde remata o percorrido.



Da punta do Castro a Aguiño (Ribeira)

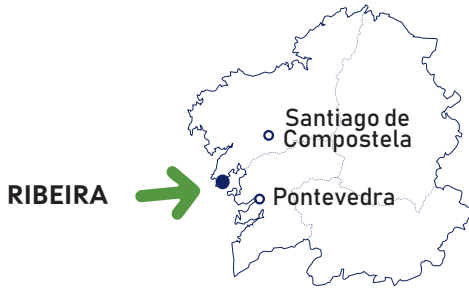
Miradoiro da Illa de Sálvora

Este paseo lévanos dende o aparcadoiro da área deportiva na **punta do Castro** en **Castiñeiras**, ata o espigón exterior que pecha o **porto de Aguiño**, comunicando varios illotes próximos aos denominados das **Centoleiras**.

Trátase dun percorrido de pouco máis de 2 km que discorre en boa parte por unha pasarela de madeira que vai en paralelo ás **praias de Areeiros, do Castro e do Carreiro**, evitando

entrar na zona de aniñamento dunha especie tan ameazada como é a pílbara das dunas.

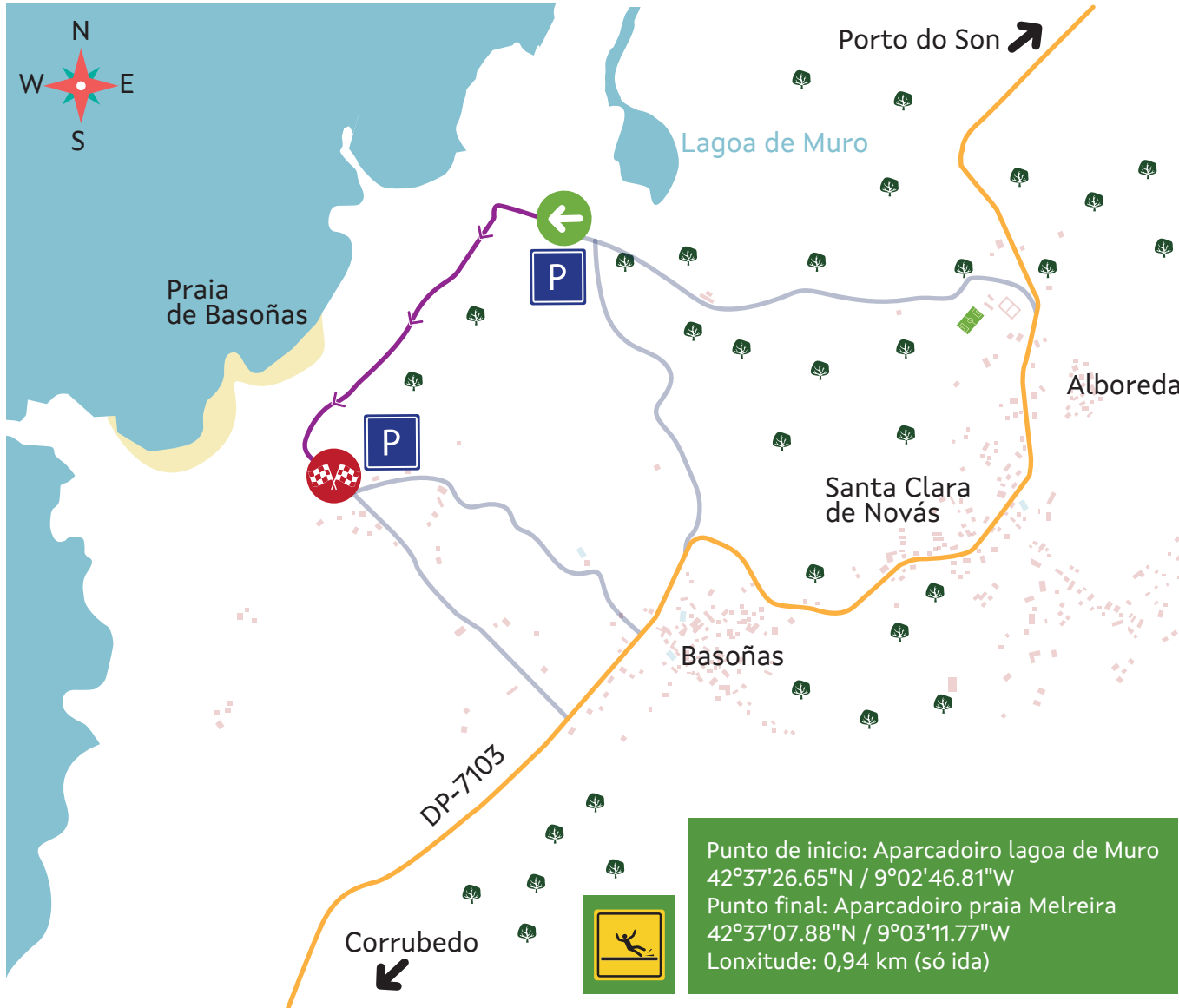
En todo momento temos á nosa esquerda a **ría de Arousa** na súa inmensidade, podendo observar a **Illa de Arousa** e os **arquipélagos de Ons e Sálvora**, que forman parte do **Parque Nacional Marítimo-Terrestre das Illas Atlánticas**.



Senda litoral
de Bazoñas
(Porto do Son)

Paseando entre dunas

Na estrada que comunica **Corrubedo** con **Xuño**, tras deixar **Santa Clara de Novás**, atopamos unha pista asfaltada á esquerda que nos leva cara a **lagoa de Muro**, no seu lado sur. Tras seguir por ela 1,3 km chegaremos a un aparcadoiro onde deixamos o coche para continuar por unha senda sobre a pasarela que salva a zona prelitoral da **praia de Bazoñas** que forma un cordón dunar. Este paseo de madeira segue case que 1 km ata chegar a outro aparcadoiro situado no lado sur da praia.



Durante o noso percorrido albiscaremos as estribacións da **serra do Barbanza**, coa figura inconfundible dun dos seus montes máis coñecidos, **A Curota**, a case que 600 m de altitude, ou o monte **Taúme**, de 240 m, que nos ofrece unhas boas vistas de parte do litoral sonense e do **Parque Natural do Complexo dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vixán**. Podemos achegarnos á praia e retornar ao punto de inicio seguindo o areal, ou ben retornar polo mesmo camiño.

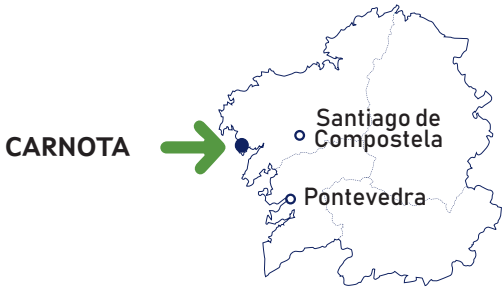
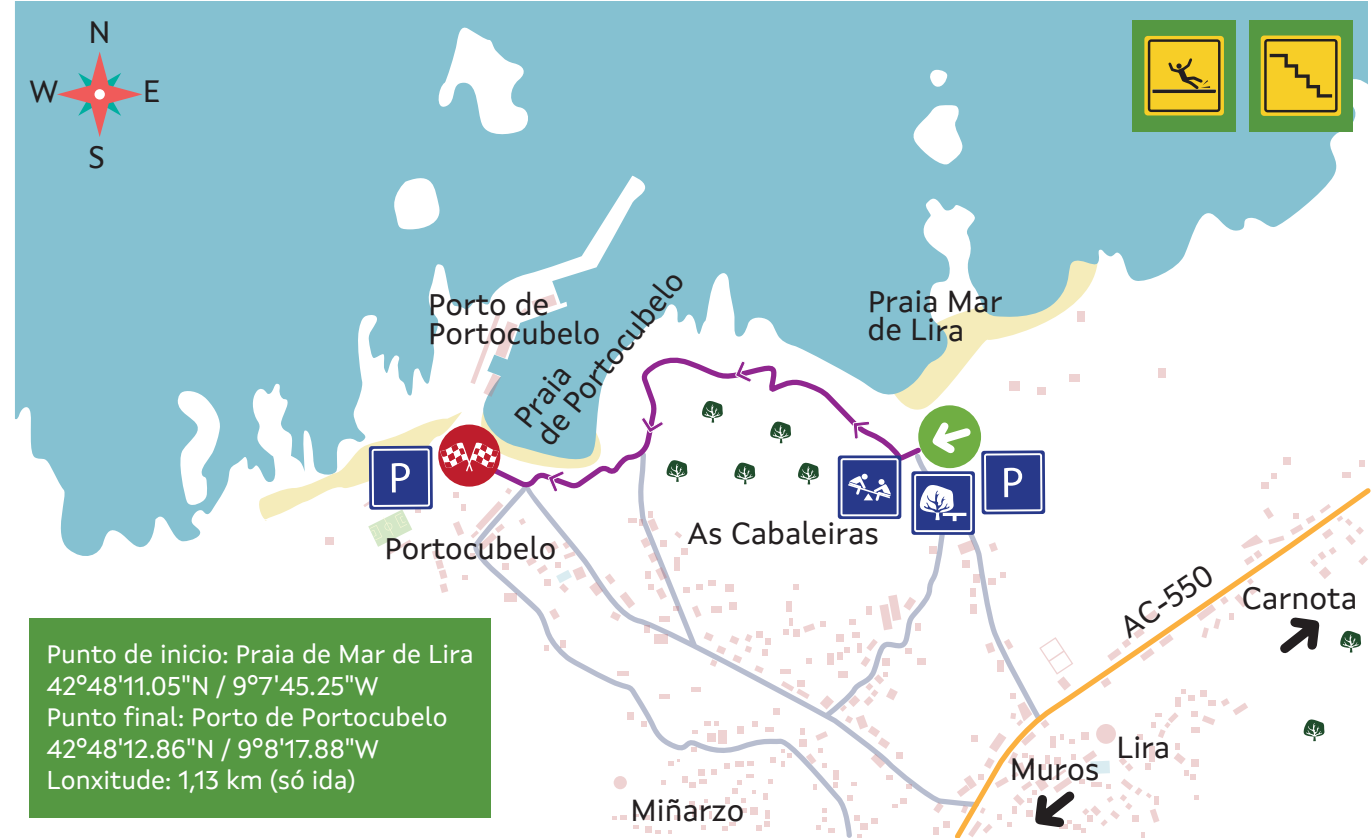


Da praia Mar de Lira a Portocubelo (Carnota)

Co pindo na mirada

Trátase dun curto paseo que nos vai levar dende a **praia Mar de Lira** ata o pequeno **peirao de Portocubelo**, na parroquia carnotana de **Lira**. Unha área recreativa e un parque infantil dan paso a unha pasarela de madeira, totalmente ciclable, que de seguido ofrécenos unhas extraordinarias vistas do extenso **areal de Carnota**, un dois máis longos de **Galicia**, que se vai abrindo en forma de cuncha.

Cara ao norte a impresionante figura do macizo pétreo do **Pindo**, o denominado **"Olimpo Celta" de Galicia** domina o horizonte cos seus 629 m no seu punto máis alto, a **Moa**. Se ollamos cara o noroeste, veremos a **ría de Corcubión**, coa súa bocana no **faro de cabo de Cee** e as **Illas Lobeiras**, e á nosa esquerda a península que forma **Fisterra** ata o seu cabo, meta de moitos peregrinos.



Tras deixar a plataforma de madeira, un camiño lévanos de contado ata a **aldea de Portocubelo**, acubillada no seu porto, que conserva algunhas casas mariñeiras. O paseo remata no propio peirao.

Para aqueles que sexan máis camiñantes, podedes continuar a ruta bordeando todo o litoral ata o **faro de Lariño**, pasando por pequenos areais e recordando naufraxios como o do **buque Ariete**. Son uns 6 km de percorrido lineais.

Para os que teñades interese cultural, dende a **praia de Mar de Lira** podedes subir ata a igrexa, e gozar das vistas así como do hórreo da súa **Casa Reitoral**, un dos máis longos de **Galicia** xunto co do **Araño** en **Rianxo** e o de **Carnota**.



Arredor do monte do Facho (Fisterra)

Lendas na fin do mundo

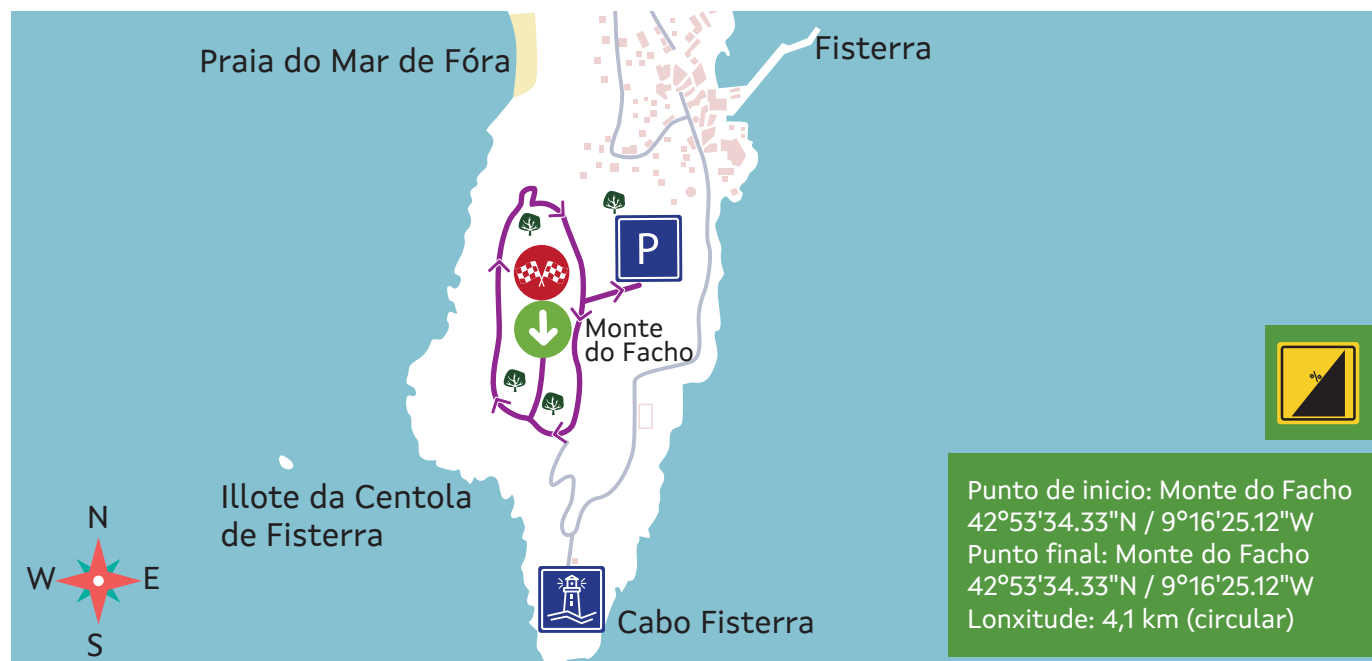
Unha proposta para coñecer o entorno do **faro de Fisterra** que nos achegará ao **monte do Facho** e á **ermida de San Guillermo**, relacionada con ritos de fecundidade e coa "ara solis" ou "altar do Sol" construído polos romanos que consideraban estas terras a fin do mundo.

Comezaremos o noso paseo por unha pista forestal que baixa costenta, deixándonos vistas do **illote Centola de Fisterra** e cara ao norte o **cabo da Nave** e o **monte Veladoiro** que domina este treito da costa. O camiño agora é máis chairro ata que chegamos a un cruce que nos ofrece boas vistas da **praia do Mar de Fóra**, á que recomendamos achegarnos despois, xa que paga a pena percorrer o sendeiro e a pasarela de madeira que nos leva ata ela.

Volvendo á nosa ruta, o camiño sube entre bosques de piñeiros, que imos agradecer en días solleiros, acompañados polos cantos dos paxaros que habitan neles. Decontado

atopamos un cruce e seguimos as indicacións para **San Guillermo**. As ruínas deste antigo eremitorio quedan á esquerda, por unha desviación de apenas 300 m. Situadas a uns 220 m de altura, ao pé dun gran penedo que fai de acubillo, poderemos atopar restos de ofrendas e unha lousa relacionada con ritos de fecundidade. Segundo a arqueoloxía o lugar foi ocupado dende o século XII, pero hai historiadores que o vinculan con **Guillermo X, Duque de Aquitania**, quen peregrinou a **Compostela** ou mesmo cun **San Guillermo** que viviu na época de **Carlomagno**.

Lendas aparte, o lugar ofrécenos unha panorámica increíble do litoral, con vistas da **vila de Fisterra** e a **praia de Langosteira**; a **ría de Corcubión** e o litoral de **Cee**; **O Ézaro** coa figura inconfundible do **monte Pindo**, o **areal de Carnota** e **monte Louro**. De regreso á pista principal, continuamos por ela ata chegar á estrada que sube do **faro de Fisterra** ao **monte do Facho**, finalizando así esta ruta circular.

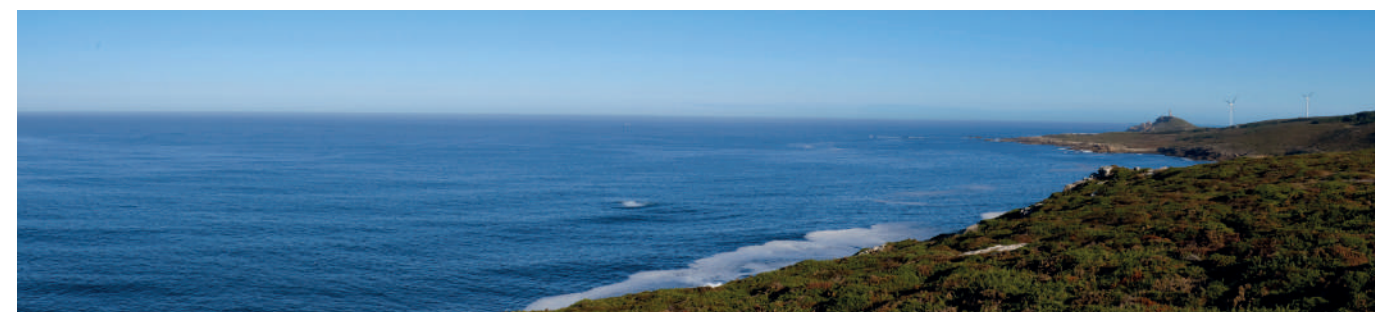
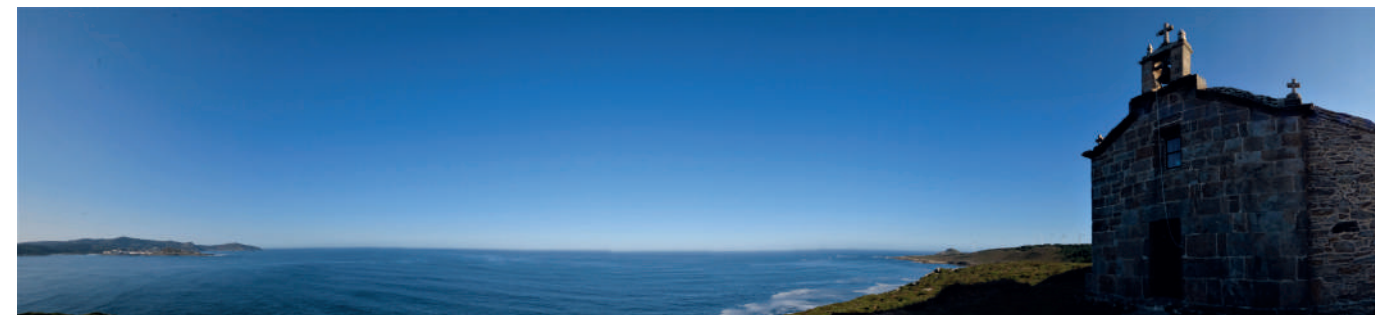


Do porto á ermida da Virxe do Monte (Camariñas)

Miradoiro da ría de Camariñas

Esta ruta lévanos polo litoral máis inmediato á **vila de Camariñas**, onde comezaremos a camiñar no seu peirao, ou se queremos acurtala un chisco, podemos deixar o vehículo xunto ás ruínas do **castelo do Soberano**. Aquí empeza unha pista de terra pola que avanzaremos uns 700 m e atoparemos un camiño que nos levará ata os restos dunha antiga cetárea e ao **faro da Villueira**. Podemos achegarnos e gozar das vistas da entrada da **ría de Camariñas** con **Muxía** xusto enfrente de nós. De volta ao itinerario principal, continuamos entre valados de pedra, pradarias e o constante son

do **Atlántico**. De seguido entraremos nunha masa forestal composta principalmente de piñeiros, e tras cruzar un regueiro chegaremos á **praia de Lago** ao pé do noso destino, a **ermida da Virxe do Monte**. Unha pequena costa levaranos de contado ata ela, onde facer un alto e gozar do horizonte aberto do **Atlántico** enmarcado polo **cabo Vilán** ao norte e a **vila de Muxía** coa figura recortada do **Santuario da Virxe da Barca** ao sur, co **monte do Facho de Lourido** en segundo plano.



Da praia do Curro ata as Grelas (Cabana de Bergantiños)

O Anllóns, devagar cara ao Atlántico

Un paseo de case 4 km para descubrir a foz do **río Anllóns** que forma a fermosa **ría de Ponteceso**. Dende a **praia do Curro**, unha senda pavimentada, sen apenas elevacións e perfectamente ciclable lévanos pola beira sur do río ofrecéndonos unha marabillosa visión da barra de area que protexe esta zona facilitando un refuxio faunístico, principalmente para as aves, con especies vulnerables ou en perigo de extinción como a pílara das dunas. De feito, no noso percorrido atopamos un observatorio ornitolóxico dedicado ao naturalista **José Luis Rabuñal Patiño**.

A continuación chegamos á **Carballa**, onde se atopa a capitalidade do concello, nun entorno máis urbano, onde tamén atopamos o pequeno **areal de Navalíños**.

A ruta remata na chamada **Praza de Cánduas**, no **lugar das Grelas**, onde se atopa un espazo-miradoiro pouco antes de chegar a ela, dende onde podemos albiscar unha fermosa panorámica da foz do **río Anllóns** e no fondo a estampa do **monte Branco** dominando a paisaxe.



Da praia de Area Maior a Santo Hadrián (Malpica de Bergantiños)

Lendas con vistas ás Illas Sisargas

Iniciamos esta andaina de case 4 km no **paseo marítimo de Malpica de Bergantiños**, bordeando a **praia de Area Maior**. Ao rematalo, o primeiro treito é un carreiro que bordea o extremo do areal subindo entre muros ata un punto panorámico sobre a vila. A partir de aquí o camiño de terra vains levar ata a **praia de Seaia**, nun ambiente máis rural.

A ruta vai subindo e chegamos á **fonte Navenllos**, onde facer un alto e gozar das extraordinarias vistas do litoral malpicán e do tramo percorrido. Segue a ascensión que

nos vai levar ata a **ermida do Santo Hadrián** (séculos XVI-XVII, renovada no século XX) e á **fonte do Santo**, de propiedades milagreiras, e lugar de lendas vinculadas co santo.

Aquí comeza unha das rutas de sendeirismo máis populares de **Galicia**: o **Camiño dos Faros**, que remata en **Fisterra**.

Outros dos atractivos é a visión das **Illas Sisargas**, de grande importancia como refuxio de aves e que semellan estar ao alcance da man.



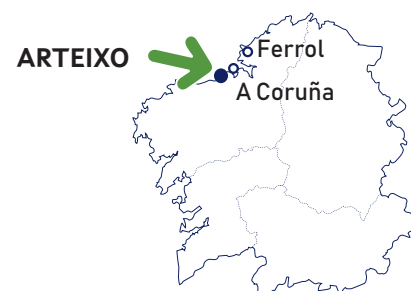
Da praia de Alba à praia de Barrañán (Arteixo)

A carón de praias e cantís

Trátase dunha das chamadas sendas azuis que hai en **Galicia**, e permite percorrer doadamente, a pé ou en bicicleta, boa parte do litoral do **concello de Arteixo** unindo entre si varios areais distinguidos con bandeira azul como **Alba-Sabón, Repibelo, Combouzas ou Barrañán**.

Da **praia de Alba e Sabón**, ao pé do porto exterior de **punta Langosteira** ata a praia con **cordón dunar de Barrañán** hai case que 6 km. Dispón de treitos amplos con zonas separadas

para peóns e ciclistas, áreas de descanso e paneis interpretativos sobre o litoral, fauna e flora. Noutras o camiño estreitase pero está perfectamente acondicionado. Ao longo da ruta iremos descubrindo outros areais menos coñecidos como **Area da Salsa, Repibelo, Herbosa** ou **Area Grande (Valcobo)**, antes de chegar a **Combouzas** (nudista). Dende aquí temos unha boa vista do extenso **areal de Barrañán**, final do noso percorrido. Hai servizos turísticos en **Valcobo** e en **Barrañán**.



De Santa Cruz a Santa Cristina (Oleiros)

Miradoiro da ría do Burgo

Trátase dun percorrido de litoral nunha zona densamente urbanizada, pero que aínda nos ofrece recunchos naturais así como boas vistas da ría coruñesa. Comezamos no **porto de Santa Cruz**, fronte ao seu castelo, para seguir polo paseo e subir unhas escaleiras ata ao **parque das Galeras**, que conta cun itinerario deportivo. Temos vistas da **enseada de Santa Cruz**, da costa ata o **faro de Mera** e diante nosa a **cidade da Coruña**. A senda lévanos sobre os cantís que se abren cara á

praia Pequena de Bastiagueiro, e pola **rúa dos Feitos** chegaremos á **praia Grande de Bastiagueiro**. Decontado, seguindo a **rúa dos Mioporos** subimos á **Avda. Che Guevara**, co seu monumento nunha rotonda e asomámonos ao **miradoiro Nirvana**, que nos ofrece vistas do **Golfo Ártabro**, vislumbrando a bocana da **ría de Ferrol** co seu porto exterior. Baixando pola **rúa do Polvorín** atoparemos deseguido o **paseo marítimo de Santa Cristina** onde remataremos esta ruta.



Do porto á praia de Bestarruza (Mugardos)

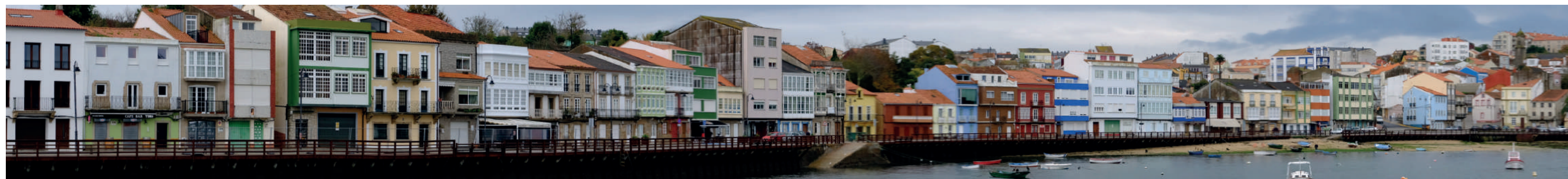
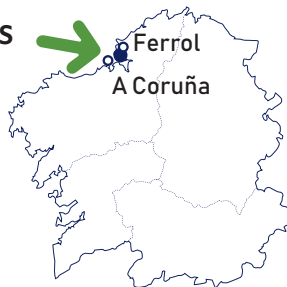
O Arrecendo do mar

Empezamos o percorrido no aparcadoiro situado ao lado do **porto pesqueiro de Mugardos**. Esta vila senlleira da **ría de Ferrol** presenta unha fachada marítima bastante ben conservada, con mostras de arquitectura de tradición mariñeira e algunha máis señorial, como a **Casa da Serea**. Unha pasarela de madeira en voladizo sobre as augas vainos permitir gozar das vistas do outro lado da **ría de Ferrol**: a **enseada da Graña** coas instalacións militares e mesmo o **castelo de San Felipe**, o seu punto máis estreito, protexido do lado

mugardés polo **castelo da Palma**, formando parte do sistema defensivo da **ría de Ferrol** que a converteu nunha importante base naval a partir do século XVI.

Tras chegar á **punta do Peteiro**, que protexe o porto deportivo, seguimos o **paseo da Culebra** no que atoparemos diversos paneis explicativos da fauna da contorna e da historia desta vila. De contado chegaremos á **praia de Bestarruza** onde remata esta curta ruta de apenas 1 km.

MUGARDOS



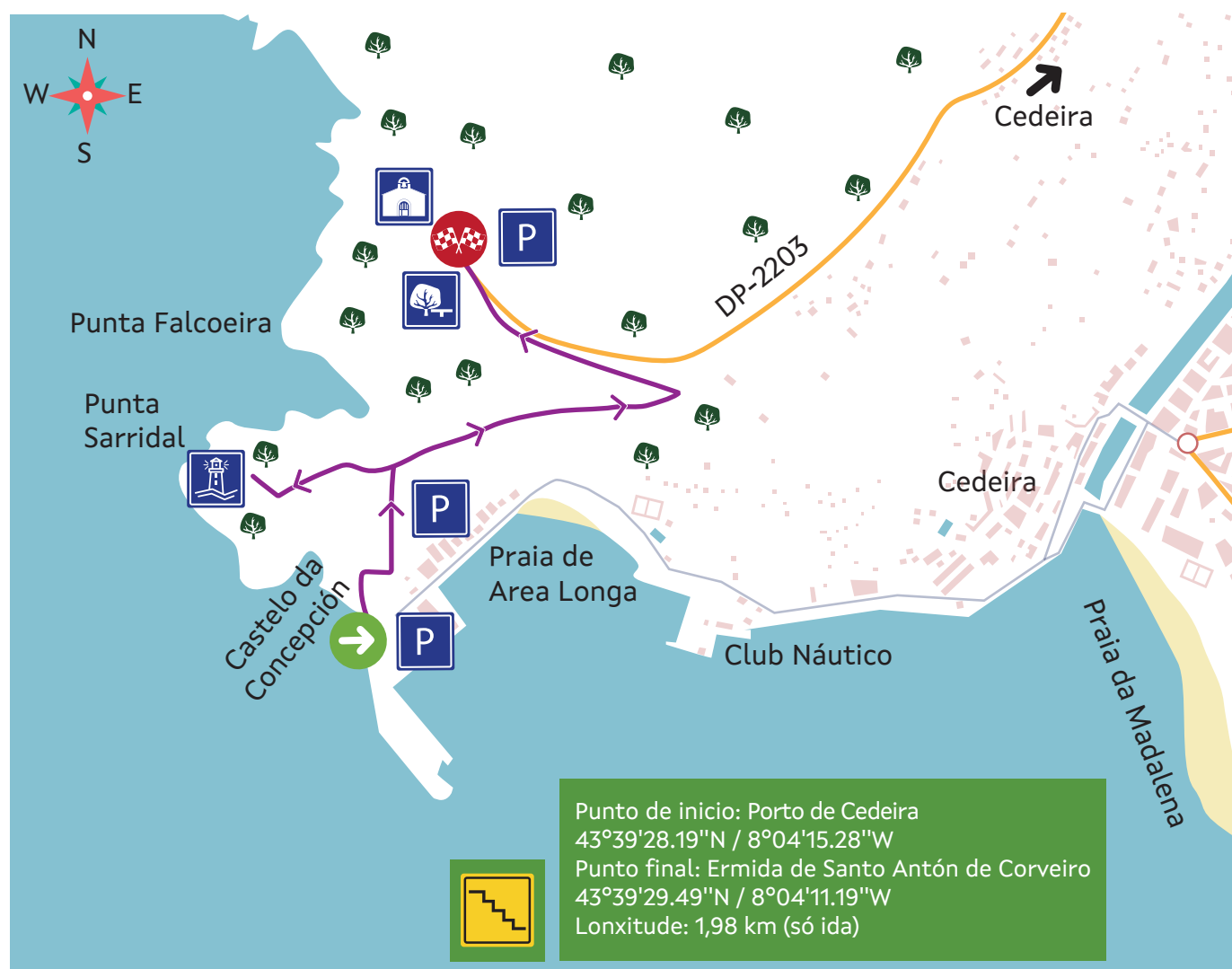
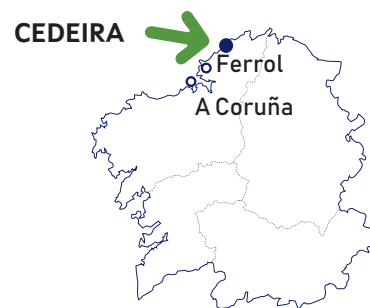
Do porto á ermida de Santo Antón de Corveiro (Cedeira)

Pegadas castrexas do Atlántico

Un cómodo paseo en ascensión que nos levará dende o peirao do **porto de Cedeira** ata a **capela de Santo Antón de Corveiro**. Iniciamos subindo unhas escadas que nos ofrecen xa unhas vistas da **praia de Vilarrube (Valdoviño)** e parte da ría, así como unhas antigas cetáreas. Achegámonos ao **castelo da Concepción** (visitable, consultar horarios). O camiño lévanos de contado ata o aparcadoiro da fortaleza onde collemos á esquerda ata **punta Sarridal**, cos restos escavados do castro, onde se atopou unha "pedra formosa" ou sauna ritual castrexa. Dende as

proximidades da baliza que marca a entrada da **ría de Cedeira**, as vistas son extraordinarias.

Regresando á estrada, continuaremos por ela ata atopar unha pista de terra á nosa esquerda que nos levará de contado á **ermida de Santo Antón de Corveiro**, do século XVII pero con reformas posteriores. Un cruceiro e unha agradable área recreativa completan o entorno, do que se albisca a bocana da **ría de Cedeira**, e mesmo puntos senlleiros da costa de **Ferrolterra** como **punta Frouxeira** e **cabo Prior**.



A atalaia do facho de Maeda (Mañón)

Miradoiros do Cantábrico

Antes de chegar á **vila de Bares**, cóllese unha pista asfaltada á esquerda que en apenas 1,4 km lévanos ata unha antiga garita de vixilancia da costa. Dende aquí xa albiscamos parte do litoral da costa luguesa e como a península onde se atopa a **Estaca de Bares**, extremo setentrional da **península Ibérica**, se adentra no **mar Cantábrico**. De seguido tomamos un camiño forestal que nos vai

ofrecendo vistas da **ría do Barqueiro**, e con varios puntos panorámicos ao longo de case que 1 km de percorrido, con curiosas formas rochosas, moldeadas polos ventos e a chuva. Ao rematar, temos unha visión espectacular do litoral de **Ortigueira**, que abrangue dende os **Picóns de Loiba** ata o **cabo Ortegal** e a **Capelada**, xa no **concello de Cariño**.



Punta Socastro (O Vicedo)

fuciño do porco

Para facer esta ruta poderemos chegar co coche xusto ata o punto de partida, onde atoparemos unha zona habilitada como aparcadoiro. De aí parte a senda pola que teremos que camiñar durante aproximadamente 1,5 km. Trátase dunha pista que discorre principalmente entre pinos e eucaliptos e que nos levará directamente ata as pasarelas de madeira.

A primeira parte do paseo non resulta especialmente atractiva pero iso quedará de sobra compensado máis adiante xa que, dende o último treito dende sendeiro, teremos un anticipo das espectaculares vistas do litoral do **Vicedo** e da **ría de Viveiro** que poderemos desfrutar en todo o seu esplendor dende

punta Socastro, coñecida popularmente como **Fuciño do Porco**.

A parte final discorre por pasarelas de madeira que soben e baixan en zigue-zague ata o faro-baliza que marca a entrada na ría e o fin deste paseo.

Aínda que a ruta en si é de baixa dificultade, debemos ter en conta que todo o treito que discorre polas pasarelas de madeira é algo máis esixente, e conta con numerosas escaleiras.

Nota: Nas épocas de máis afluencia de xente a visita debe facerse con reserva previa. Para máis información contacte co concello do Vicedo.



De punta de Morás à praia de Sucasro (Xove)

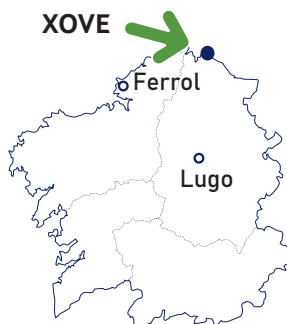
Os cantís de papel

Comezaremos a ruta no **cabo Morás** e, na contorna do punto de inicio chama a atención a presenza de numerosísimas e xigantescas pezas de formigón que foron no seu día usadas para construír o **porto de San Cibrao**.

Dende aquí poderemos observar ao leste os **illotes Farallóns** e ao oeste **As Salseiras** e o **illote de Ansarón** que, cos seus 80 m de altitude e 10 hectáreas de extensión, é unha das illas máis grandes da costa lucense e lugar de cría de aves mariñas como a gaivota patiamarela, o corvo mariño ou as gavitas. Camiñaremos á beira dos **cantís de Morás** que, cunha altura aproximada de 32 m, percorren a costa dun **mar Cantábrico** que golpea con

forza para moldear as rochas como se de papel se tratase, polo que popularmente son coñecidos tamén como os **Cantís de Papel**.

Aínda que o paseo proposto ten unha lonxitude de algo máis de 2 km ata a **praia de Sucasro**, podemos continuar a ruta ata o **faro de punta Roncadoira**, para o que haberá que camiñar 5 km máis. Unha vez alí recomendamos a subida ao **monte Castelo** para visitar dous dos bancos máis fermosos de toda a nosa xeografía, os **bancos de Nacente e Poñente**, lugares privilexiados dende onde desfrutar do amencer e o solpor, así como das vistas dun amplo treito da **costa da Mariña Occidental** entre **San Cibrao** e **monte do Faro**.



Da praia da Rapadoira á praia de Llas (foz)

Ollos e cantís do Cantábrico

Este paseo marítimo parte dende o **porto de Foz** e discorre polo beira dos acantilados ao longo de toda a ruta.

Durante o percorrido atoparemos varios paneis con información sobre a vexetación, a fauna e as paisaxes. Ilustrarannos tamén sobre as características desta "rasa" marítima plataforma litoral que no seu día estivo cuberta pola auga e que sufriu unha potente abrasión mariña.

Poderemos atopar tamén pequenos miradoiros con bancos nos que parar a descansar ou dende os que contemplar as fermosas vistas sobre o **Cantábrico**.

Unha suxerente ponte de madeira faranos levar sobre un entrante do mar e, unha vez superada, permitiranos continuar preto da escarpada liña de costa antes de chegar á **praia de Llas**.



Oo carón do río

Río Arenteiro (Boborás)

pola foz do río Landro (Viveiro)

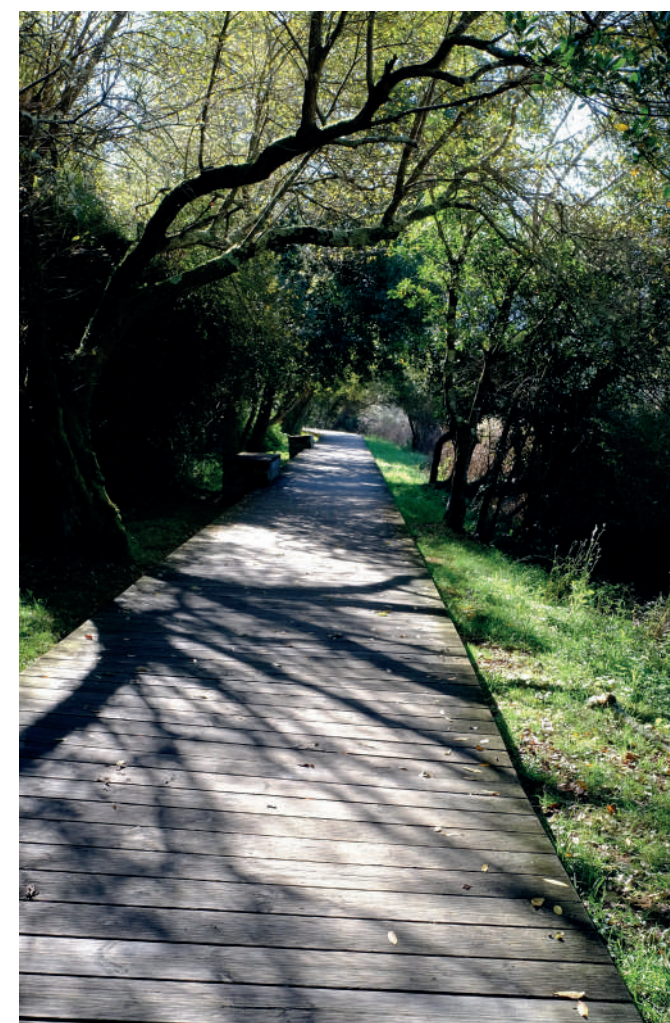
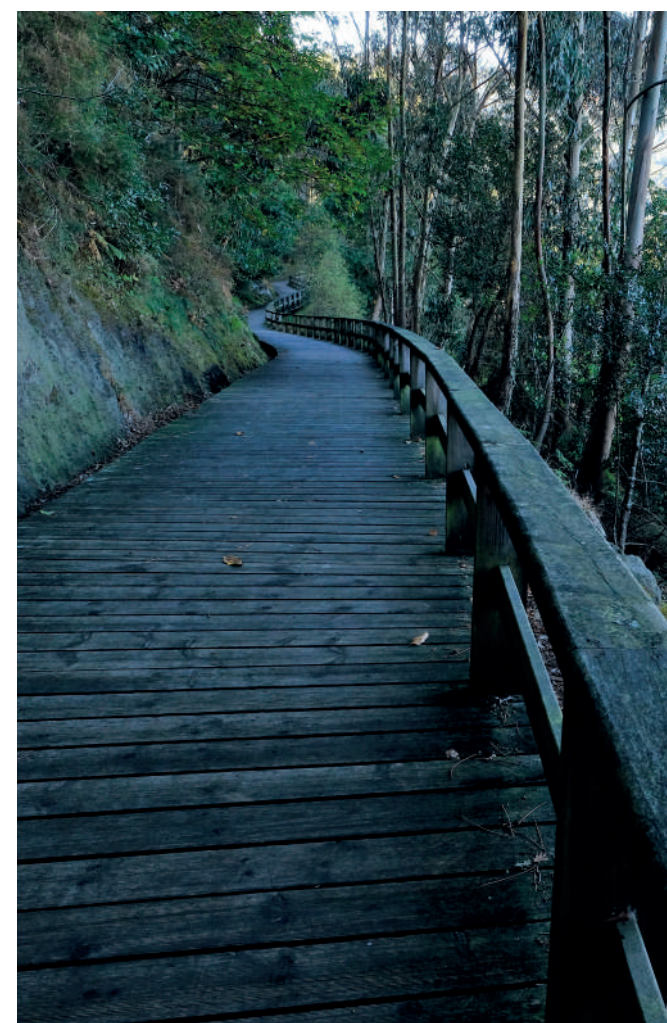
Nas portas da ría de Viveiro

Esta ruta á beira do **río Landro** e da **ría de Viveiro** comeza moi cerca do **convento de Valdeflores**. Conta cunha igrexa gótica do século XV, momento no que se fundou o convento, aínda que o edificio do mosteiro é de finais do século XVII. Rexido no seu momento por monxas dominicas, está declarado **Monumento Nacional**, polo que é recomendable desviarse un pouco para poder contemplalo aínda que só sexa por fóra, xa que na actualidade permanece pechado.

A partir de aquí camiñamos case todo o tempo sobre unha pasarela de madeira que

nos levará pola **Panela**, área de reserva de aves, ou polo **pozo de Piago** do que, segundo conta a lenda, podemos ver emerxer a cola de 20 m do dragón que custodiava a campá da **igreja de Santa María do Campo**, levada alí polos fortes ventos dunha noite de tormenta e que permanece dende entón nas súas profundidades.

Pasaremos despois por un embarcadoiro para finalizar na **área recreativa de Portochao**, atravesando así toda unha zona declarada de **Especial Protección dos Valores Naturais e Lugar de Importancia Comunitaria (LIC)**.



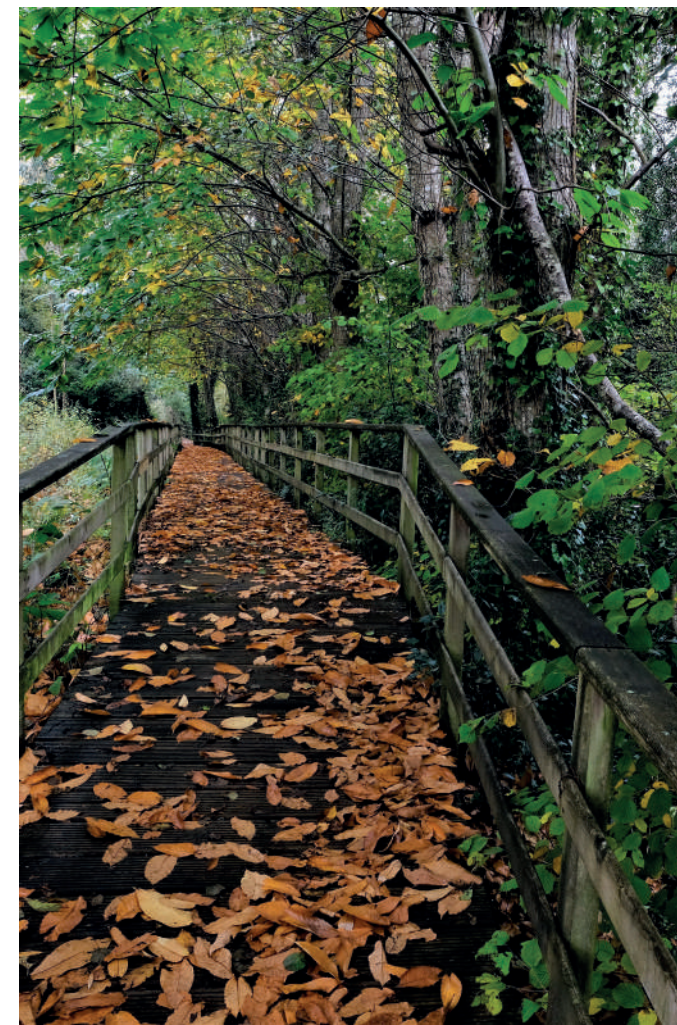
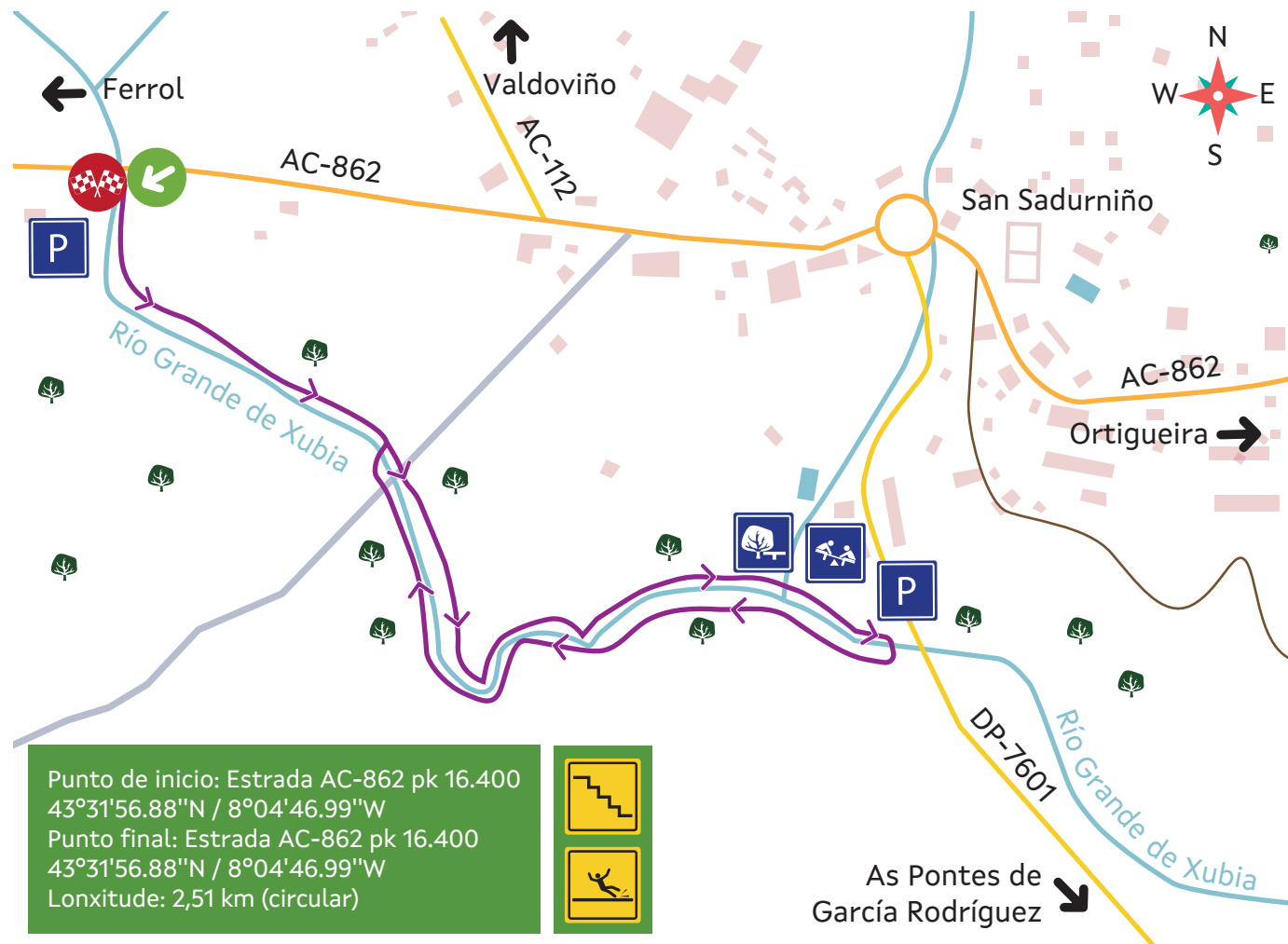
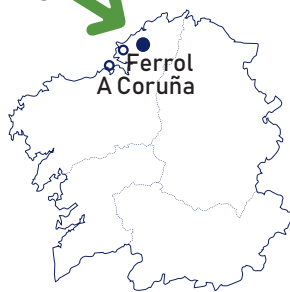
O carón do río Grande de Xubia (San Sadurniño)

Interpretando a paisaxe e a natureza

AopédaestradaAC-862vindodeNeda e Ferrol, no **lugar de Cornide** antes do cruzar a ponte sobre o **río Grande de Xubia** podemos deixar o coche e seguir as indicacións do paseo fluvial. Sempre ao seu carón, poderemos observar as pequenas fervezas que forma o seu curso nunha presa, ou gozar da masa arbórea que cambia de cores no outono e o devalar das súas augas. De seguido atoparemos un arboreto con paneis explicativos de diferentes especies que podemos atopar nos nosos bosques ou unha curiosa horta de árbores froiteiras. O camiño tamén se ve salpicado de esculturas de sorprendentes figuras, e mesmo unha antiga ninfa dos ríos. Antes de voltar,

podemos deternos nunha área recreativa que conta cun parque infantil. O regreso pódese facer da outra banda do río, que nos levará por unha pasarela de madeira entre castiñeiros e amieiros. Este percorrido e a súa contorna forma parte dunha **Área de Especial Interese Paisaxístico**, incluída no **Catálogo galego das Paisaxes**, formando parte ademais dunha **Zona de Especial Conservación da Rede Europea Natura 2000**. Para rematar a visita a este espazo podémonos achegar ata unha edificación coñecida como o **Pazo da Marquesa** e visitar os seus xardíns onde sobrancean varios exemplares de palmeiras.

SAN SADURNIÑO

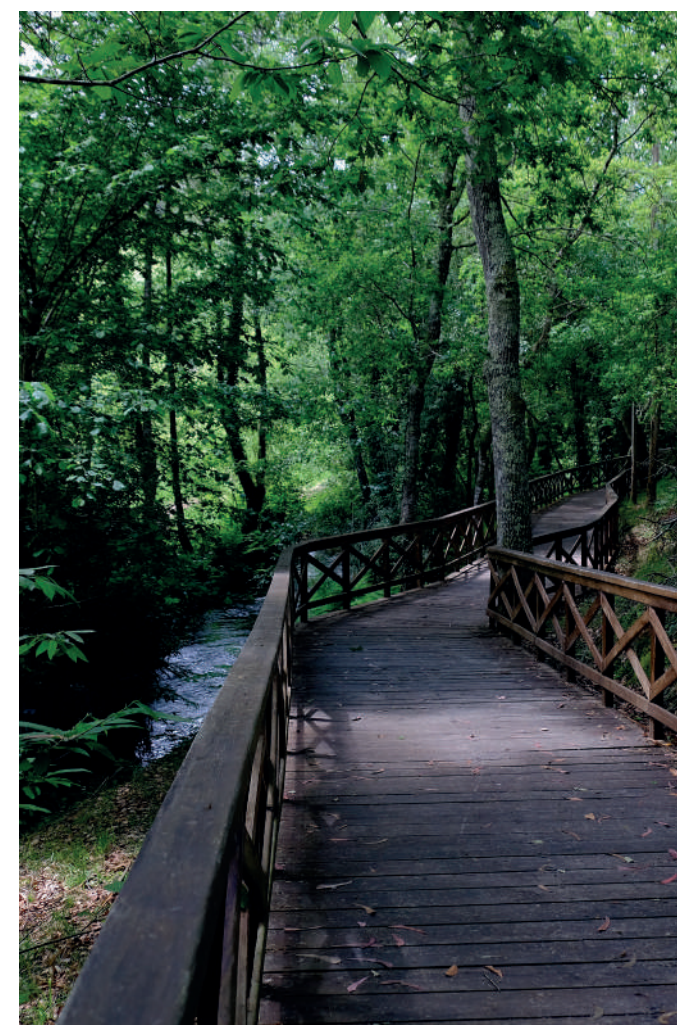
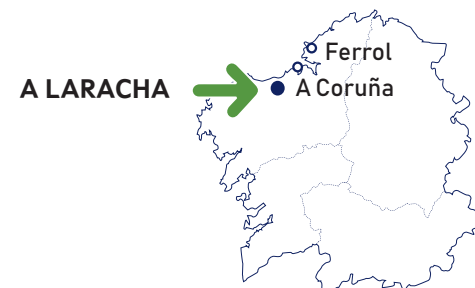


Da área recreativa de Gabenlle ata a ponte de Formigueiros (A Laracha)

Río Anllóns, entre amieiros e agras de Bergantiños

Situado nas aforas da capital do concello, trátase dun paseo axeitado para todo o mundo, xa que discorre por unha pasarela de madeira de pouco máis de 2 km que parte da **área recreativa de Gabenlle** ata a **ponte de Formigueiros**, seguindo o curso sinuoso do **río Anllóns**. Ao longo do percorrido poderemos

gozar de diversas paisaxes, como o típico bosque de ribeira, composto principalmente por amieiros, zonas agrarias e gandeiras, alén de descubrir elementos tradicionais como varios muíños de auga que aproveitaban as augas do **Anllóns** para moer o gran.



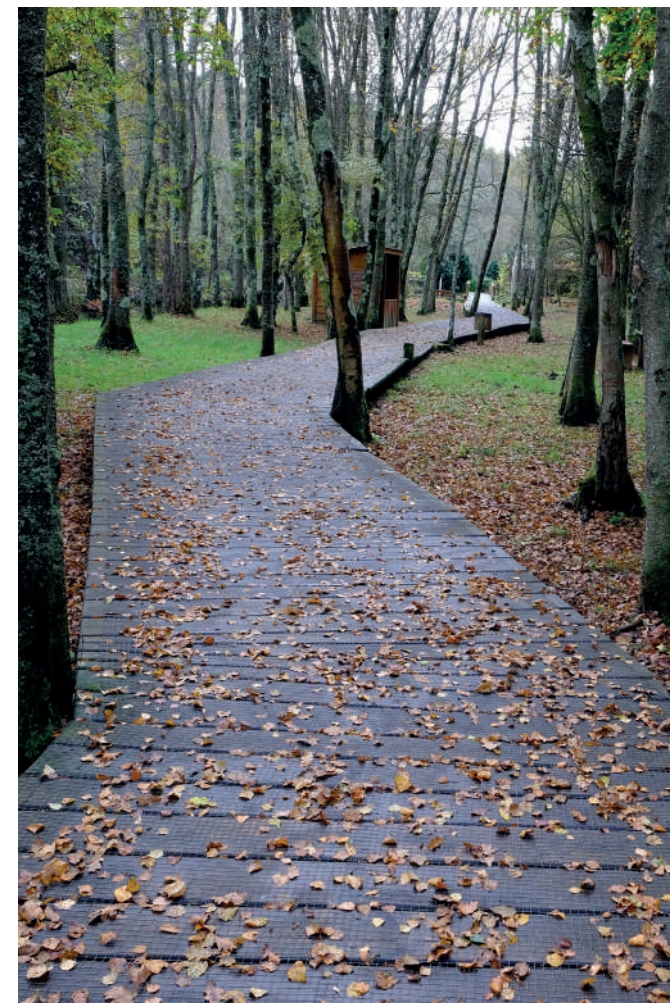
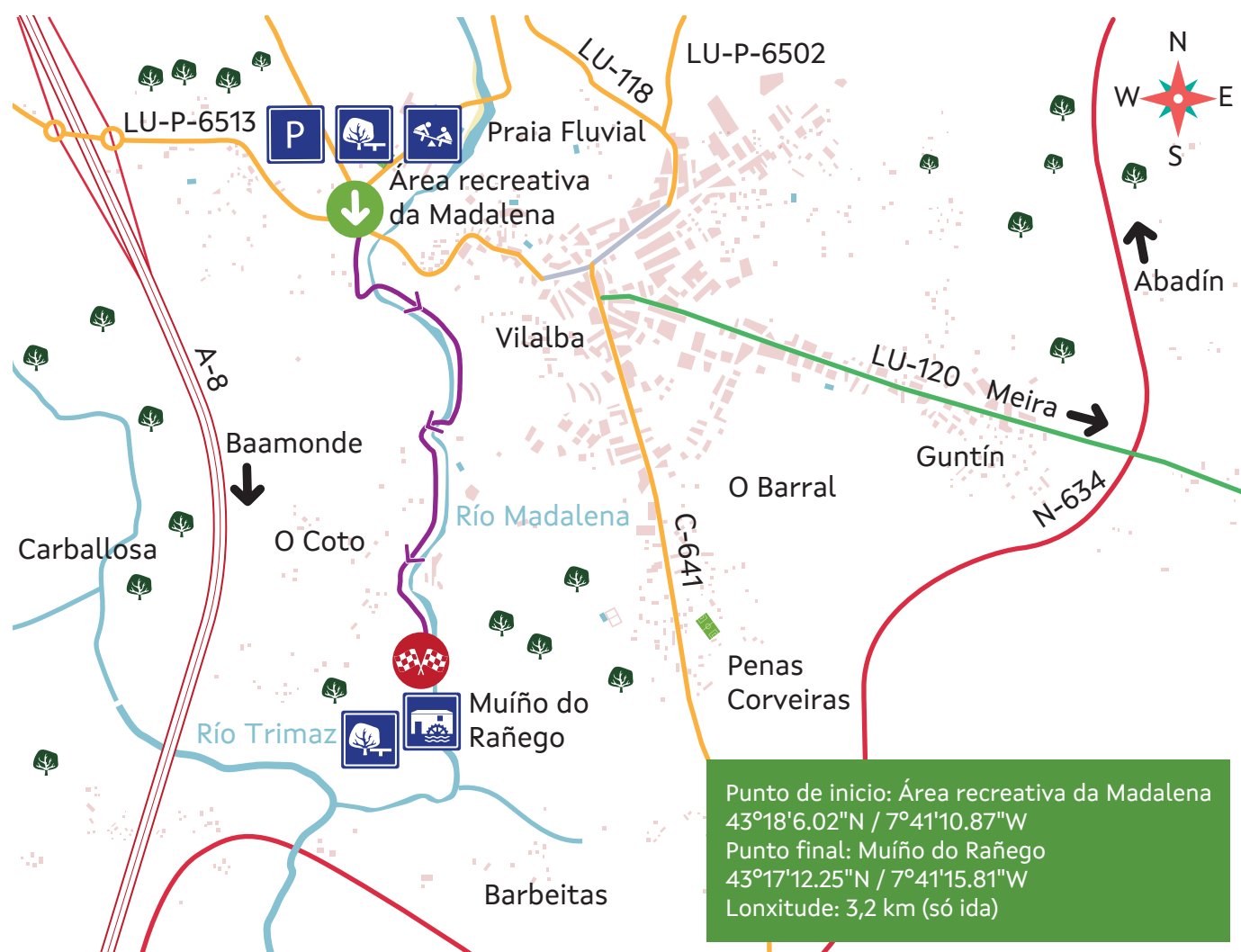
Polo río Madalena ata o muíño do Rañego (Vilalba)

Paseo dos soños

Este roteiro, de algo máis de 3 km de lonxitude, parte da **área recreativa da Madalena** que conta con praia fluvial, parque acuático e zona de merendeiro.

É unha ruta de baixa dificultade, xa que é practicamente chan na súa totalidade e está ben pavimentada. Ao longo do percorrido, á beira do **río Madalena**, cruzaremos varias pontes de madeira, como a **ponte dos Freires** ou a **ponte dos Pasos**, cuxas superficies están cubertas con malla metálica para evitar que esvaremos. Ao noso paso atoparemos bancos nos que poder facer un descanso e

pasaremos xunto a varios muíños como o **muíño do Rañego**, punto final deste paseo. Este percorrido foi bautizado no ano 2006 como "Paseo dos soños" pola **Asociación Cultural Xermolos de Guitiriz** e a **Irmandade Manuel María da Terra Chá**. Cada ano, en colaboración co **concello de Vilalba**, colocan neste paseo unha nova escultura na honra dun chairego ou chairega. Son figuras, de pedra ou de metal, que conmemoran a actividade que estas persoas realizaron dende o ámbito cultural e reciben o nome de «hectómetros literarios» porque entre cada figura hai 100 m de separación.

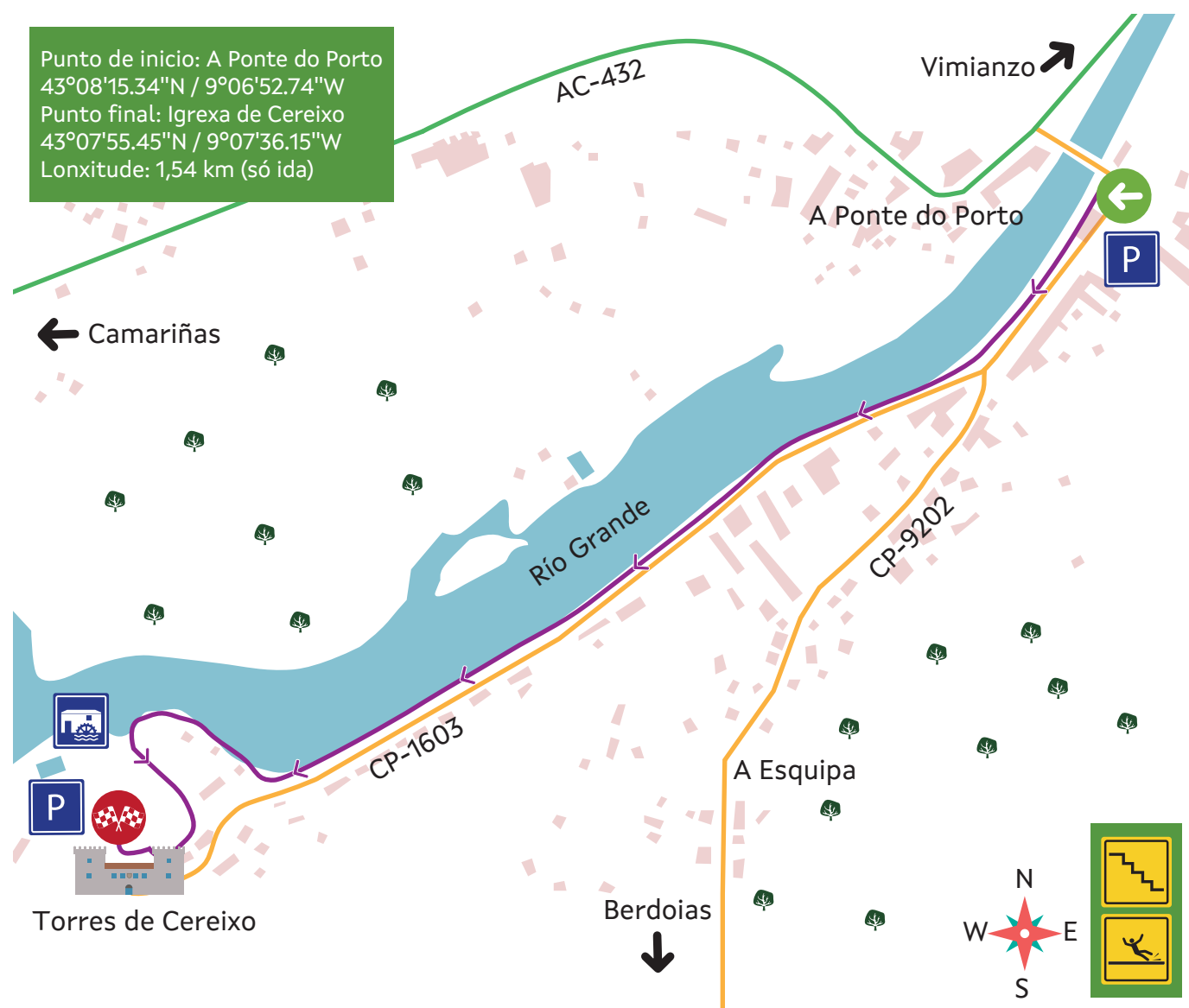


Da Ponte do Porto a Cereixo (Camariñas / Vimianzo)

As torres que virían o río Grande

Sáímos dende **A Ponte do Porto**, que aínda conserva a súa ponte medieval. Polo paseo que vai pola beira esquerda do **río Grande** chegaremos ata o límite co **concello de Vimianzo**, tendo que utilizar a beiravía da estrada. Tras ver un hórreo típico da **Costa da Morte**, por entre unha casa e un muro arranca un camiño que vai bordeando o río, chegando ata un muíño de marés, que empregaba o ascenso e devalo da marea como forza hidráulica para a moenda. Diversos paneis

explican tanto o seu funcionamento como a fauna e flora que podemos atopar nesta zona. Por unha pasarela accesible seguimos o curso do **rego do Riotorto** que nos leva decontado ata as **Torres de Cereixo**, aínda que ten unha orixe máis antiga, o actual edificio corresponde ao século XVII, construído pola familia **Carantoña**, e a igrexa parroquial de estilo románico, en cuxo tímpano atoparemos unha representación da traslación do **apóstolo Santiago** na barca de pedra.

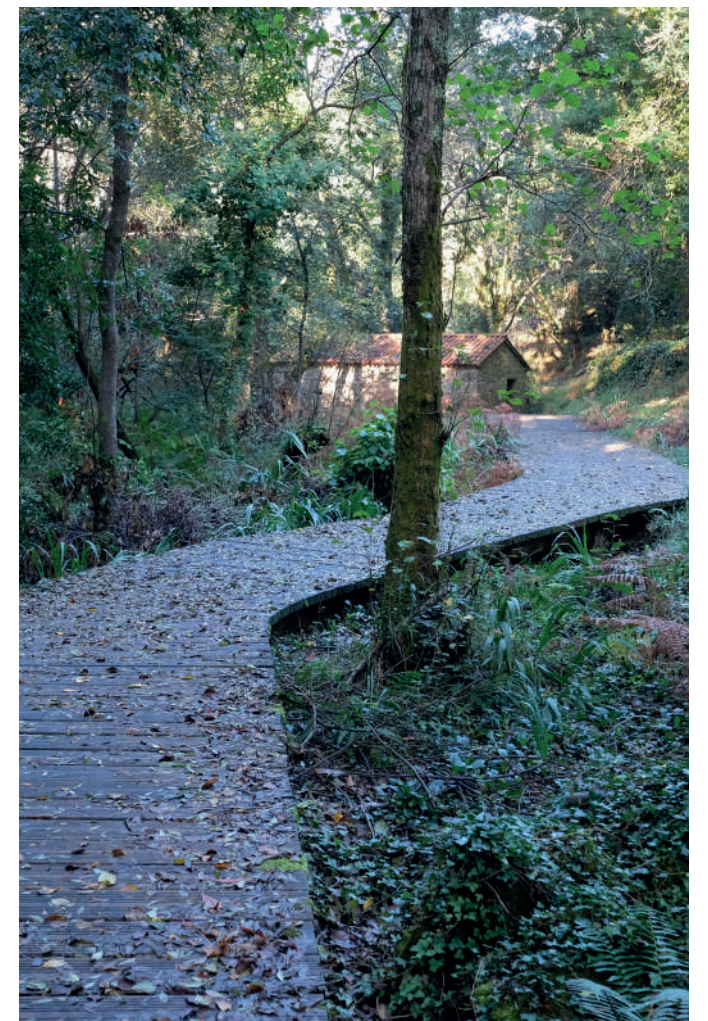
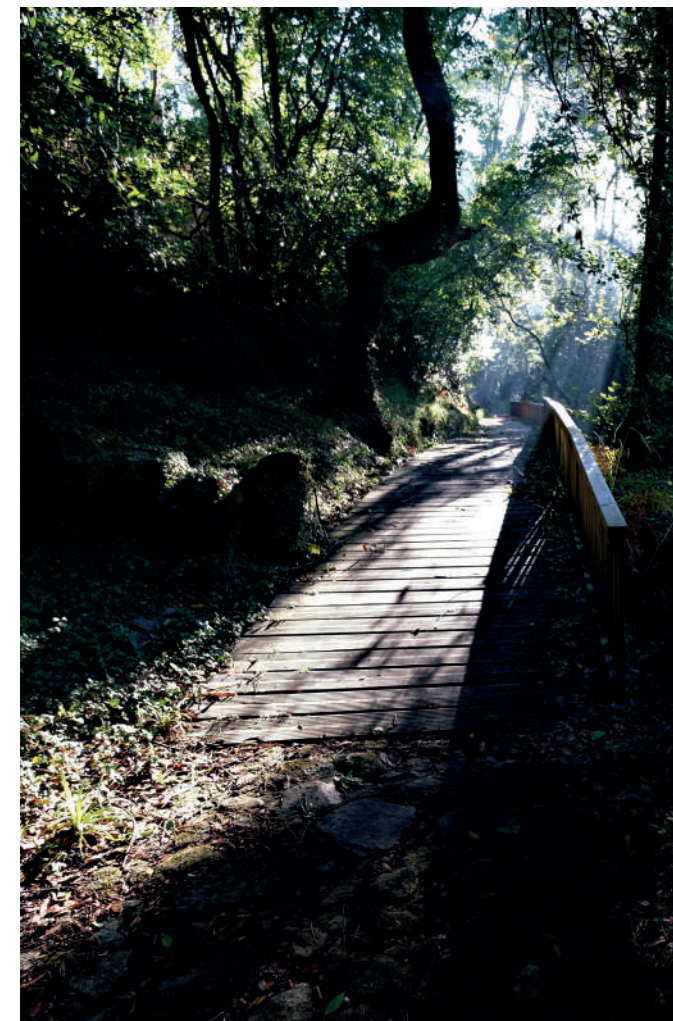
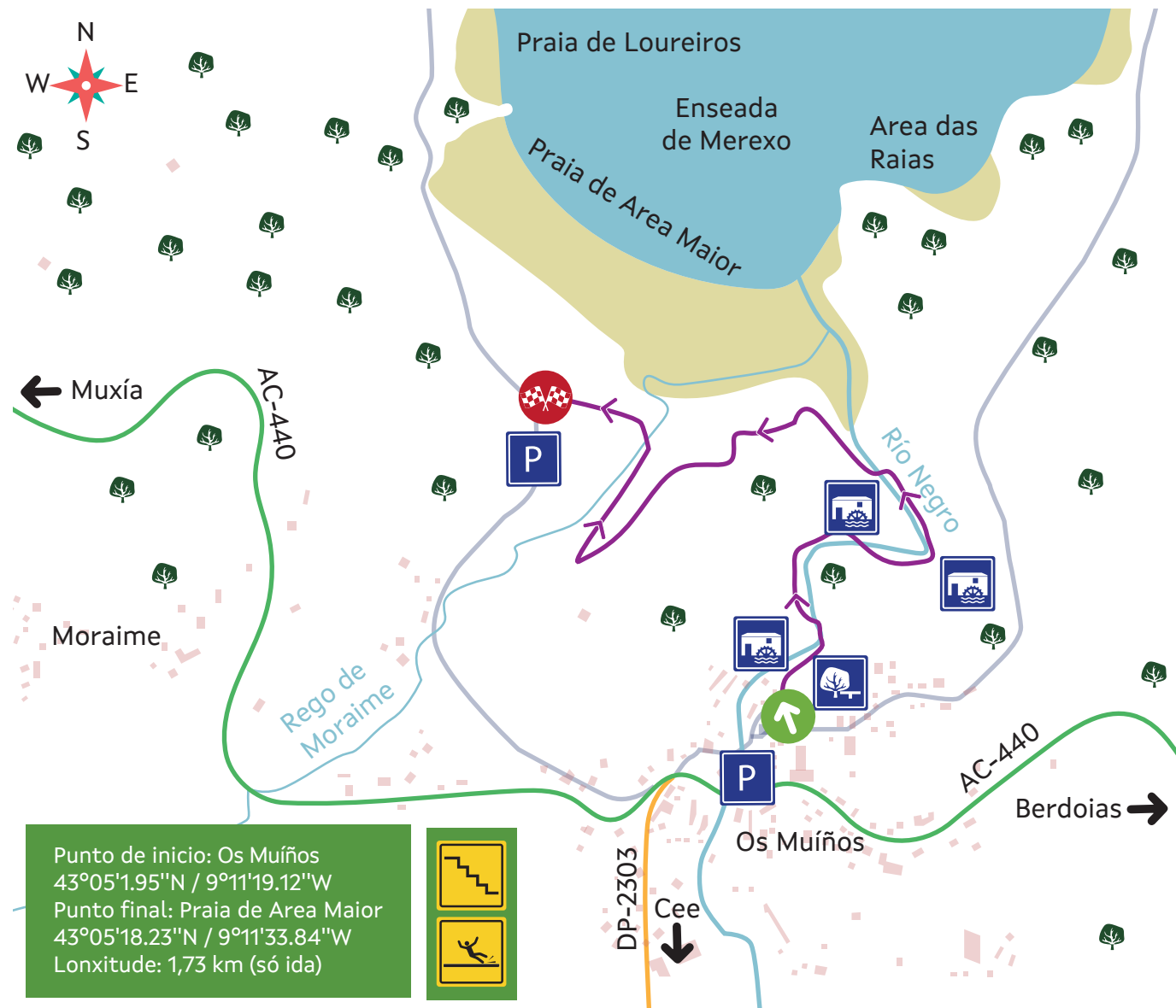
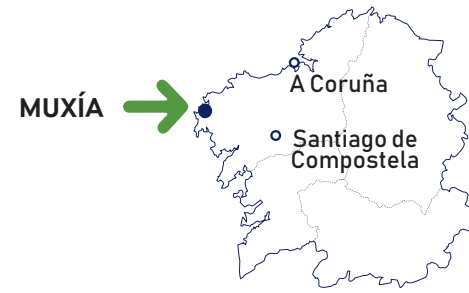


O rio Negro, pegadas muiñeiras camiño do mar

Entre o **rueiro dos Muíños**, na **parroquia de Moraime** arrinca este percorrido baixando unhas escaleiras ata unha pequena área recreativa e lavadeiro. Segue por un camiño, maiormente en forma de pasarela de madeira, adaptándose ao curso do **río Negro**.

Podemos observar diversos muíños, algúns deles abertos conservando as moas, grandes

pezas circulares de canteiría de granito que se usaban para triturar o gran. Xa cando se albisca a foz na **praia de Area Maior**, atravesamos o rego e subimos por unha estreita corredoiro entre loureiros ata un camiño máis principal que nos leva decontado a unha pista asfaltada que abandonamos pola dereita por unha senda que nos ha levar ata o aparcadoiro do areal, onde remata esta ruta.



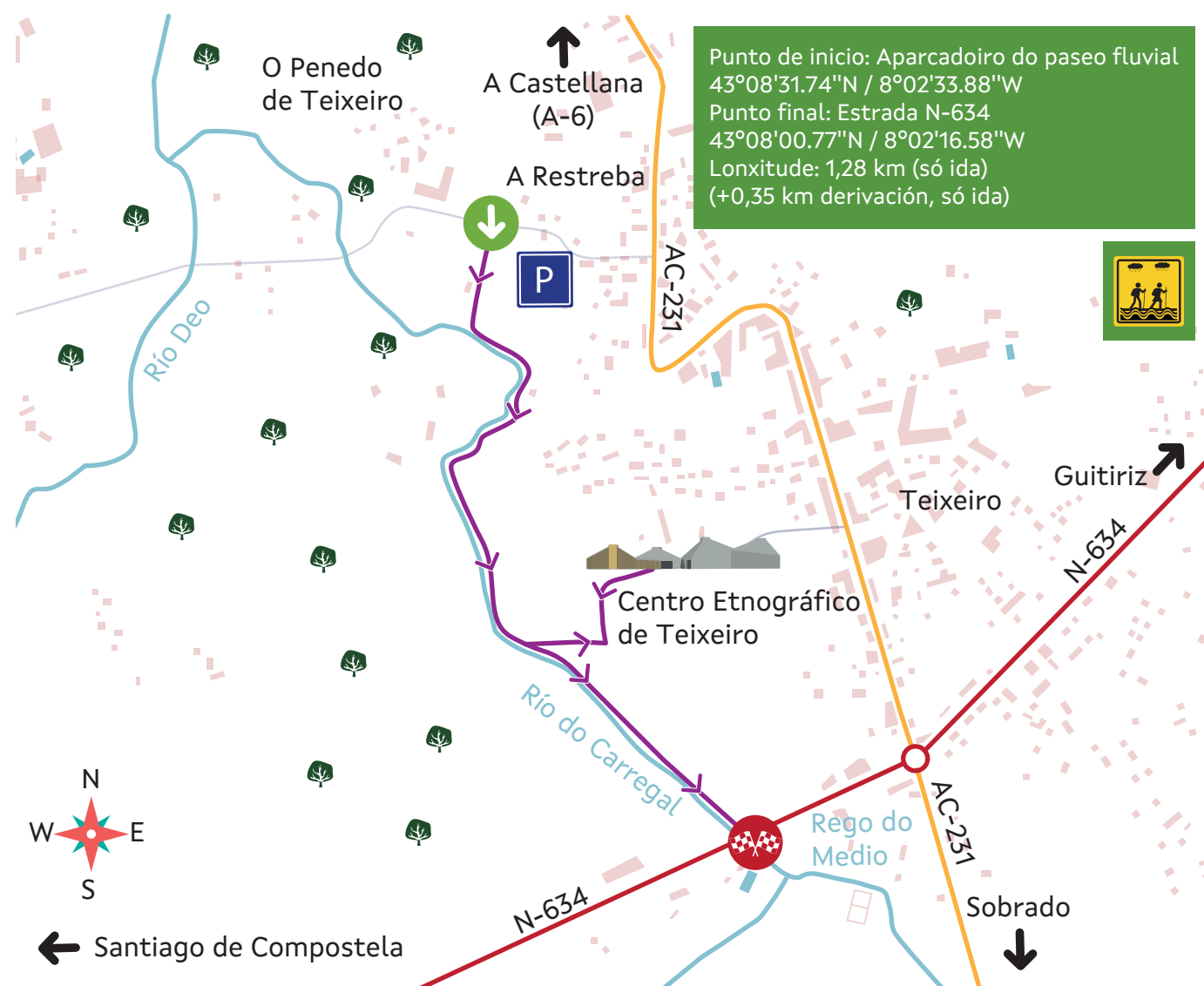
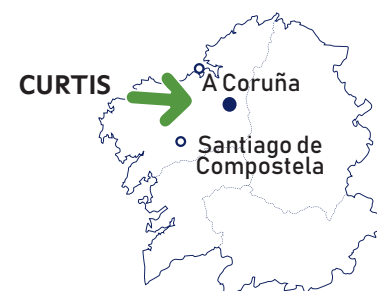
A beira do río Carregal (Curtis)

Bosque de ribeira das Terras do Mandeo

Accedemos a este paseo fluvial do **río Carregal** dende **Teixeiro**, vindo do centro urbán por unha pista asfaltada á esquerda despois do paso inferior da vía do ferrocarril. Atopamos á esquerda novamente unha zona de aparcadoiro e área de lecer. Aquí comezamos a nosa andaina seguindo o curso do **río Carregal**. En épocas chuviosas pode mesmo rebordar ou inundar a zona boscosa de ribeira a ambos lados do camiño. Seguimos o serpenteante curso pasando debaixo da vía do

tren. Logo atoparemos unha derivación ata o moderno **Centro Etnográfico do río Mandeo**, que alberga varios paneis explicativos do patrimonio natural, monumental e cultural da contorna, así como un vídeo sobre a cultura castrexa e outros elementos interactivos.

O paseo remata á beira da estrada N-634, polo que retomaremos os nosos pasos ata volver ao aparcadoiro onde deixamos o noso vehículo.



A ínsua de Seivane (Outeiro de Rei)

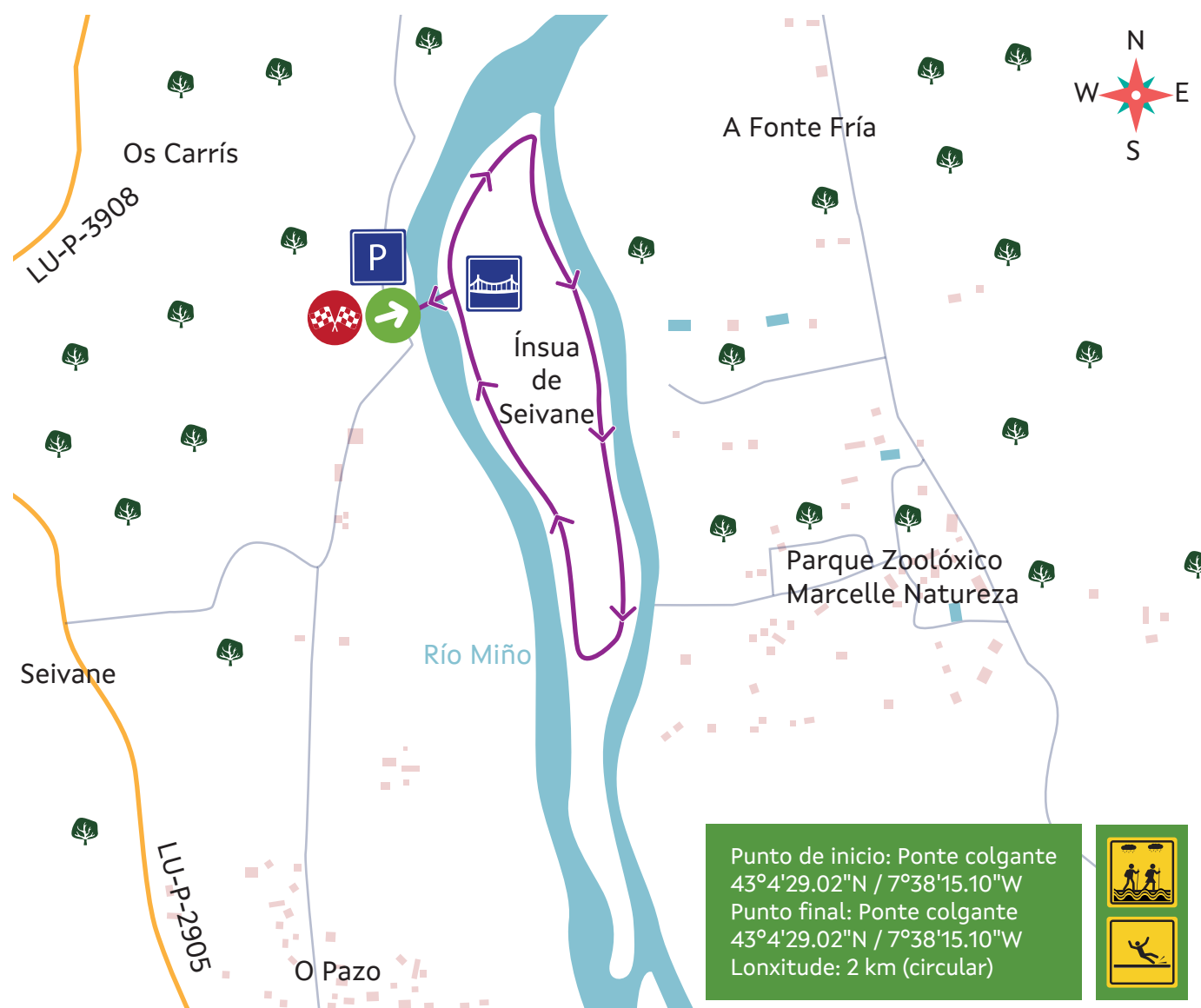
Unha balsa no río Miño

Trátase dunha engaiolante ruta circular de apenas 2 km de percorrido. Abrazada polo **río Miño** en todo o seu perímetro, poderemos acceder ao interior da **ínsua de Seivane** a través dunha atractiva pasarela colgante que nos permitirá camiñar milagreiramente sobre as augas.

Nada máis cruzar a ponte atopámonos cunha área recreativa, merendeiro e un refuxio de pescadores. O paseo discorre por unha senda

que rodea toda a ínsua, polo que non ten perda, camiñando sempre á beira do río baixo un denso bosque autóctono de carballos, freixos, salgueiros e acivros.

É un espazo natural protexido de alto valor ecolóxico e medioambiental, que forma parte da zona núcleo de **Reserva da Biosfera Terras do Miño** e da **Zona Especial de Conservación (ZEC) Parga-Ladra-Támoga**.



Meandros do río Eo na Cortevella (Baleira)

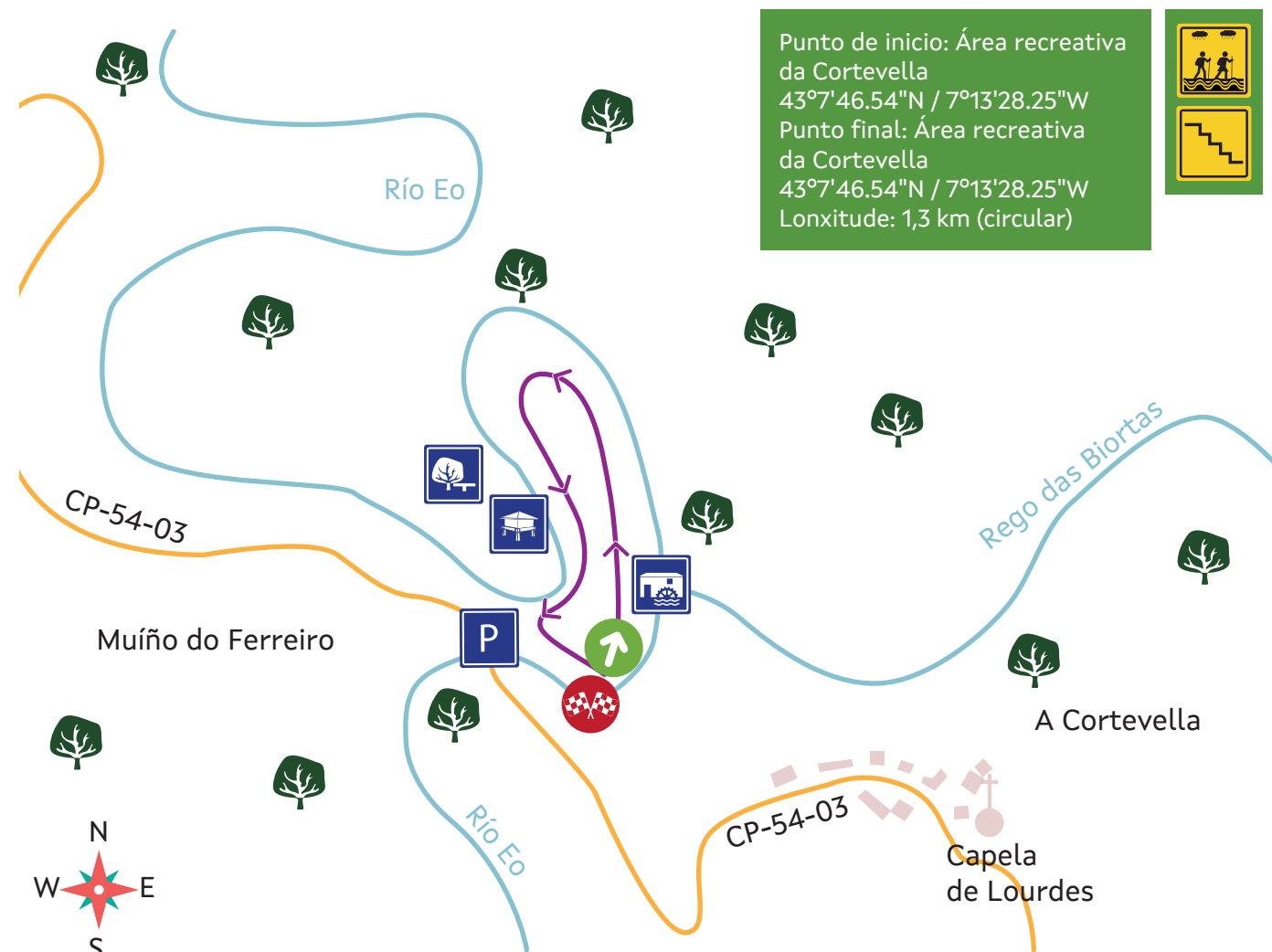
Sendeiro das corrizas

Esta área recreativa, situada a 20 km do **Cádavo**, capital do **concello de Baleira**, conta cun pequeno sendeiro circular que bordea os meandros do **río Eo** e arrodea a chamada **pena da Volta**. Na súa cima unha escultura de **San Francisco de Asís**, o santo amigo dos animais e a natureza, preside e protexe este privilexiado enclave natural.

Dende a súa altura, un pouco máis próximos ao ceo, enxérgase unha ampla paisaxe. Tamén dende aí poderemos contemplar os restos das numerosas ouriceiras que había

na zona, coñecidas localmente como corrizas, e que son construcións que servían para o almacenamento e afumado das castañas. Tamén vemos unha acea ou muíño de río que aínda conserva restos da maquinaria.

Como se trata dunha área de recreo, conta tamén cunha zona de merendeiro e, xunto a ela, uns chanzos que nos levan ao alto dun montículo sobre o que se recreou un hórreo de planta cadrada sobre pilares e con tellado de pizarra a catro augas, tipoloxía propia da zona.



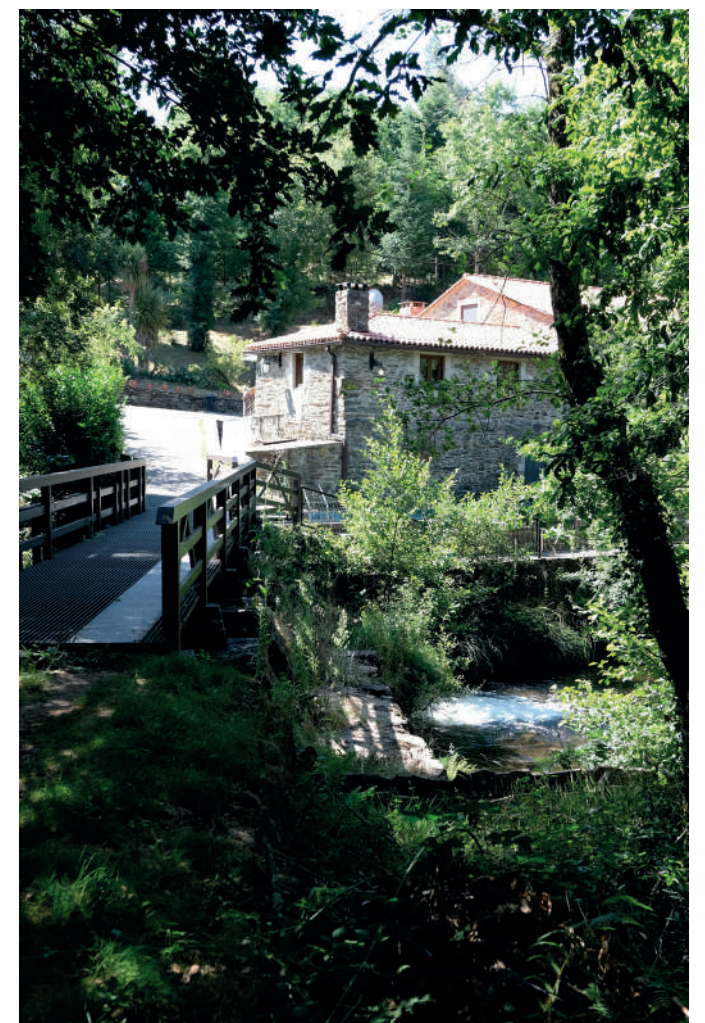
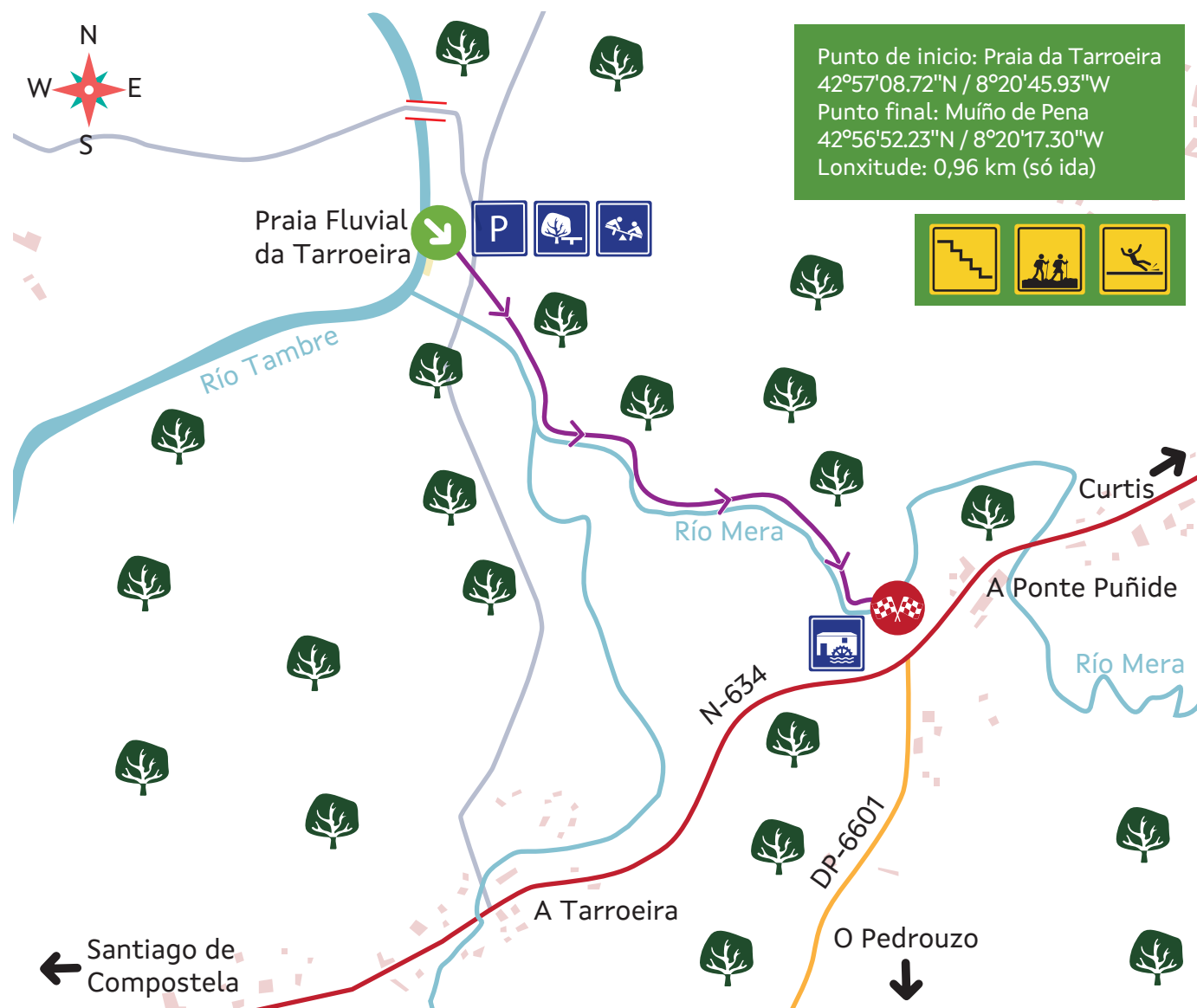
Da praia da Tarroeira ata o Muíño de Pena (O pino)

Senda botánica do río Mera

Accedemos a esta ruta dende a N-634 no **lugar da Tarroeira**, collendo un desvío sinalizado á esquerda para **Rabal**. Ao achegármonos á praia fluvial atoparemos unha área recreativa e diversos paneis interpretativos.

A senda botánica do **río Mera** está dividida en dous tramos. Nós escollemos o que vai dende aquí ata o **Muíño de Pena**. Un carreiro pola marxe dereita do río vai amosándonos a típica vexetación de ribeira, con amieiros, carballos

ou fentos. No noso percorrido atoparemos algunhas plataformas de madeira así como restos de muíños e poderemos gozar das pequenas fervenzas. Paneis explicativos dándonos información das especies arbóreas que nos arrodean. Nalgúns treitos convén poñer moita atención, xa que pode resultar esvaradío ou algo estreito. Os nosos pasos finalizan no xa mencionado **Muíño de Pena**, convertido en establecemento de turismo rural.



Pola ribeira do río Sarria (Sarria)

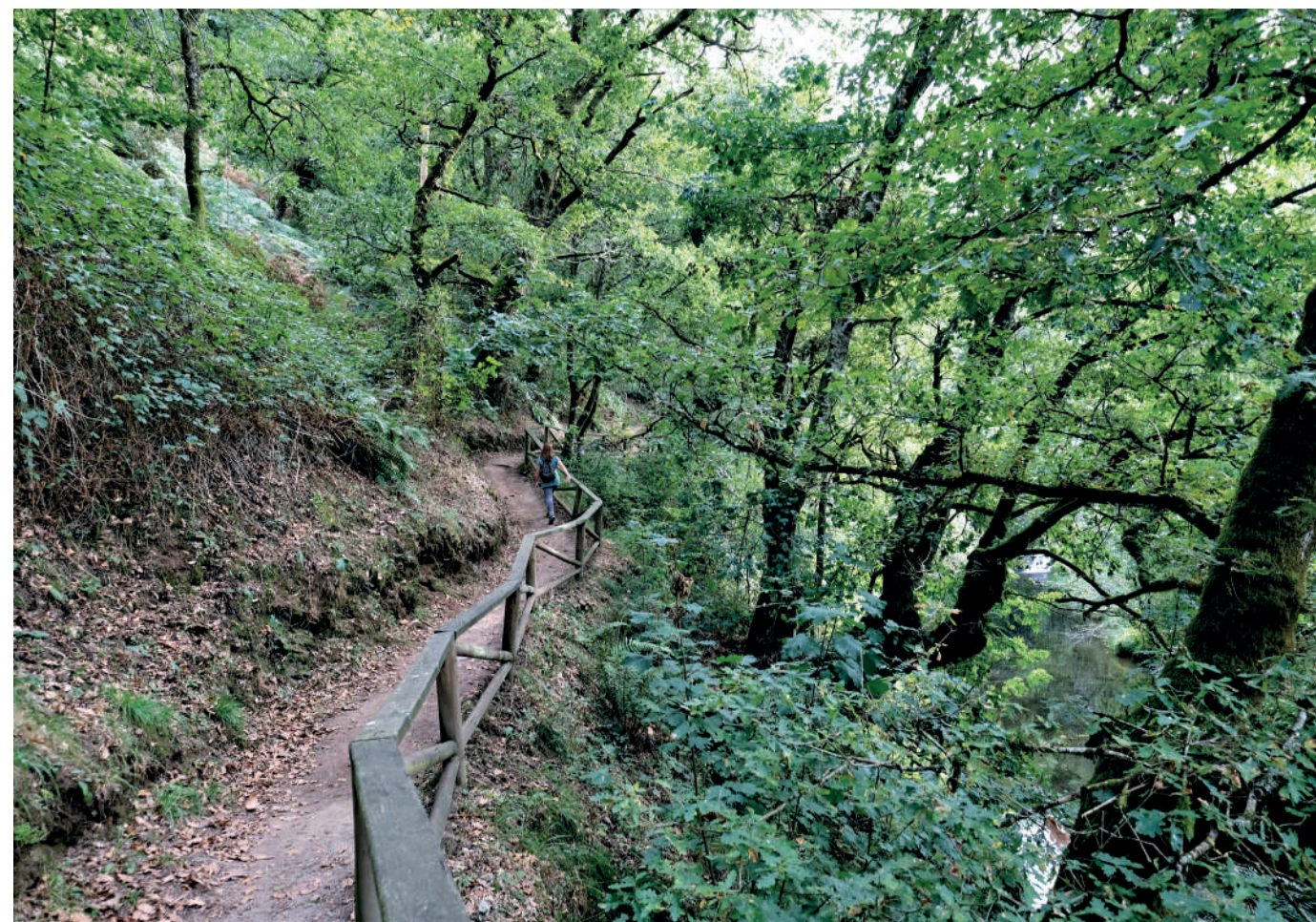
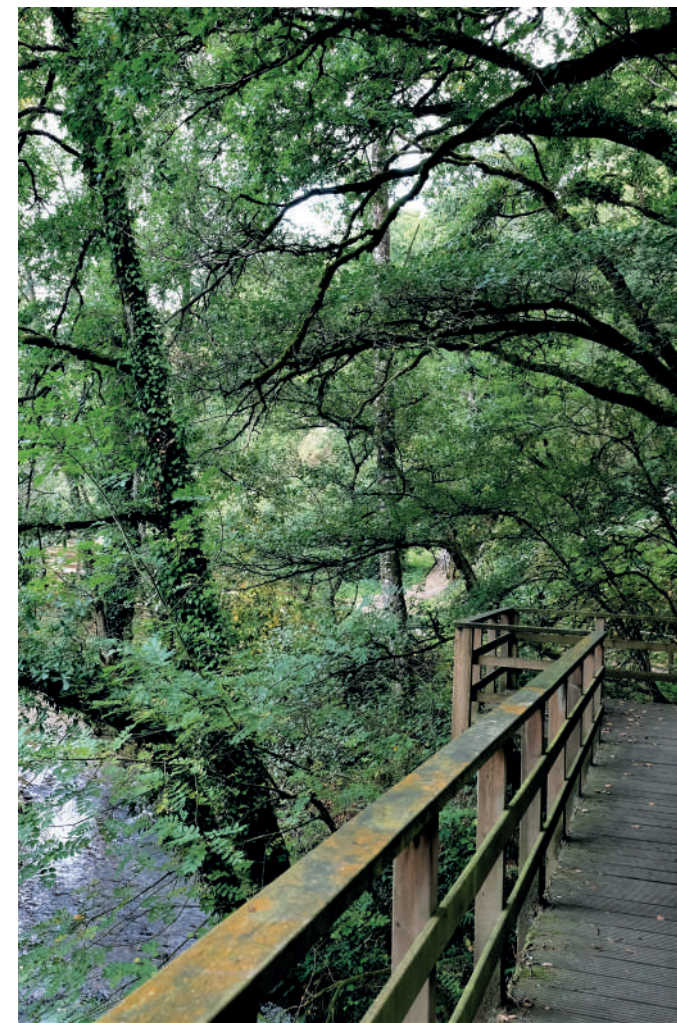
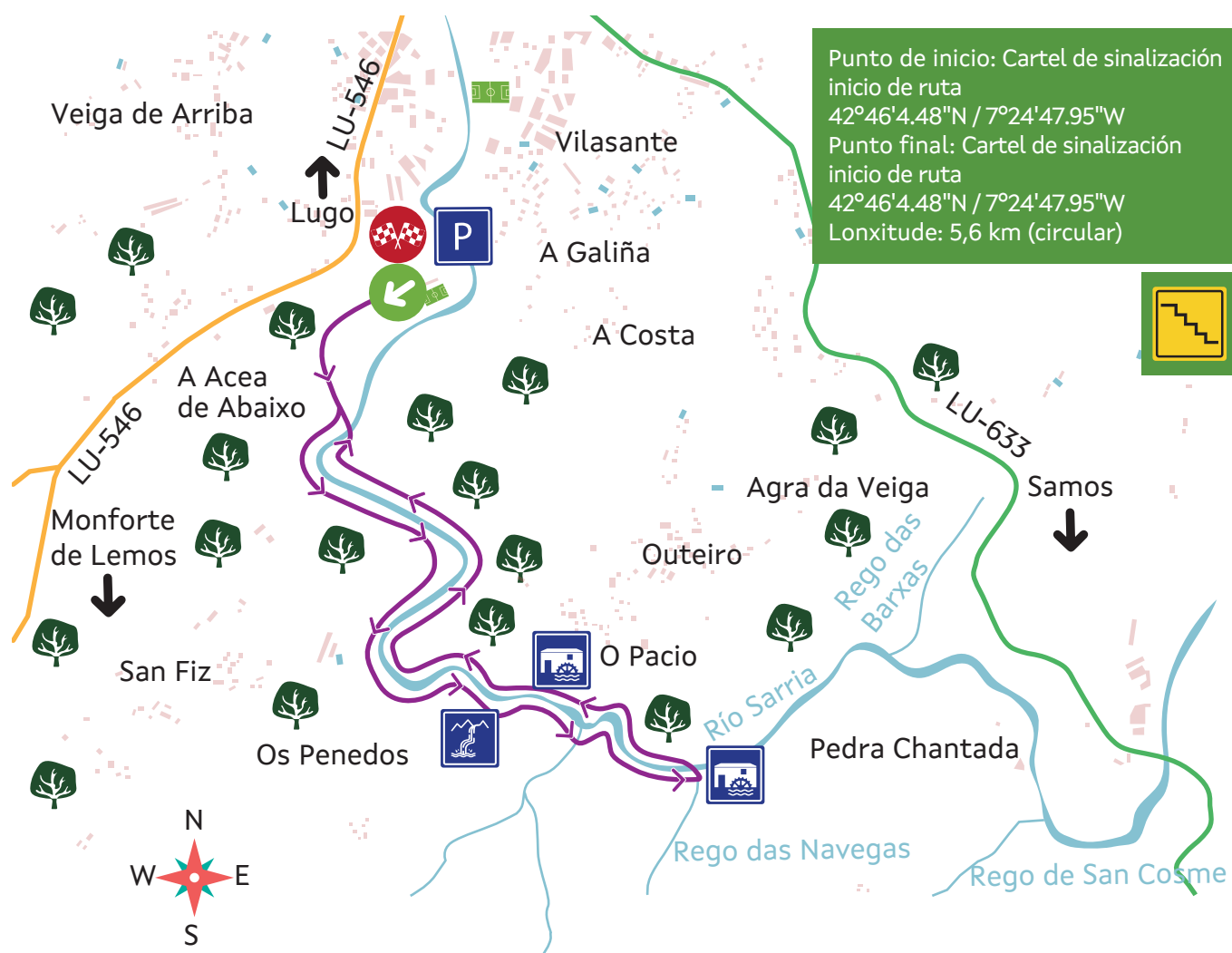
A foz das Aceas

"Sinte, Mira, Escoita, Toca, Saborea e Ule" é o lema que preside o camiño e que xa nos adianta que, sen dúbida, será unha prateira experiencia para os nosos sentidos.

Este bosque, á beira do **río Sarria**, convidanos a pasear e gozar da natureza lonxe do ruído da vila. Entre castiñeiros, ameneiros, carballos e pradairos discorre esta ruta circular de case 6 km, acondicionada con tarimas de madeira, bancos e paneis informativos sobre a flora, a fauna e os catro muíños que atoparemos no camiño: **acea de Baixo, acea de Riba, muíño de Conde e muíño de Regueiro**.

Todos os bosques galegos soen gardar algún segredo ou misterio e **As Aceas** non ía ser menos. Contan os veciños que nunha cova deste bosque se refuxiou un home, durante a Guerra Civil española, para salvar a vida. Dende entón ese lugar é coñecido como a **cova de Gaspar**.

Xunto a ela pasaremos no noso camiñar en dirección á **ponte de madeira de Fafián**, onde podemos cruzar o río para iniciar o camiño de volta pola outra marxe, na que atoparemos treitos con escaleiras que nos axudarán a salvar as zonas de maior pendente.



Na contorna do encoro de Vilasouto (O Incio)

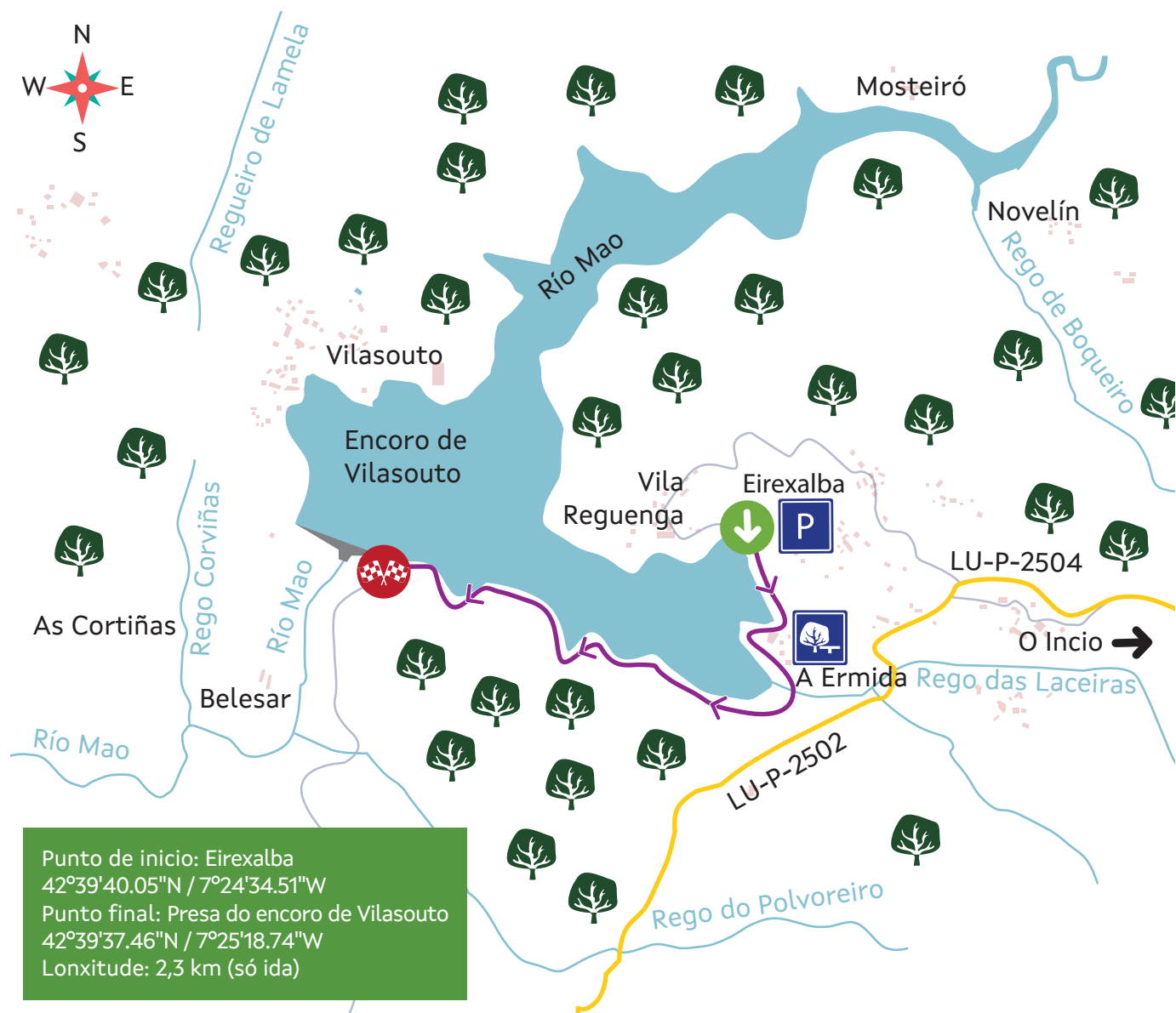
Polos mares interiores de Lugo

Este paseo bordea gran parte do **encoro de Vilasouto**, construído no ano 1969 sobre a conca do **río Mao**.

Partindo da **aldea de Eirexalba** podemos coller a pista asfaltada que da a volta ao encoro ou ben seguir unha senda paralela que discorre máis próxima ao lago. Trátase dun paseo sinxelo, moi apropiado para facer con nenos, que conta con zonas de merendeiro e

que, na súa última parte, nos ofrece un bosque no que atoparemos árbores moi variadas como castiñeiros, bidueiros, cerdeiras, freixos, ameneiros, chopos, salgueiros...

É unha paraxe ideal para relaxarse ou practicar algún deporte como a pesca, autorizada durante todo o ano para a captura de determinadas especies.



Da fábrica de papel aos cadoiros de Peilán (Piñor)

Sendeiro ecolóxico polo río Arenteiro

Un pequeno sendeiro pero sorprendente pola súa beleza e ideal para facelo en familia. Achegámonos pola N-525 ata o desvío a **Lousado**, no **concello de Piñor**, seguindo as indicacións para o sendeiro ecolóxico. Deixamos o vehículo xunto á antiga fábrica de papel, onde atoparemos un panel explicativo. A carón dunha canle axiña atopamos as fervezas no **río Arenteiro** e unha plataforma de madeira que nos serve de miradoiro deste recuncho tan fermoso.

O camiño segue río arriba ata a súa confluencia co **río Asneiros** e un conxunto de varios muíños, dos que o maior, de dobre moa, foi restaurado cando se acondicionou esta ruta de sendeirismo, que forma parte dunha maior (duns 15 km) que conforma a andaina popular. Regresamos polo mesmo camiño gozando do bosque de ribeira, dos sons do **Arenteiro** e, se o facemos en outono, camiñaremos por unha alfombra de follas multicolor.



Nas beiras do río Cabe (Monforte de Lemos)

Polo Condado de Lemos

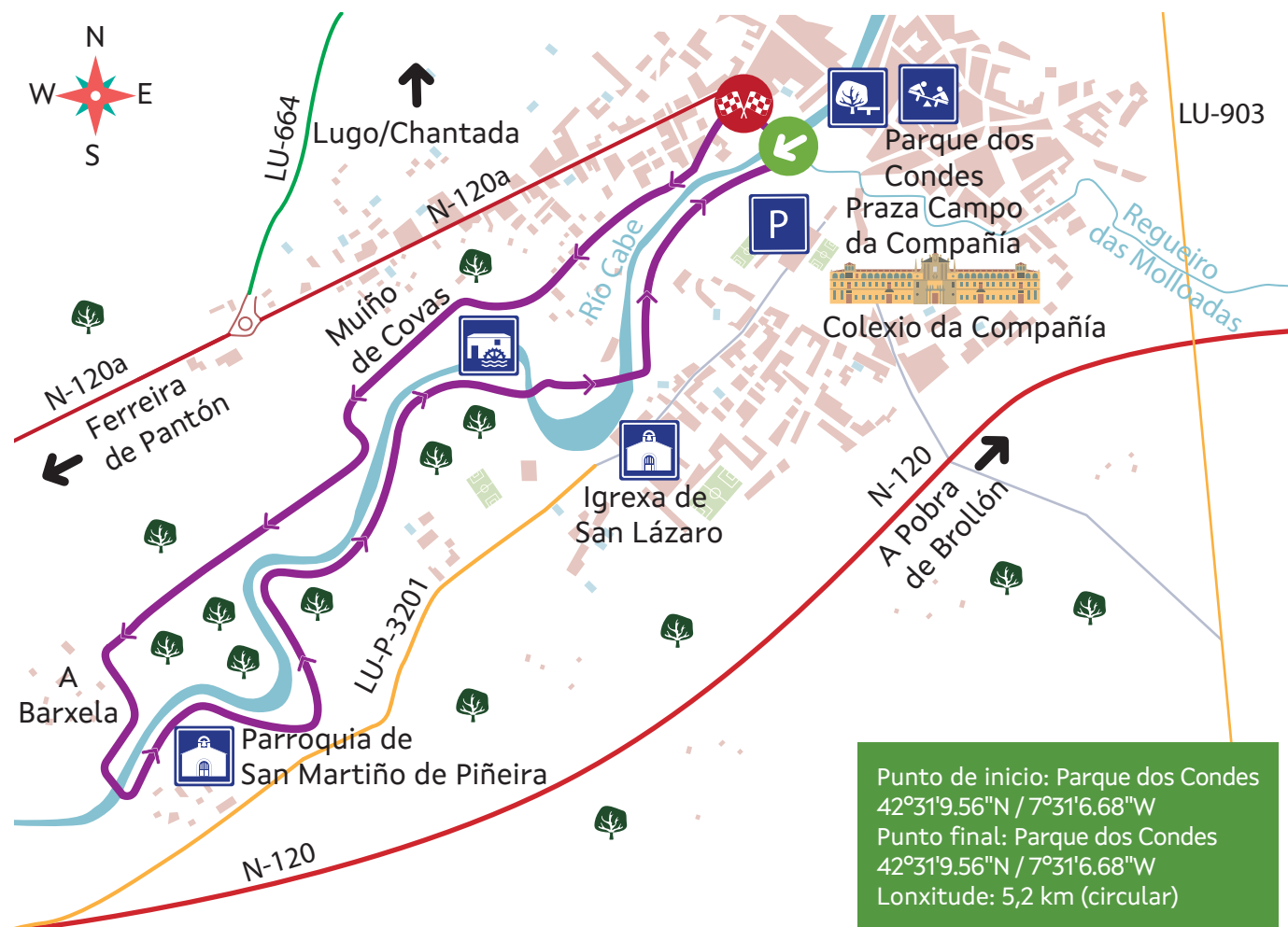
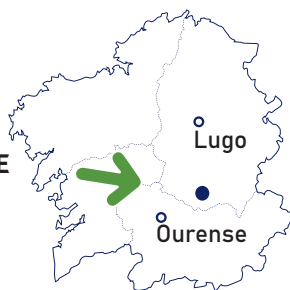
Monforte foi unha cidade sacra e condal que tivo a súa época de maior esplendor nos séculos XVI e XVII como capital do **Condado de Lemos**, un dos títulos nobiliarios máis importantes de **España**; e é precisamente aos condes e condesas da **Casa de Lemos** aos que lles debe o gran legado histórico-artístico que posúe.

Pero hai outro factor que xa no século XIX tivo tamén gran importancia no desenvolvemento desta cidade: a chegada do ferrocarril no ano 1883 convertiuna no principal nó ferroviario de **Galicia** por ser aquí onde se bifurcaba a liña procedente da **Meseta** cara **Vigo** e **A Coruña**.

A cidade está atravesada polo **río Cabe**, elemento vertebrador desta ruta circular que discorre dende o **parque dos Condes** ata a **parroquia da Piñeira**. Trátase dun sendeiro acondicionado para ser paseo polas dúas beiras do río que conta con varias pontes, zonas para a práctica do deporte e áreas de descanso.

Ademáis, no verán conta cun servizo de aluguer de barcas nas que poder navegar polo **Cabe** e que é, sen dúbida, un reclamo máis para converter este lugar nun sitio ideal para ser desfrutado tanto por veciños como por visitantes.

MONFORTE DE
LE MOS



Da ponte de Comboa ata a ponte colgante sobre a poza das Bestas (Soutomaior)

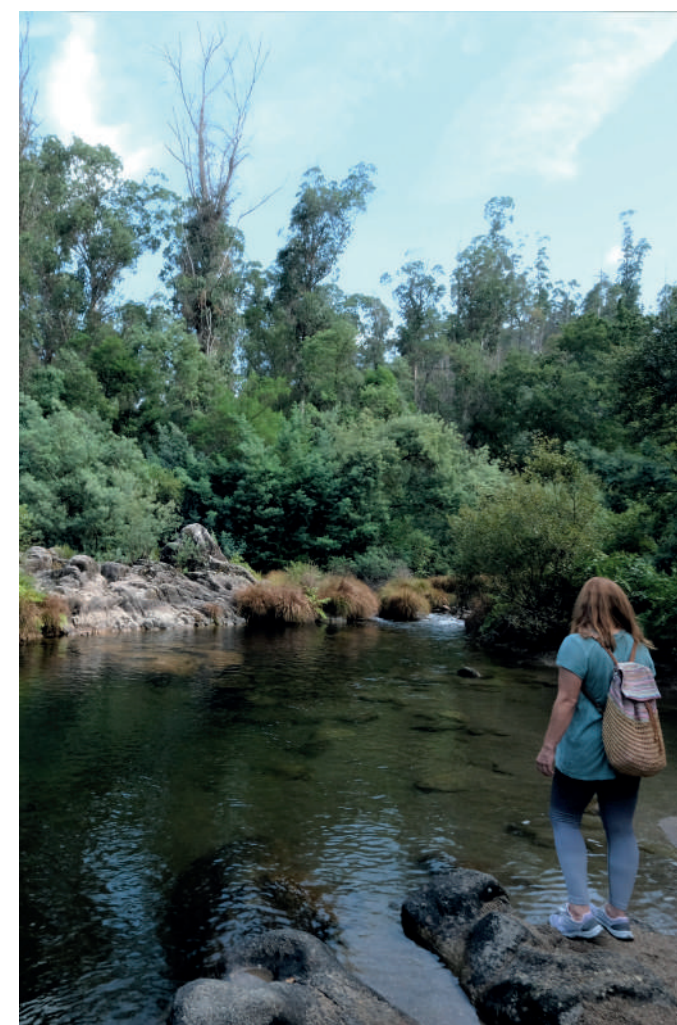
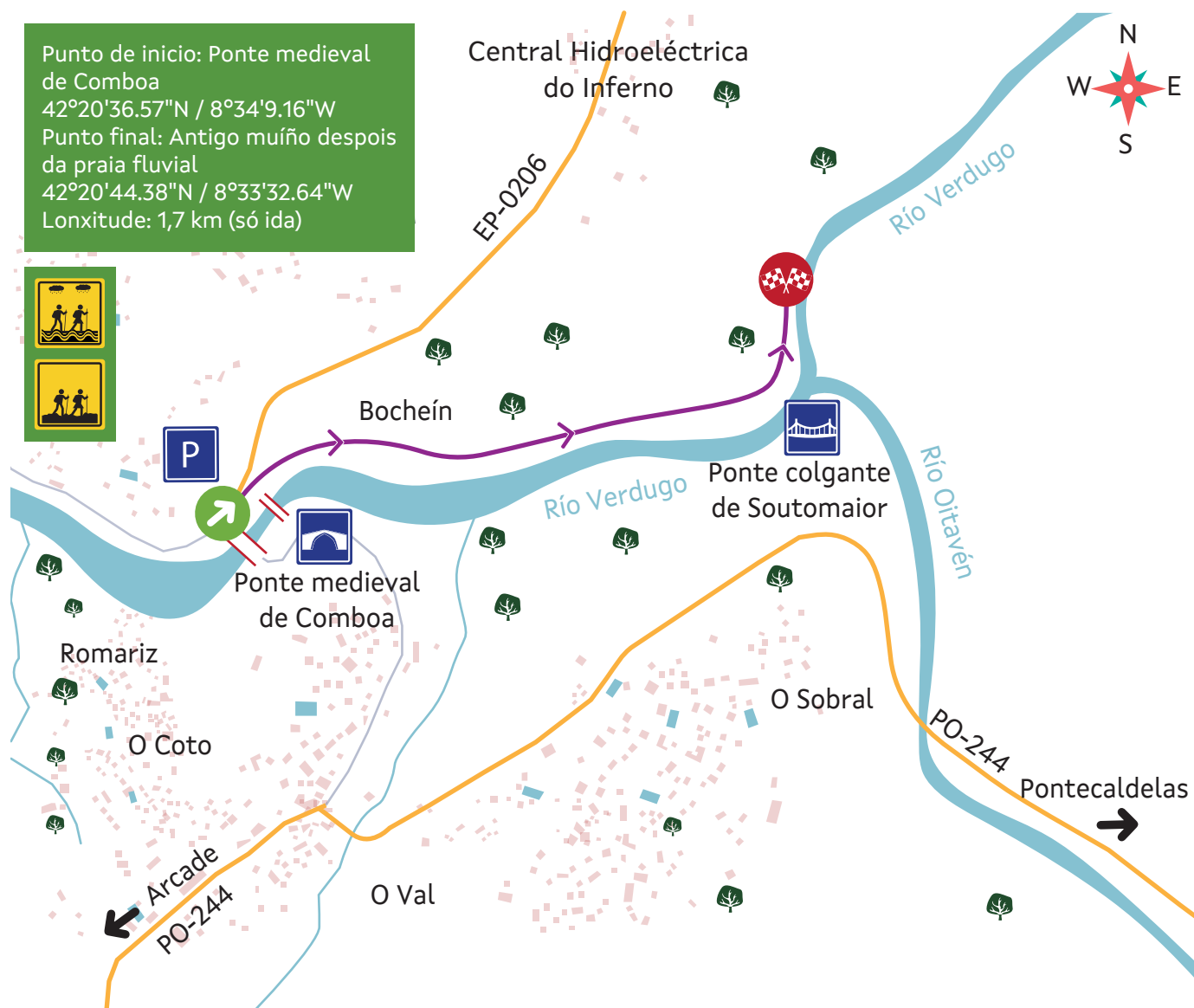
Entrepontes

Este paseo ten o seu inicio na **ponte medieval de Comboa**, formada por tres arcos dos que os laterais manteñen o medio punto mentres que o central é lixeiramente apuntado, e que data dos séculos XIII-XIV. Dende aquí percorreremos un sendeiro curto e de baixa dificultade que discorre, principalmente, entre árbores autóctonas de ribeira seguindo o **río Verdugo**. Aínda que todo o paseo é moi agradable, a verdadeira sorpresa prodúcese ao

chegar á ponte colgante, baixo a que podemos ver unha profunda poza coñecida como a **poza das Bestas** e unha pequena praia fluvial que a converten nunha interesante paraxe.

A partir de aí seguiremos camiñando uns metros, agora á beira do **río Oitavén**, ata chegar a un antigo muíño para volver despois sobre os nosos pasos e facer o camiño de volta.

SOUTOMAIOR



Da ponte da Cruz ao pozo dos fumes (Boborás)

Camiños do Ribeiro

Temos dúas opcións para facer esta ruta, unha sería deixar o vehículo en **Pazos de Arenteiro**, e achegármonos ata a **ponte do Sepulcro** para continuar río arriba. Pero a que vos propoñemos sería iniciar os nosos pasos na chamada **ponte da Cruz**, apenas queda un arco sobre o **río Avia**, que deberemos cruzar con coidado. Unha vez aquí, seguiremos o curso do **río Arenteiro** dende a súa desembocadura no **Avia** por un camiño que estará alfombrado de follas en outono. O son das súas augas vai acompañarnos durante todo o percorrido, no que atoparemos paredes de pedra seca, (forma tradicional de levantar muros) cubertos de vexetación, as ruínas dun muíño e o cruce do camiño que sube á **aldea de Cabanelas**. De seguido cruzaremos a chamada **ponte do Sepulcro**, en cuxa arcada maior atopamos gravada na clave a **Cruz do Santo Sepulcro**,

antiga orde monástica que pasou a chamarse de **San Xoán**, que tiña unha encomenda na aldea próxima de **Pazos de Arenteiro**. Colleremos o carreiro que vai pola marxe dereita do **Arenteiro**, con varios treitos en pasarela, nos que haberá que prestar atención para non esvarar. Os últimos pasos lévannos ata un penedo con varanda no que poder gozar do espectáculo da ferverza denominada **pozo dos Fumes** e da piscina natural que forma tras a súa caída.

O regreso farase polo mesmo sendeiro gozando do espectáculo do bosque de ribeira dominado polos amieiros pero no que tamén atoparemos carballos, castiñeiros e algún érbedo, sinfonía de cores no outono e explosión de verdes na primavera.

BOBORÁS



Da área termal de Barbantes a Laias (Cenlle)

Paseo termal do río Miño

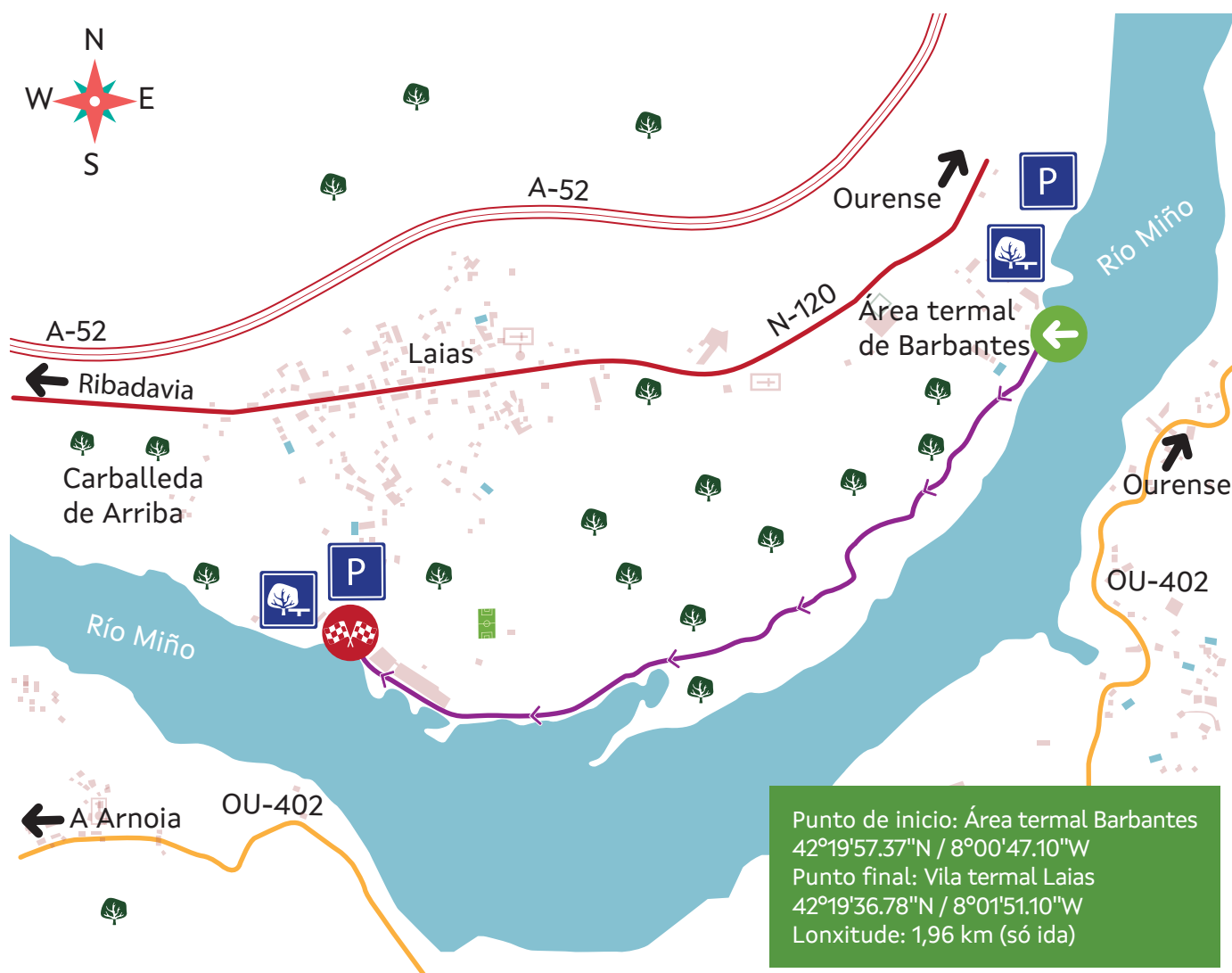
Esta ruta lineal de apenas 2 km comeza na **área termal de Barbantes**, que conta con varias piscinas de augas hipotermas e servizos turísticos estacionais. É perfectamente apta para facela en familia, xa que é totalmente chaira, e recomendable tamén para bicicletas.

Baixo o nome de ruta do **Miño**, a senda non ten perda, contando con algunhas balizas de sinalización e paneis explicativos sobre a fauna e flora que podemos atopar no noso percorrido. Primeiro entramos nunha zona boscosa na que veremos algún exemplar de

sobreira, acivros, pero que está dominada pola presenza de carballos máis ben novos, que permitirán protexernos nos días de extrema calor que se dan na bacía do **río Miño**.

Logo imos pola beira do río, tratando de albiscar anátidas, garzas ou corvos mariños, que aproveitan as súas ribeiras para agocharse.

E de seguido atoparemos as instalacións da **vila termal de Laias** onde remataremos este paseo ao pé da **ermida de San Bieito**.



Polo encoro de Cachamuíña (O pereiro de Aguiar)

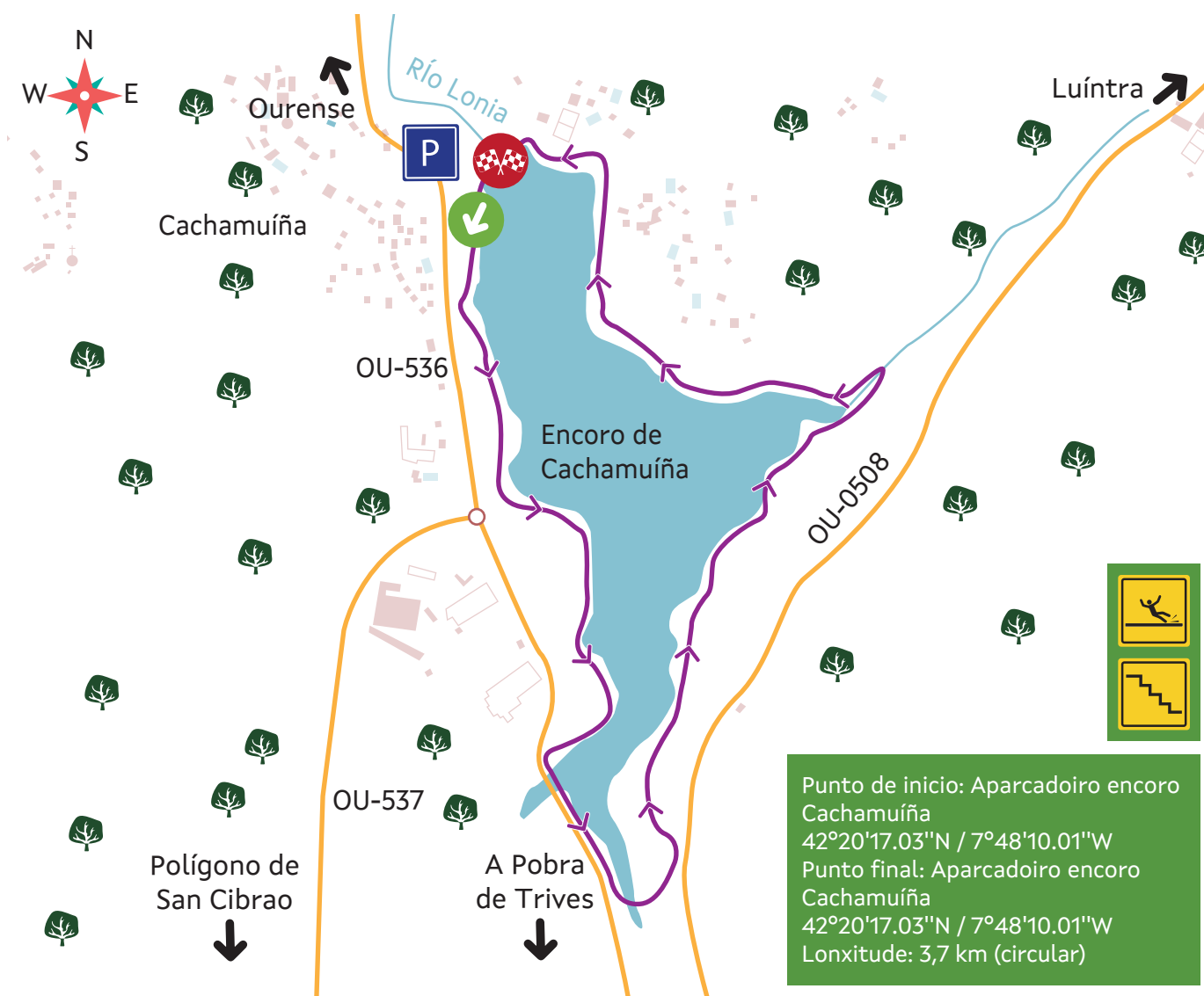
Remanso do río Lonia

Comezamos o percorrido ao pé da presa do **encoro de Cachamuíña**, onde existe un aparcadoiro. Collemos a pista de terra que sae pola nosa dereita pola beira sur, entre piñeiros e os sons de paxaros. De seguido atopamos un parque biosaudable e unha pasarela que evita a estrada de Trives, chegando a un recuncho do encoro que cruzaremos por unha pequena ponte. O camiño sube un chisco, cuns chanzos, único atranco para os ciclistas, e vai bordeando o lado norte por todos os currunchos que fai o encoro ata chegar á presa que cruzaremos,

gozando da vista do **río Lonia** que vai na busca do **río Miño** entre bosques de ribeira dominado polos amieiros.

O **encoro de Cachamuíña** ofrece un paseo circular, moi doado para facer en familia, sobre todo nos días de calor da bacía ourensá, e segundo as épocas do ano poderemos albiscar gran número de aves, como anátidas, corvos mariños e outras especies que viven nos hábitats acuáticos e forestais. Hai que prestar atención no derradeiro tramo e na presa, xa que se comparte o espazo co tráfico rodado.

O PEREIRO DE AGUIAR

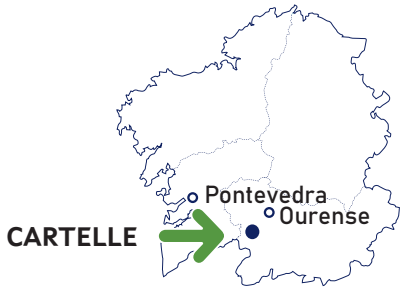
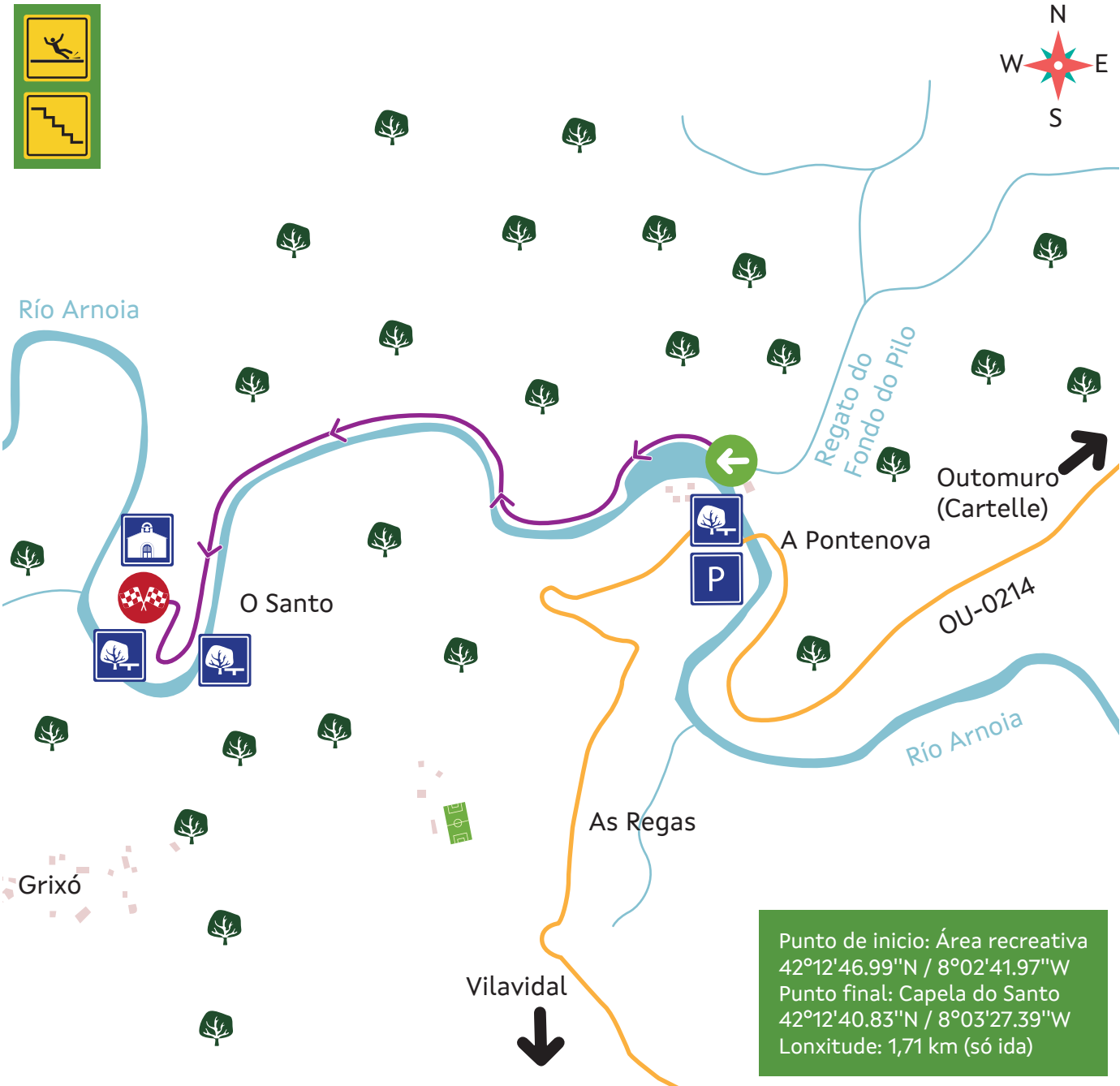


Da Pontenova á capela do Santo (Cartelle)

Ruta do Outeiro do Santo

O noso paseo comeza na **área recreativa e praia fluvial da Pontenova** á beira do **río Arnoia**, que imos seguir o seu curso no seu devalar cara o **Miño**, ás veces tranquilo e repousado e outras formando pequenas fervenzas. Atravesando unha zona boscosa

de ribeira formada por amieiros entre outras árbores como carballos e castiñeiros achegarémonos ata a **capela de San Bartolomeu**, agochada entre a fraga, nun outeiro sobranceiro nun meandro do **río Arnoia**, que conta con outra zona de lecer.



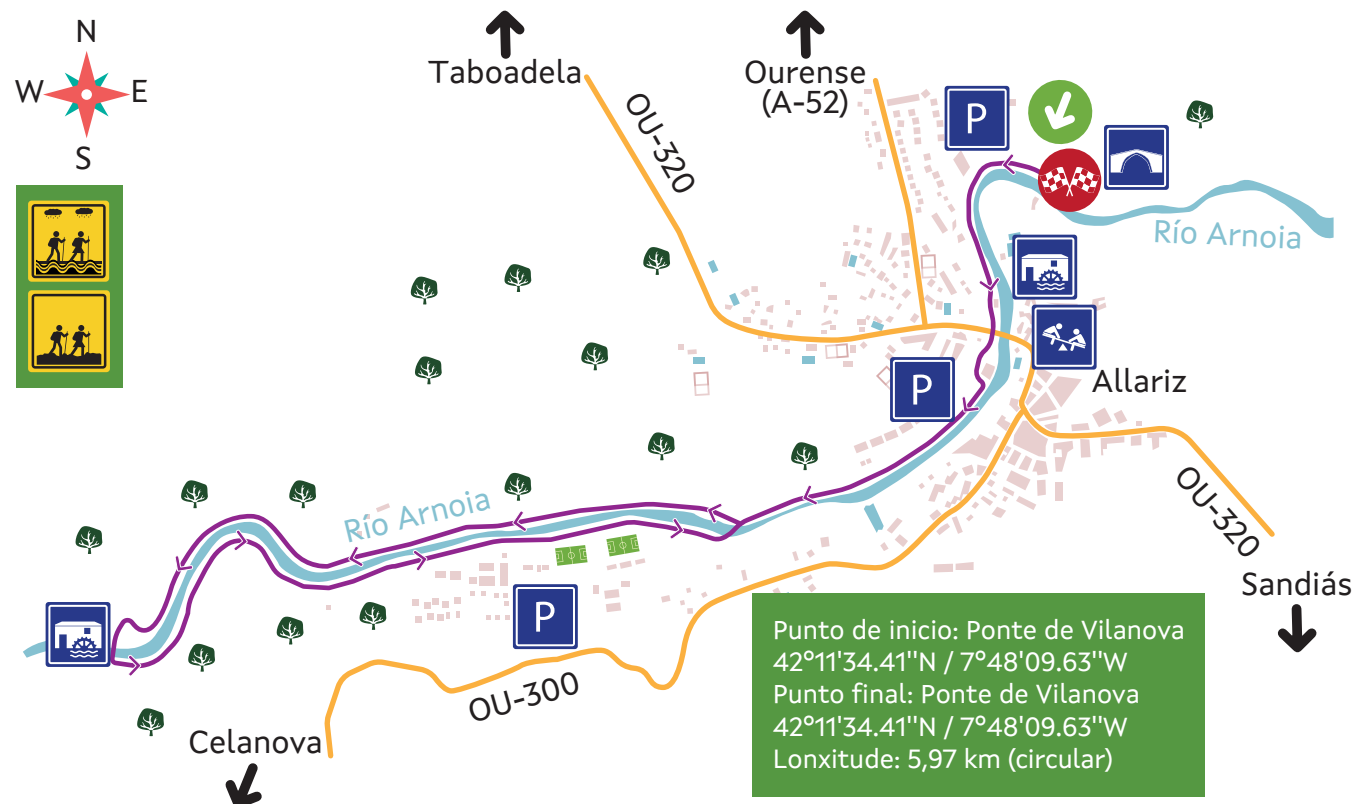
Da ponte de Vilanova ao Briñal (Allariz)

O río que viu nacer Allariz

O percorrido que propoñemos parte da **ponte románica de Vilanova** sobre o **río Arnoia**, que nos vai acompañar durante o noso paseo. Primeiro gozaremos do treito máis urbán, no entorno da **Alameda** e do **Parque Etnográfico** coa **fábrica de curtidos dos Nogueira (Museo do Coiro)**. A continuación, sempre pola marxe dereita, a senda bordea o recinto do **Festival Internacional dos Xardíns**, un espazo no que anualmente se desenvolve un concurso internacional con propostas de diversos equipos de paisaxismo. De seguido atoparemos unha ponte de madeira que podemos cruzar se queremos optar por ir polo lado esquerdo do río.

A nosa proposta é seguir pola beira pola que viñamos, pasando por unhas poldras tradicionais, pedras que facilitan o paso por unha zona anegada. Atravesando un

bosque de ribeira formado sobre todo por amieiros imos gozar do tranquilo devalar do **Arnoia** ata chegar ao **Briñal**, onde se atopa o antigo muíño e a casa do mesmo nome, que funcionaron como aloxamentos de turismo rural. Cruzamos o río por unha pontella tradicional, non vos perdades o detalle dunha pedra cunha inscrición relixiosa. Dende a outra beira observaremos mellor a queda que fai o **Arnoia** ao estar represado. O regreso á vila facémolo pola marxe esquerda, pasando polo camping, o **centro hípico e deportivo do Seixo**, ata atopar a pasarela de madeira que permite cruzar o río, regresando de novo pola marxe dereita retomando o camiño inicial ata a **ponte de Vilanova** onde, se cadra, poderemos ver pasar peregrinos cara a **Compostela**, xa que estamos nun treito do **Camiño de Santiago** que forma parte da **Vía da Prata**.



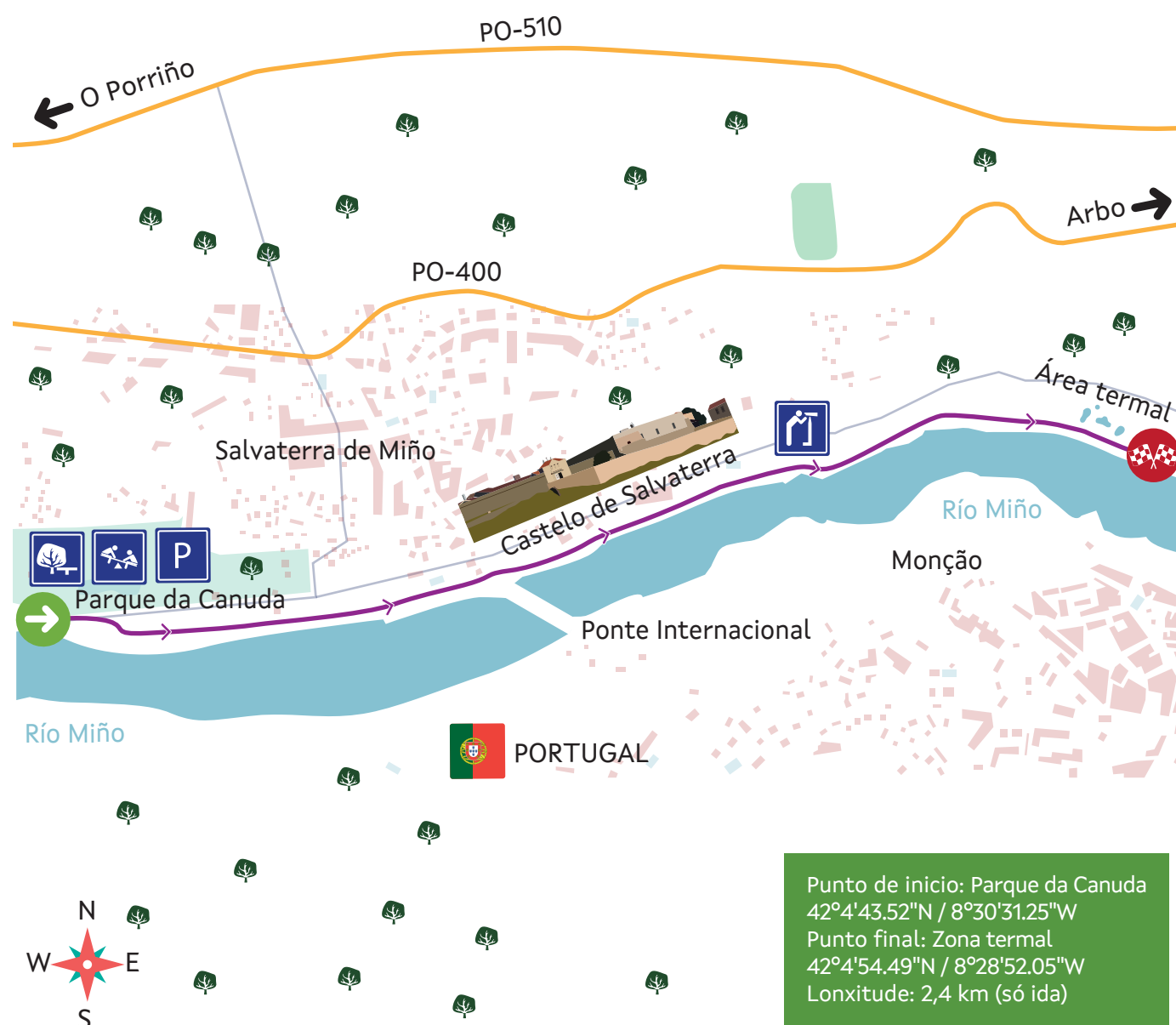
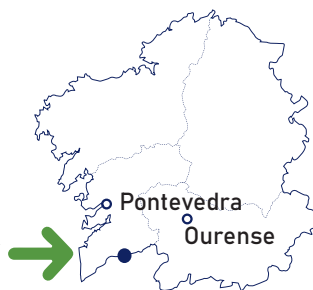
Dende o parque da Canuda ata a área termal (Salvaterra de Miño)

Un xardín sobre o Miño

Este paseo comeza no **parque da Canuda**, no **concello de Salvaterra de Miño**, que con máis de 200.000 m² é un espazo natural que conta con instalacións deportivas e carril bici, ademais de multitude de opcións para desfrutar cos máis pequenos como un enorme parque infantil, unha aula da natureza e ata un lago con barcas de recreo. A partir de aí, o noso paseo discorre na súa totalidade a carón

do **río Miño**, que actúa de fronteira natural con **Portugal**. Despois de percorridos 1,7 km temos a opción de subir unhas escaleiras ata un miradoiro dende o que poder desfrutar das estupendas vistas panorámicas da localidade portuguesa de **Monção**, para retomar despois de novo a senda que nos levará ata as termas naturais nas que remata o noso camiño.

SALVATERRA
DE MIÑO



Punto de inicio: Parque da Canuda
42°4'43.52"N / 8°30'31.25"W
Punto final: Zona termal
42°4'54.49"N / 8°28'52.05"W
Lonxitude: 2,4 km (só ida)



Revoltas do río Tamuxe (Oia)

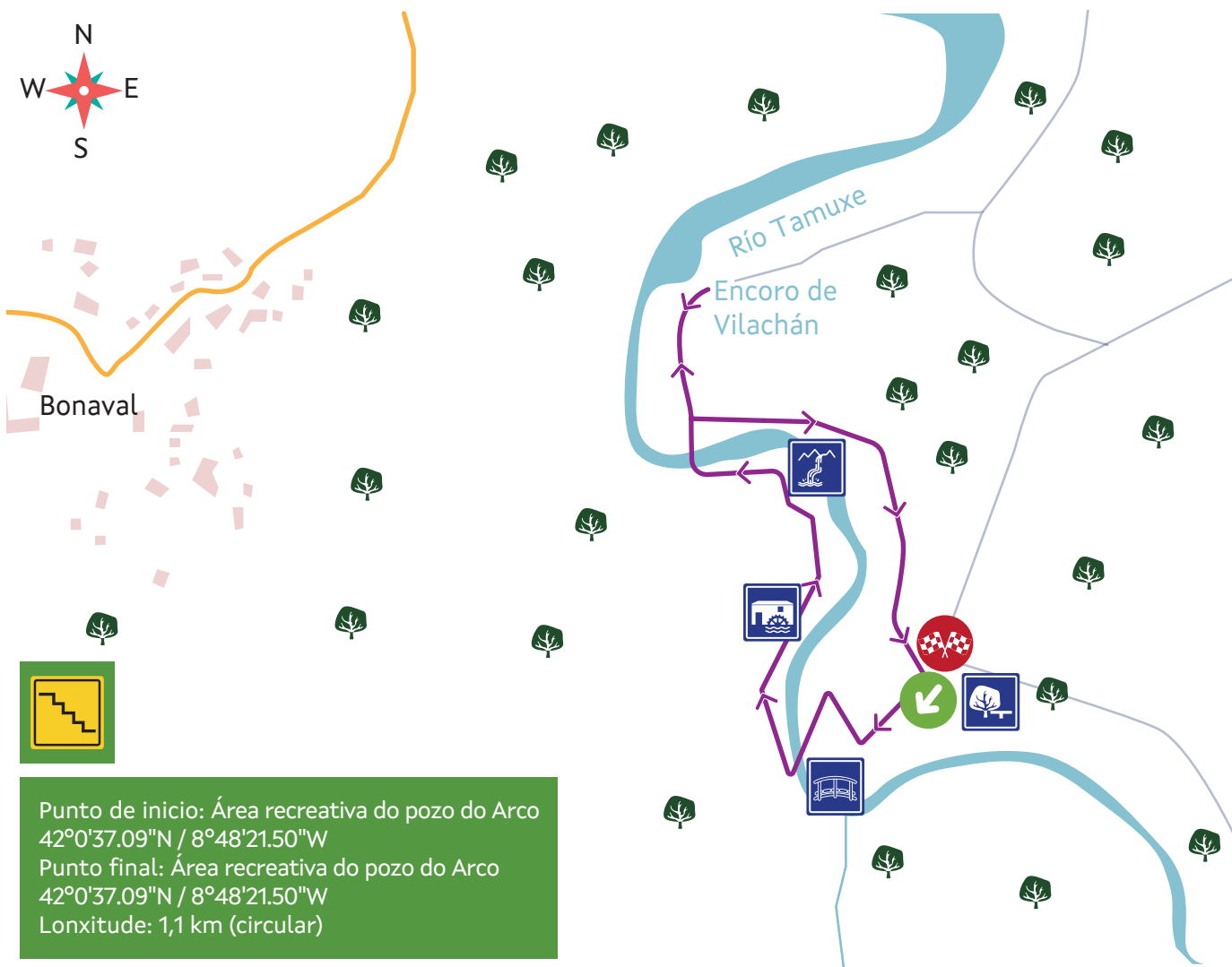
Ruta do pozo do Arco

Na **parroquia de Burgueira (Oia)**, na **comarca do Baixo Miño**, atopamos esta pequena ruta circular de pouco máis de 1 km que discorre á beira do **río Tamuxe**, tamén chamado **río Carballas**.

O paseo parte dende unha área recreativa, unha zona de piñeiros con bancos e merendeiro, dende onde xa vemos unha ponte de madeira que atravesa o río. Durante o noso percorrido, atoparemos dous muíños fariñeiros restaurados, ao lado dos que podemos ver os restos das moas de pedra que se usaban para triturar o gran.

Poderemos observar tamén como o río descende formando rápidos e pequenos saltos de auga que dan lugar a pozas ou piscinas naturais con profundidade suficiente como para poder darnos un baño nos días de máis calor.

Un pouco máis arriba da fervenza atópase o **encoro de Vilachán**, construído no ano 1993 e situado 150 m río arriba. Deixando agora o **Tamuxe** á nosa dereita, descenderemos por unha pista forestal para chegar de novo ao punto de partida.



Na procura de fervezas

Vieiros (Quiroga)

fervenza do Belelle (Neda /fene)

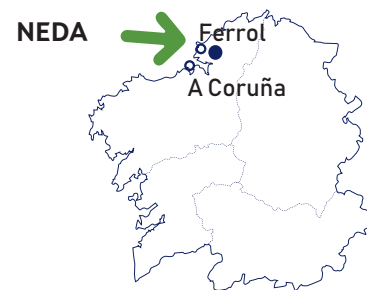
O bruar da natureza

Ruta compartida por **Neda e Fene**, xa que empezaremos no aparcadoiro situado a carón do pazo chamado de **Isabel II**, antiga fábrica de tecidos.

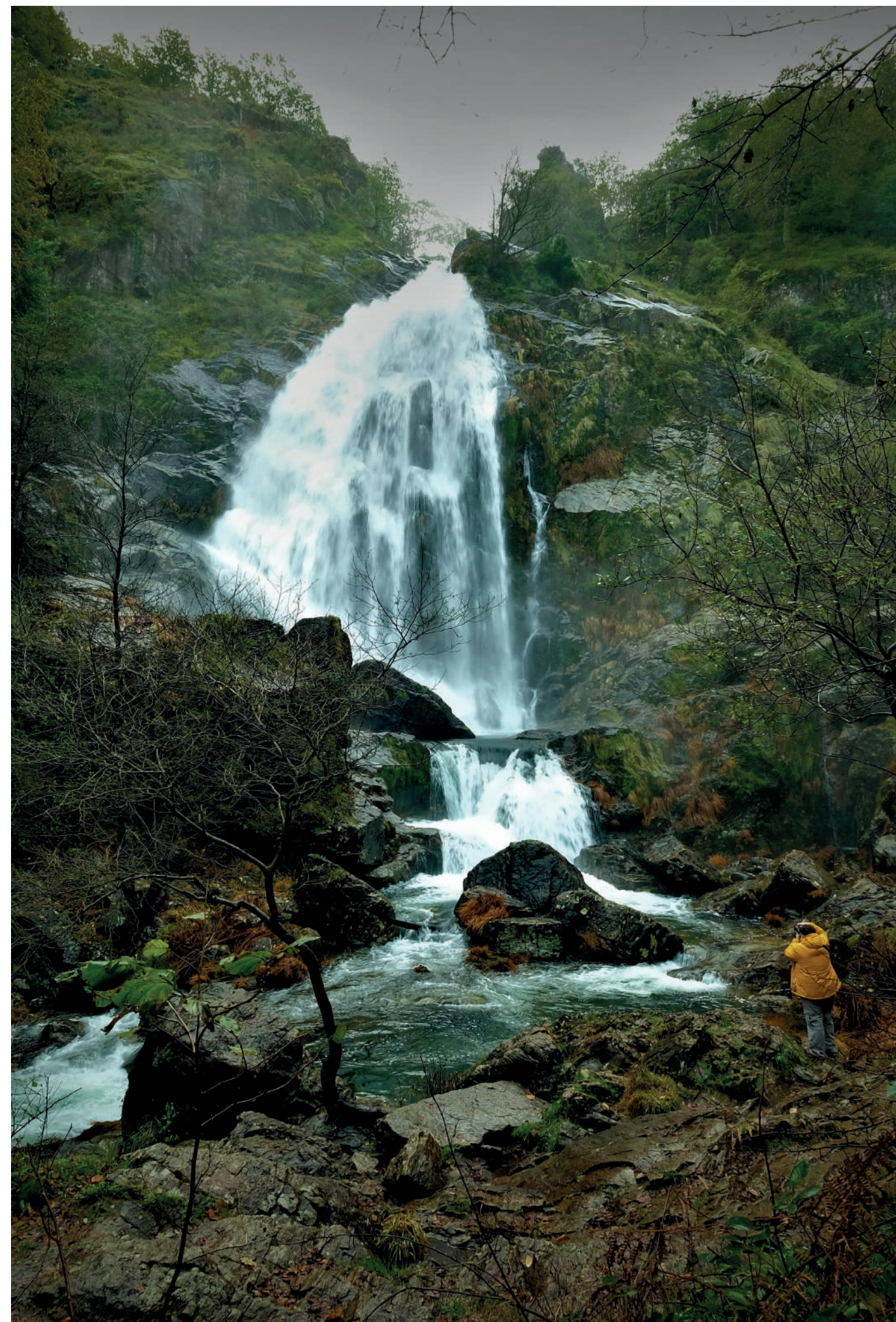
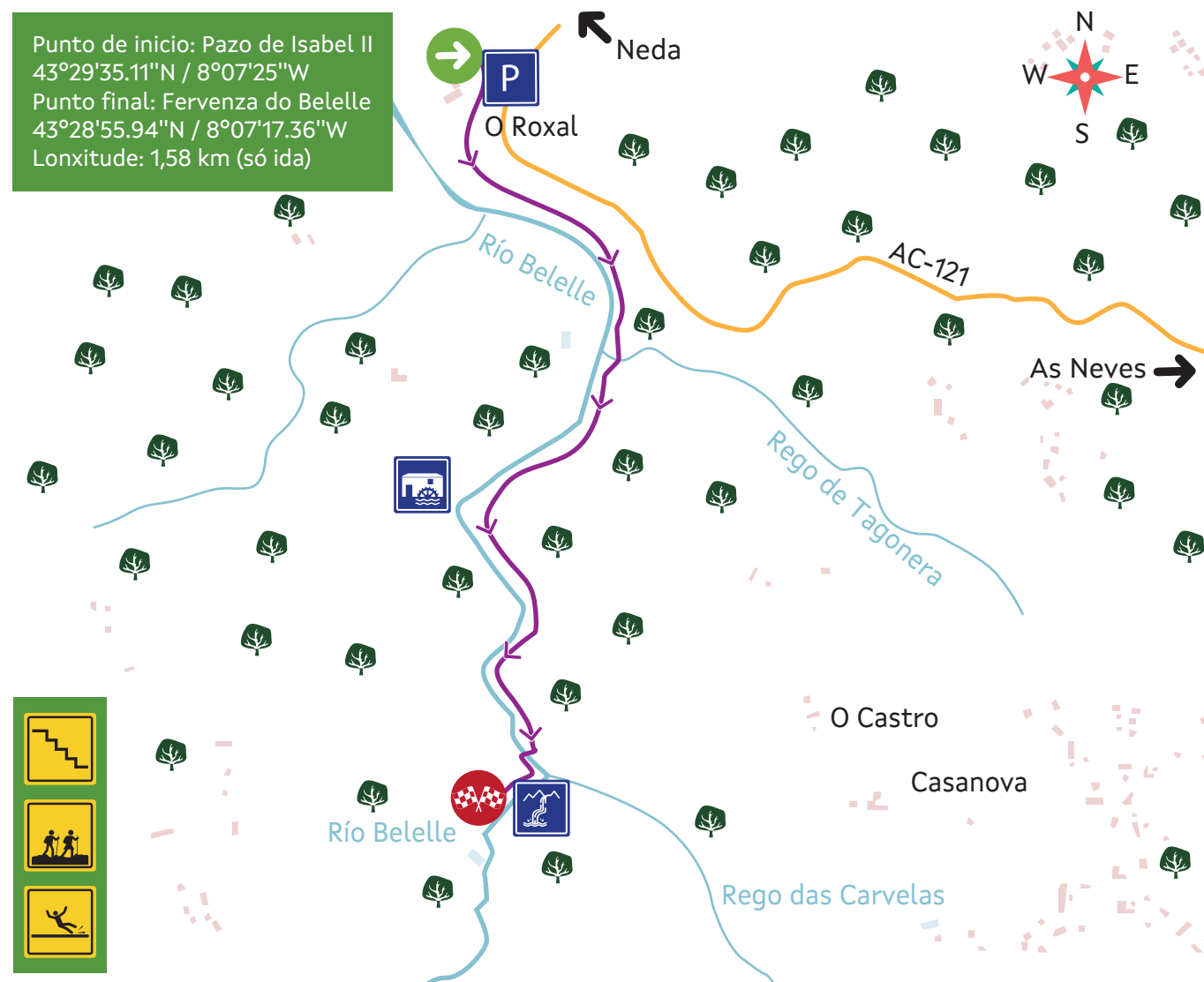
O primeiro treito é unha pista asfaltada que pasa xunto ao **muíño da Barcia**, no **Parque Micolóxico do río Belelle** e de seguido chegaremos a unha minicentral eléctrica. Aquí atravesamos o **río Belelle** onde uns paneis nos informan das distintas opcións a percorrer. Unha delas é seguir o camiño que

nos levará ata o pé da ferverza, de máis de 40 m de altura. Cómpre facer atención, sobre todo en períodos de choiva, xa que o terreo pode ser esvaradío. Outra posibilidade é seguir o carreiro, que ten unha certa pendente, e achegarnos a un miradoiro de madeira.

A terceira opción sería subir ata o **miradoiro de Viladonelle**, por unhas escaleiras e un camiño que temos sinalizado na central hidroeléctrica, á mán esquerda, xusto antes de cruzar o río.



Punto de inicio: Pazo de Isabel II
43°29'35.11"N / 8°07'25"W
Punto final: Ferverza do Belelle
43°28'55.94"N / 8°07'17.36"W
Lonxitude: 1,58 km (só ida)

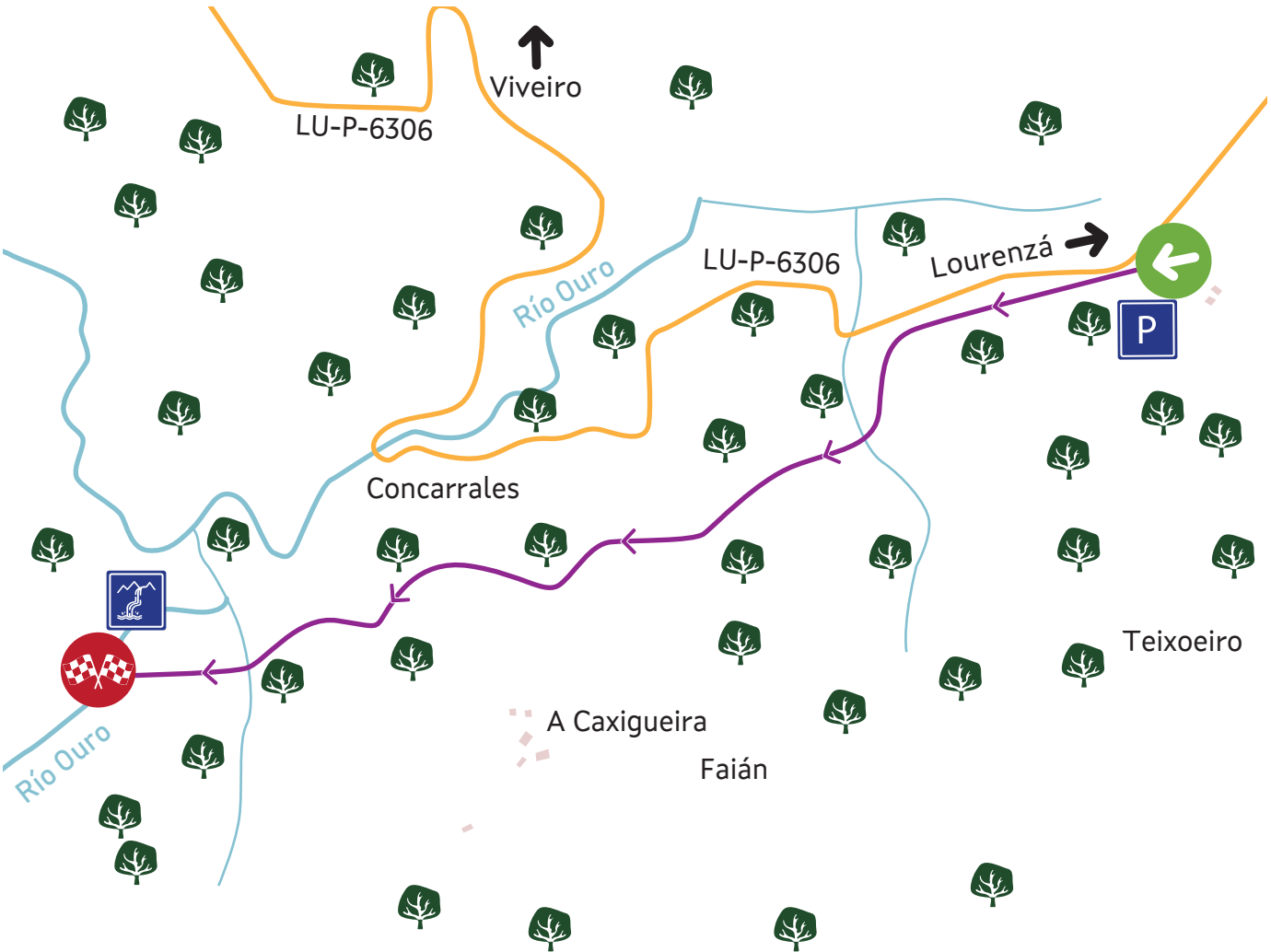


fervenza do Escouridal (Alfoz)

Choiva do río Ouro

Esta ruta situada na **serra do Xistral** vai nos permitir contemplar un sobranceiro espectáculo natural. Entre tobogáns, saltos e viravoltas o **río Guilfonso** debrúzase contra a rocha granítica dende un precipicio de 80 m, separando os **concellos de Alfoz e O Valadouro**.

O acceso faise baixando por unas escaleiras con varandas que facilitan un descenso seguro. Pero se queremos apreciala en todo o seu esplendor, atopamos unha pequena corda que nos axudará a ascender sobre as rochas para acercarnos aínda máis aos pés da mesma.



Punto de inicio: Punto sinalizado de inicio da ruta
43°28'59.69"N / 7°28'57.66"W
Punto final: Fervenza do Escouridal
43°28'41.25"N / 7°29'51.13"W
Lonxitude: 2,2 km (só ida)



03

fervenzas da Rexidoira (Oza-Cesuras)

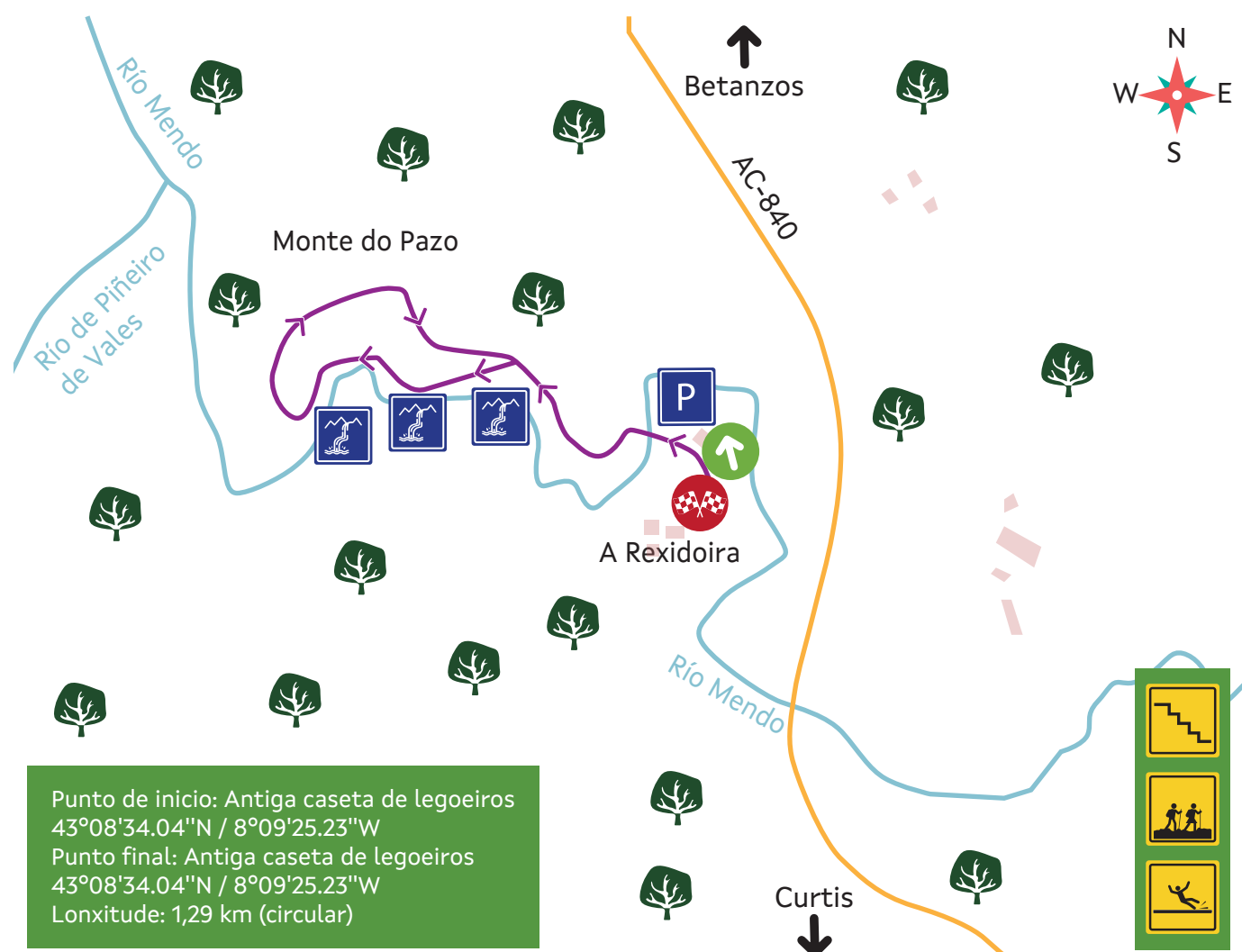
Roxe o río Mendo

Trátase dun curto paseo, cun certo grao de dificultade, que nos permitirá coñecer varias fervenzas no **río Mendo**.

Comezamos a nosa andaina xunto á antiga casa do legoeiro, onde unha estrutura de madeira ofrécenos á oportunidade de xogar e coñecer algúns dos oficios da contorna. De seguido, tras cruzar o río sae unha pista de terra que nos achegará ás fervenzas. Está sinalizado como **SM17**, da rede das **Sendas do Mandeo**. Tras apenas 200 m aproximadamente atoparemos un sinal que nos leva decontado

ata as fervenzas 1 e 2. Cómpre facer atención no percorrido a partir de aquí xa que se trata de apenas un carreiro, que pode ser esvaradío, sobre todo en época de choivas. De feito existe un atallo que pode levarnos do cadoiro 2 ao 3, pero recomendamos voltar e seguir a senda marcada. Tras poucos m atoparemos a baixada cara a esta última, chamada o **pozo da Ola**. Retomando o camiño seguiremos cara á derradeira fervenza, denominada **O Batán**. O regreso faise seguindo os sinais por un carreiro que nos leva á pista forestal que seguiremos ata o punto de inicio.

OZA-CESURAS



Seimeira de Vilagocende (A fonsagrada)

A fonte das fadas

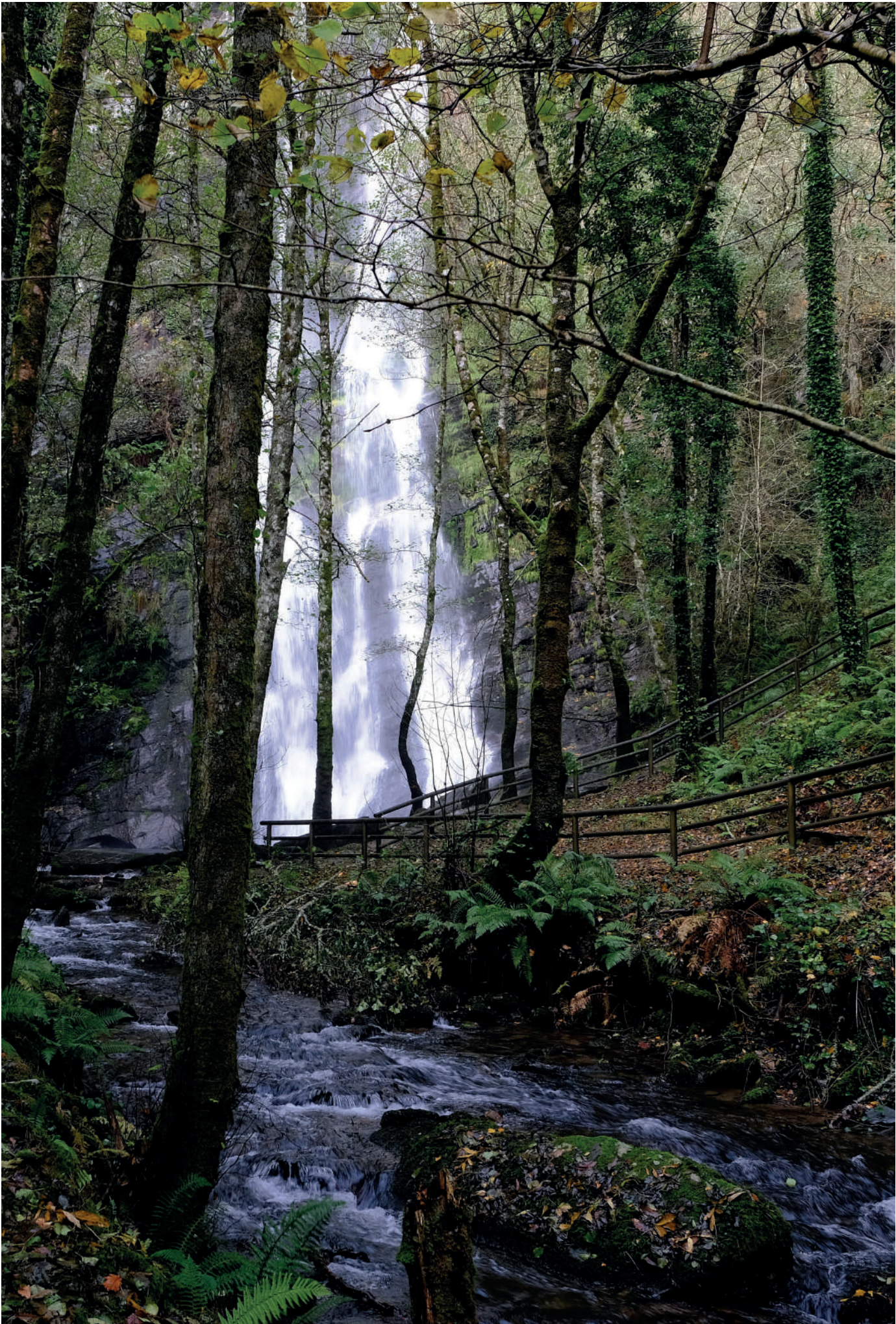
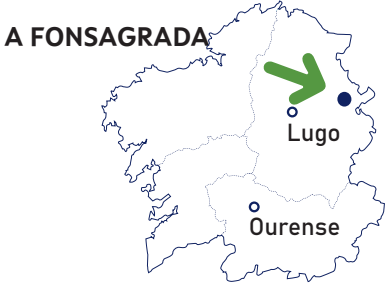
Trátase dunha senda de dificultade baixa, xa que é un percorrido de pouco máis de 1 km e cunha pendente moderada, polo que é moi doada para facer na compañía de nenos.

O percorrido discorre por una contorna de bosque autóctono de ribeira, con carballos, bidueiros e ameneiros, que non anticipa a grata sorpresa que recibiremos ao chegar ao pé da espectacular **seimeira**, nome co que se coñecen ás fervezas nesta zona. Dende aí poderemos ver desbrocarse o **río da Porteliña** en todo o seu esplendor, formando

este cadoiro de 54 m de altura considerado o máis alto de **Galicia** en caída libre.

Conta tamén cunha zona de merendeiro, unha fonte e unha ponte de madeira, así coma cos restos dun vello muíño, o que completa perfectamente a visita.

Ao pé do cachón fórmase un neboeiro de auga en suspensión que arrefría a temperatura ambiente e no que teremos que ter especial coidado nas zonas esvaradías.

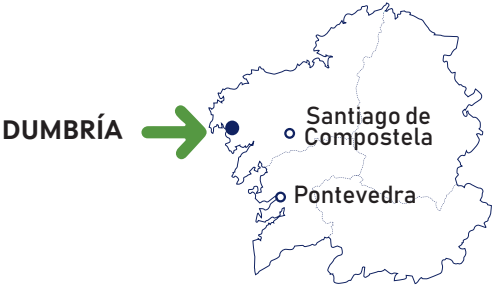


fervenza do Ézaro (Dumbría)

O espectáculo do río Xallas

Un curto pero agradable paseo polo litoral do **concello de Dumbría**, na **parroquia do Ézaro**. Comezamos no pequeno peirao situado no extremo occidental do areal, seguindo polo seu paseo ata o inicio da ponte que cruza o **río Xallas**. Aquí seguiremos río arriba pola preciosa enseada na que veremos chalanas e outras embarcacións mariñeiras.

Na outra beira do río érguese a maxestuosidade granítica das estribacións dos **montes do Pindo**, o chamado **Olimpo celta de Galicia**. De contado chegamos á central eléctrica do **Ézaro**, onde unha pasarela de madeira achéganos ata unha das fervezas máis espectaculares de **Galicia**: o **río Xallas** caendo directamente no mar.



fervenza do pozo Negro (Brion)

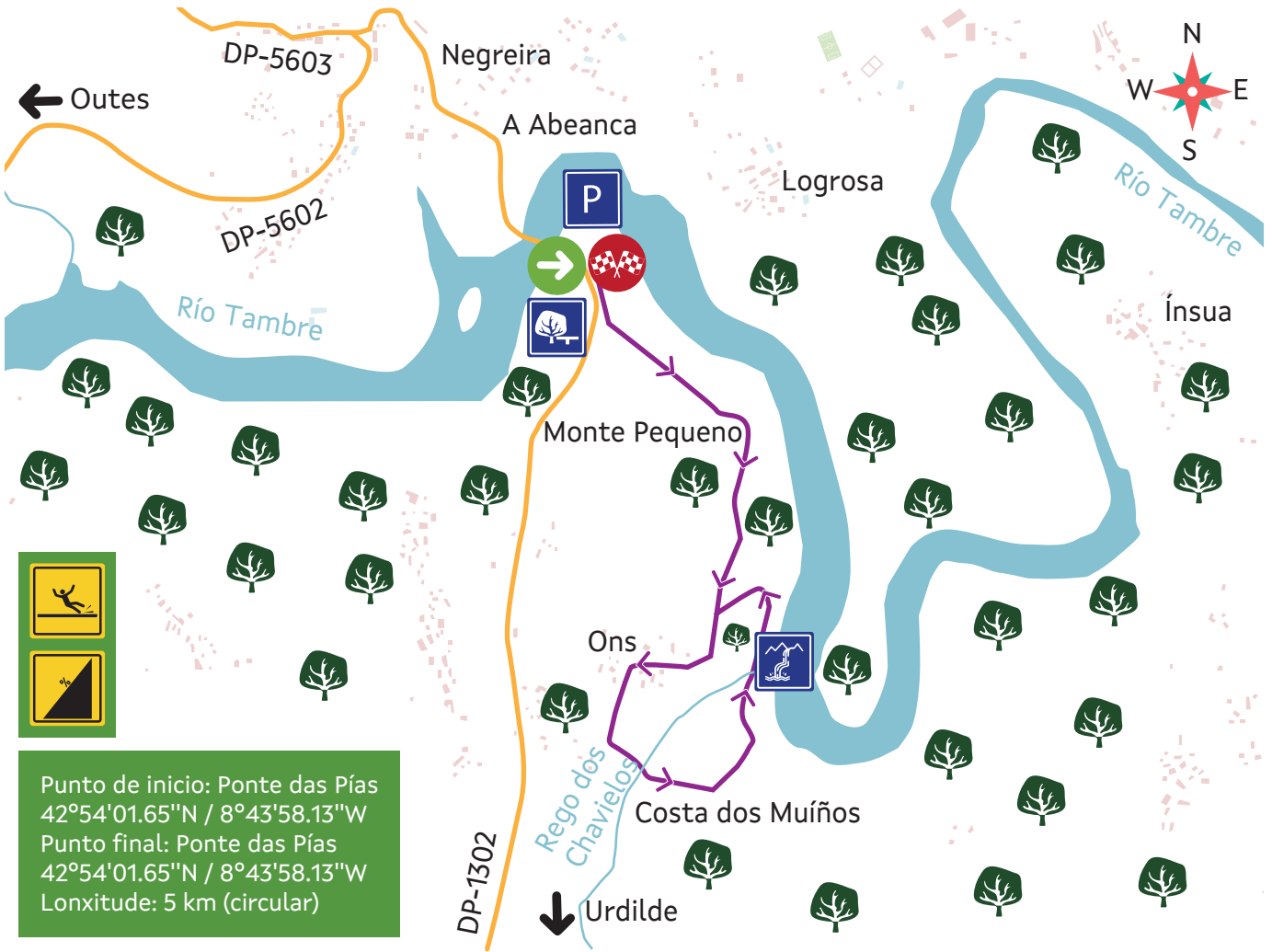
Agochada no Tambre

Este itinerario forma parte doutro máis longo que percorre as terras de **Brion**. Nós imos seguir as balizas marcadas en laranxa saíndo dende a **área recreativa da ponte das Pías**, onde atopamos instalacións para a práctica do piragüismo nas augas do **río Tambre**. Alí atoparemos un panel informativo coa ruta a seguir.

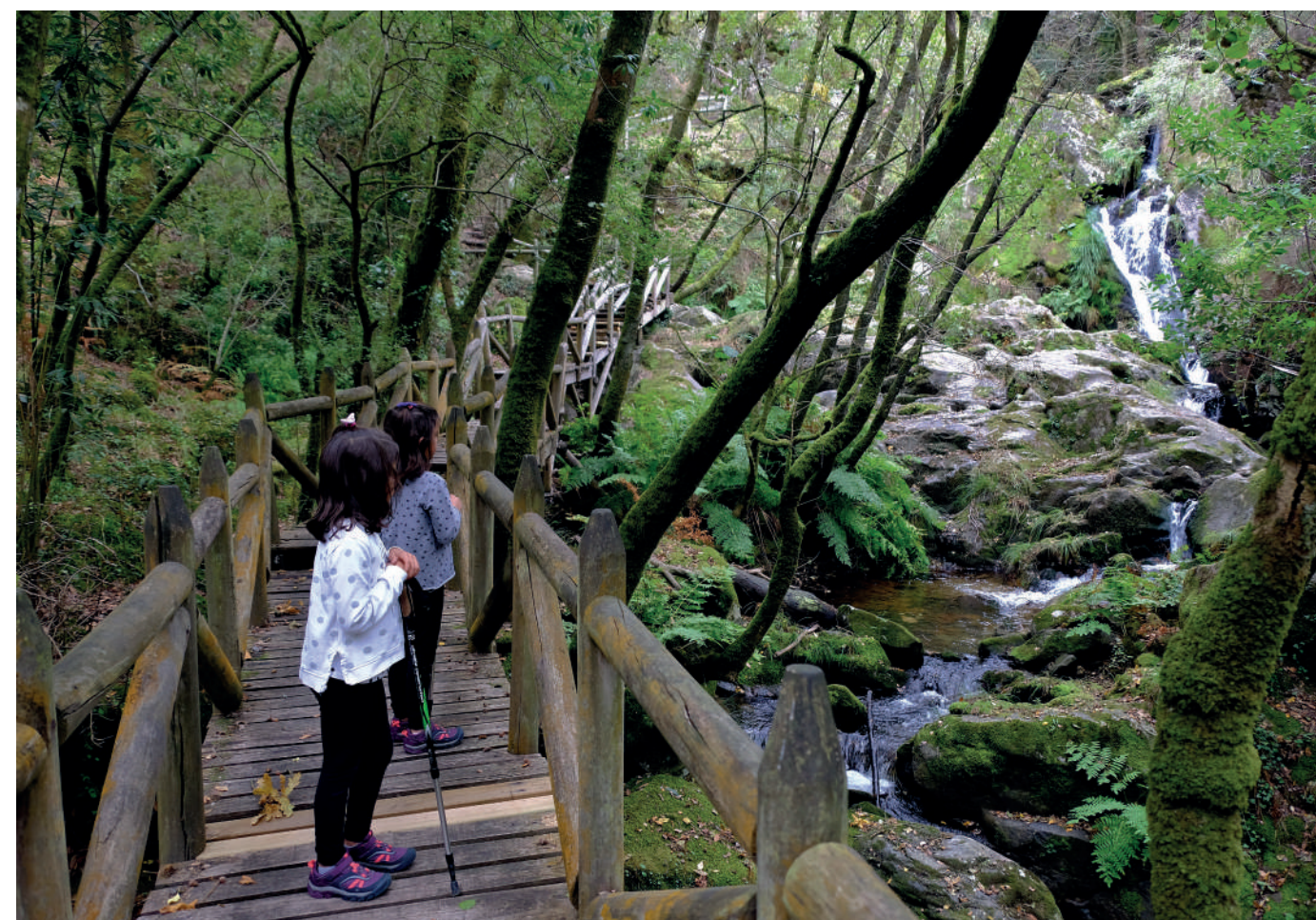
O primeiro treito mergúllanos nunha carballeira de grande beleza que nos protexe da calor nos días de Sol, ata chegar a un cruce onde colleremos cara á dereita para achegarnos á **aldea de Ons de Abaixo**. Aquí

atoparemos varias mostras etnográficas, como hórreos, lavadoiro e fonte. Atravesamos o lugar para coller unha pista sinalizada que xa nos marca o camiño do **pozo Negro**.

Unha baixada pronunciada envolta entre carballos lévanos ata a fervenza, nun entorno de grande beleza. Pasamos unha pontella de madeira e o sendeiro vai bordeando as ribeiras do **río Tambre** ata chegar á costa dos muíños que nos levará ata o cruce que vimos no camiño de ida. Aquí regresamos ata á **ponte das Pías** onde rematamos esta ruta circular.



formando unha poza na que, se o tempo acompaña, poderemos aproveitar para darnos un baño. Xunto a ela atopamos unhas escaleiras de madeira que nos levarán ata un segundo muíño e ata a segunda das fervezas, onde poderemos desfrutar dese pequeno salto de auga antes de emprender o camiño de volta.



fervenza de Segade (Caldas de Reis)

Tobogán do río Umia

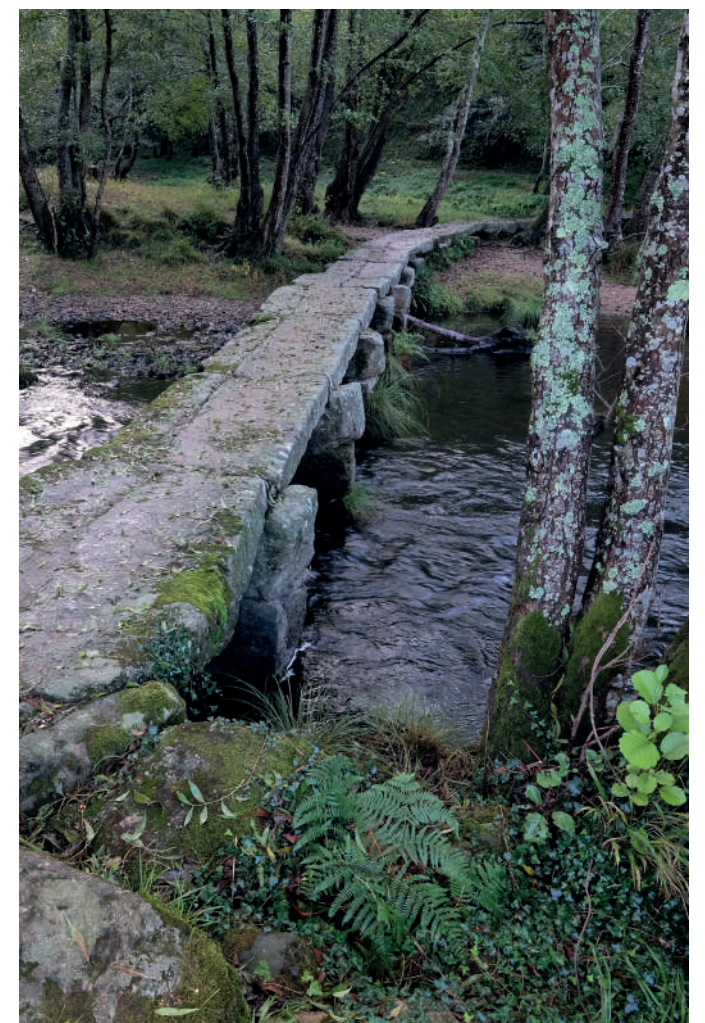
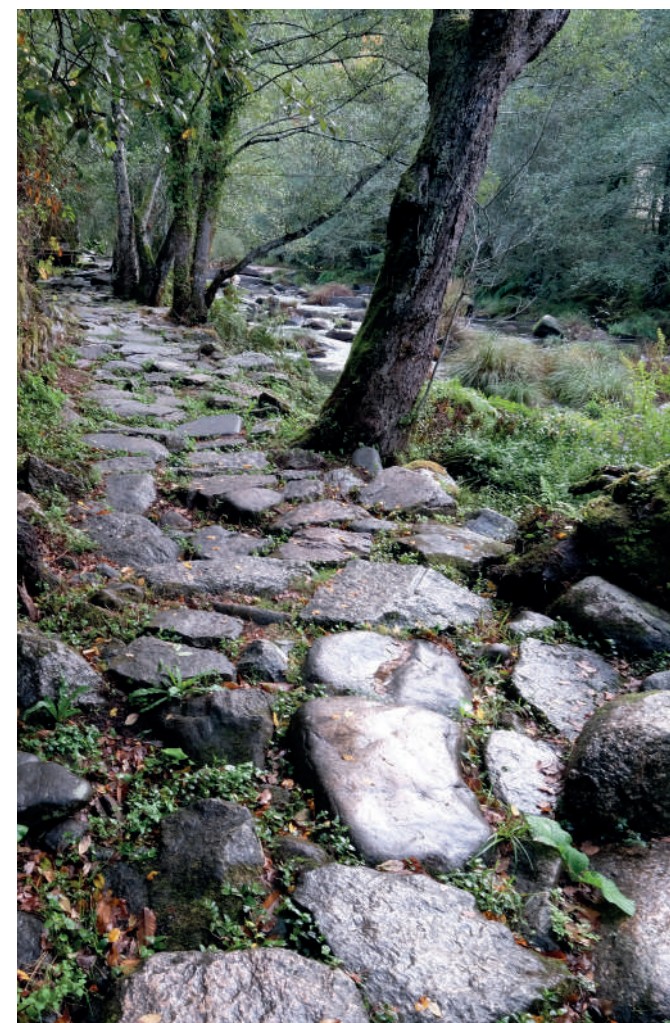
No centro de **Caldas de Reis** atopamos un **xardín botánico**, orixinario do século XIX e ligado á tradición termal da vila. Catalogado como **Ben de Interese Cultural** dende 1962, conta con especies dos cinco continentes, na súa maioría exóticas. Adxacente a el, unha carballeira composta por máis de 200 exemplares centenarios, de distintos tamaños e morfoloxía, dispostos en filas a carón do **río Umia** servirá como punto de partida deste roteiro que nos levará ata a **fervenza de Segade**.

Despois de camiñar durante aproximadamente 1 km atopamos unha ponte de madeira que nos permitirá cruzar o río se o que queremos e alongar un pouco máis a nosa ruta e subir ata a **ponte romana da Baxe**, dun só arco,

construída no século I no **lugar de Segade** e remodelada no ano 1729.

Neste caso optaremos pola opción curta, polo que deixaremos a ponte á dereita e seguiremos pola pista de terra. Pasaremos por varios muíños de auga e chegaremos ás ruínas da antiga **fábrica da luz**, construída en 1900 e activa durante máis de 50 anos, suministrando electricidade a toda a comarca.

E xunto a ela, o máis esperado da ruta: a fervenza, que cunha altura duns 30 m, baixa formando diferentes pozas con profundidade suficiente para poder darse un baño, polo que en época de bo tempo é un estupendo lugar de lecer moi frecuentado por veciños e visitantes.



fervenza de Callobre (A Estrada)

O pozo dos Mouros

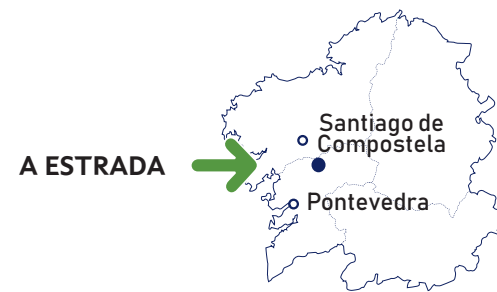
Comezamos a ruta nas proximidades do **castro de Callobre**, antigo poboado castrexo da Idade de Ferro rodeado por una gran cantidade de carballos e situado a 250 m de altitude.

Temos dúas opcións, dependendo de se queremos ir á parte alta da ferverza ou ao pé da mesma.

Se nos decidimos pola primeira alternativa, descendemos pola senda da esquerda levando o **río Curantes** á dereita. Camiñaremos entre carballos e piñeiros, e atoparemos dous muíños e varias pasarelas de madeira que nos facilitarán o percorrido ata o miradoiro que nos permitirá desfrutar dende arriba deste salto de auga de 9 m de altura. Pero se no

cruce de camiños escollemos o sendeiro da dereita, descenderemos ata atopar un desvío a man esquerda, onde unha pequena canle nos indicará por onde seguir. Ao chegar a un antigo muíño, un tronco nos facilitará o paso á outra beira para ascender río arriba ata chegar ao pé da ruxidoira. Aquí está tamén o coñecido como **pozo dos Mouros**. Os mouros son seres da mitoloxía popular galega que vivían en túneles ou agachadoiros baixo a terra e que se asocian a lugares misteriosos.

Aquí, a cavidade que formou a erosión da auga adquire características máxicas, afirmándose que a súa profundidade é descoñecida e que os intentos de atopar o fondo usando pedras atadas con cordas nunca conseguiron o seu propósito.





fervenza de Santalla (Samos)

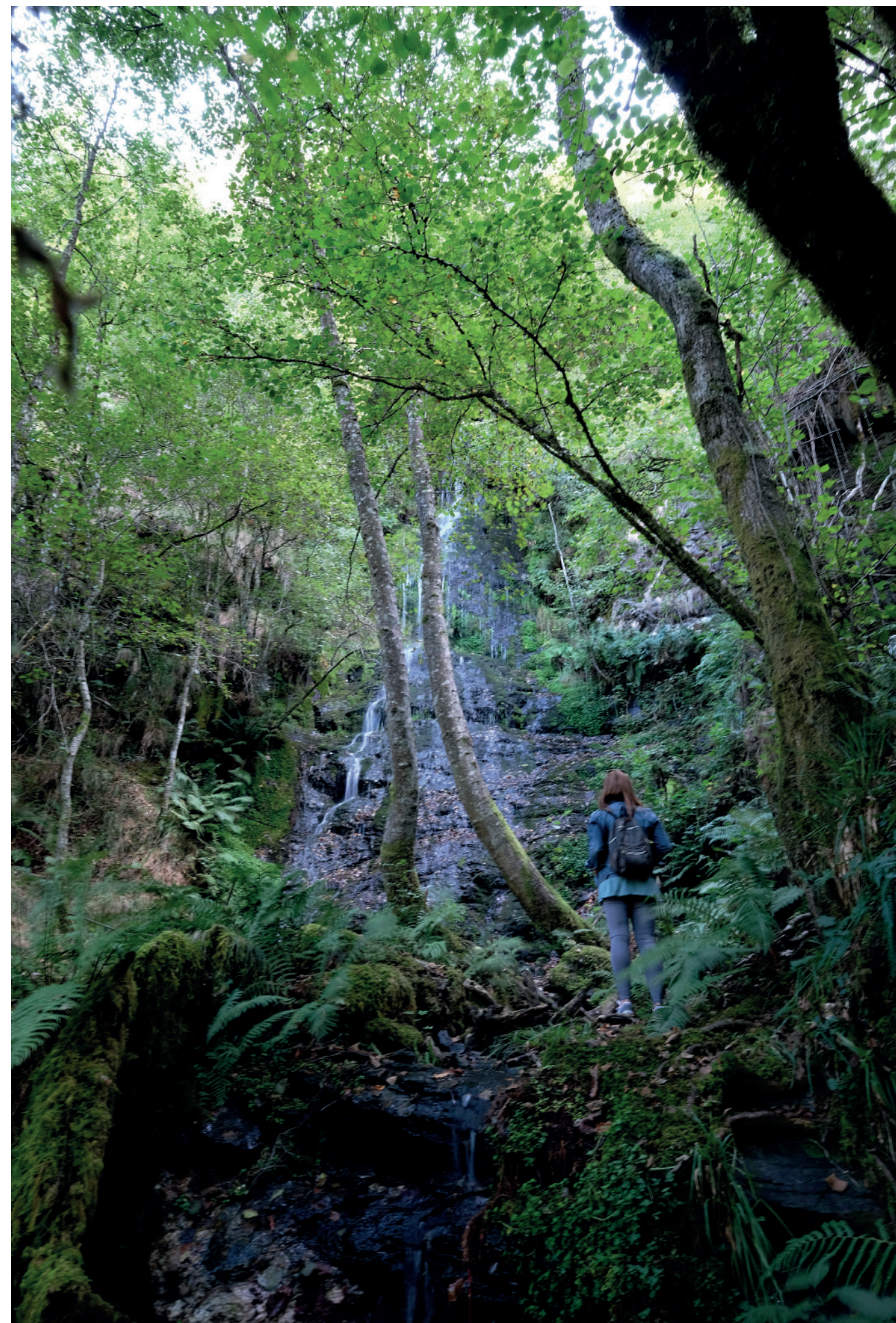
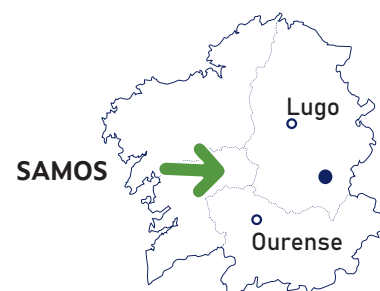
Nas entrañas do Courel

Polo **val de Lóuzara** discorre unha ruta artístico-literaria adicada a **Fiz Vergara Vilariño**, poeta nado na **parroquia de Santalla** en 1953 e que morreu con só 44 anos a causa dunha enfermidade dexenerativa que sufría dende neno.

A **Asociación de escritores en lingua galega** e a **agrupación cultural Ergueitos de Sarria** puxeron en marcha esta ruta que conta cun total de 7 km e que se divide en 13 etapas

sinalizadas con obras doutros tantos artistas que se quixeron sumar a esta homenaxe.

Aquí propoñémoslles un treito de pouco máis dun quilómetro, concretamente o que vai dende o **lugar de Casares** ata a **fervenza de Santalla**. Trátase dun sendeiro que vai a carón do **río Lóuzara**, entre prados e bosque de ribeira que remata ao chegar ao cadoiro, que cae entre castiñeiros dende unha altura aproximada de 25 m.



fervenza de Augacaída (Pantón)

Nos cavorcos da Ribeira Sacra

O noso camiño comeza baixando por unha pista de terra, rodeada por unha fraga de castiñeiros e carballos, pola que chegamos ata unha edificación abandonada que pertenceu a unha antiga adega.

Un pouco máis adiante atopamos o indicador cara á fervenza e comezamos a baixar por unha estreita senda que enlazará cun treito de acusado desnivel que se salva cunha

portentosa escaleira que parece engulirnos nas profundidades da terra.

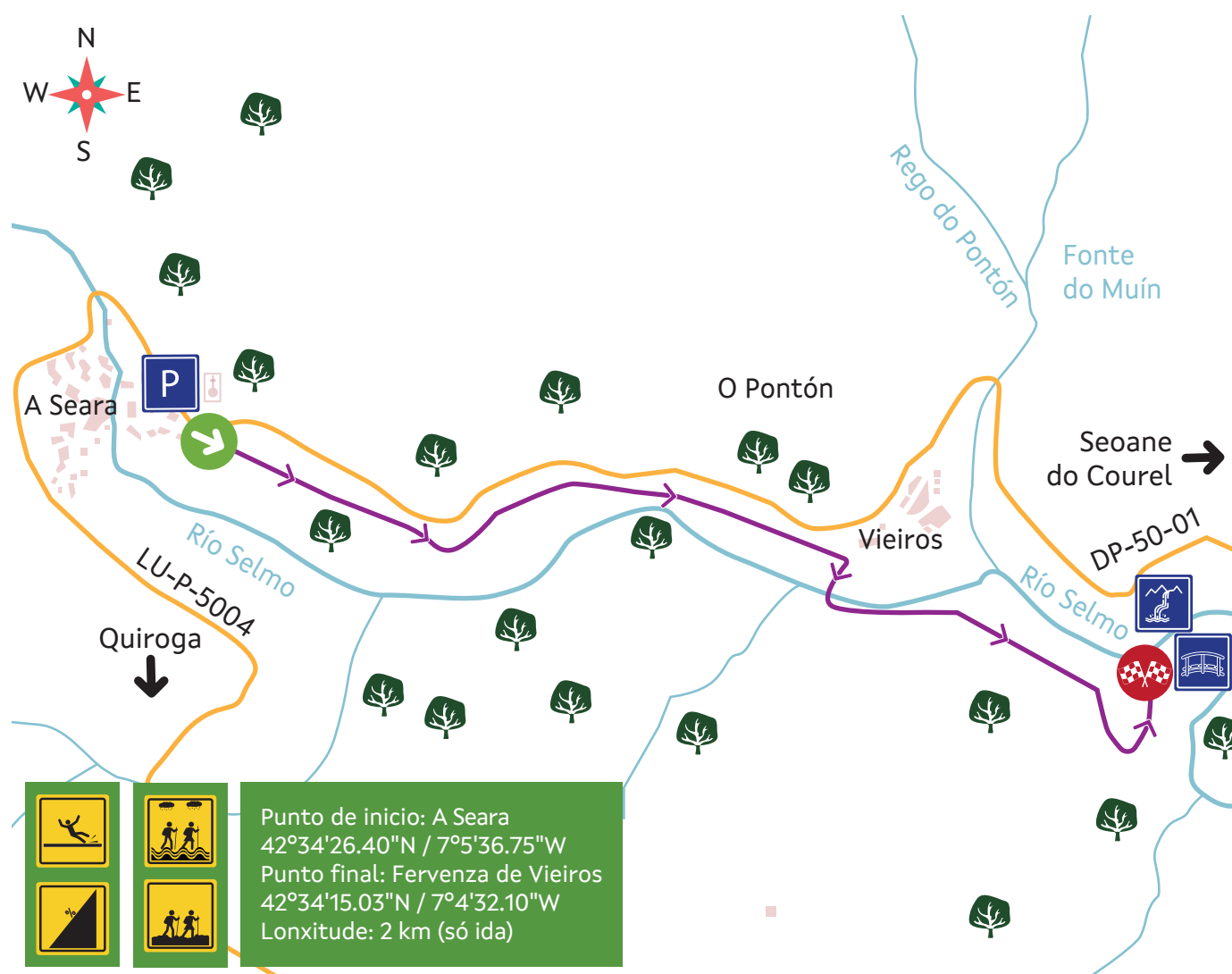
Unha vez na fervenza, cunha caída duns 40 m, poderemos asomarnos a un miradoiro dende o que poder contemplala en todo o seu esplendor.

Dende aquí volveremos polo mesmo camiño de novo ata o punto de partida.



bidueiros, castiñeiros e carballos para chegar ata a unha zona na que o camiño se estreita e onde o son da auga colle forza, como preludio do que poderemos contemplar un metros máis adiante.

No treito final axudarémonos dunhas cordas que hai atadas ás árbores para descender unha pronunciada pendente que nos levará directamente ao pé desta impresionante ferverza de 25 m de alto. Pero se queremos vela de cerca, unha ponte de madeira permitiranos cruzar á outra beira e aproximarnos máis.



fervenzas do Pereiro (poio)

Ougas bieitas

Esta pequena ruta discorre polo **monte Castrove** que, situado entre os **concellos de Meis e Poio**, é tamén o lugar no que se sitúan dous importantes mosteiros medievais: o **mosteiro beneditino de San Xoán de Poio** e o **mosteiro cistercense de Santa María de Armenteira**.

Partindo das inmediacións de **Pereiro de Abaixo** collemos un camiño que se interna

no bosque e que nos levará en primeiro lugar ao **regato de Fentoso**, onde cruzaremos unha ponte de madeira recentemente acondicionada para continuar remontando o río pola marxe esquerda. Cruzaremos aínda un par de pontellas máis antes de alcanzar o máis destacado desta ruta, a **fervenza da Freixa Alta**, que cun salto de aproximadamente 10 m pon final a este paseo.

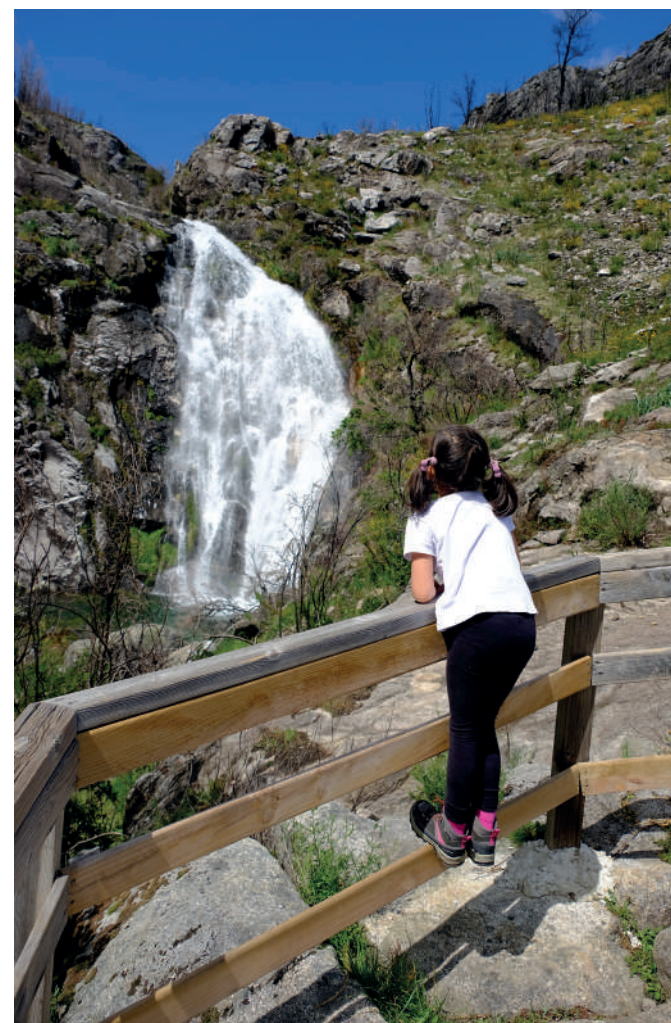
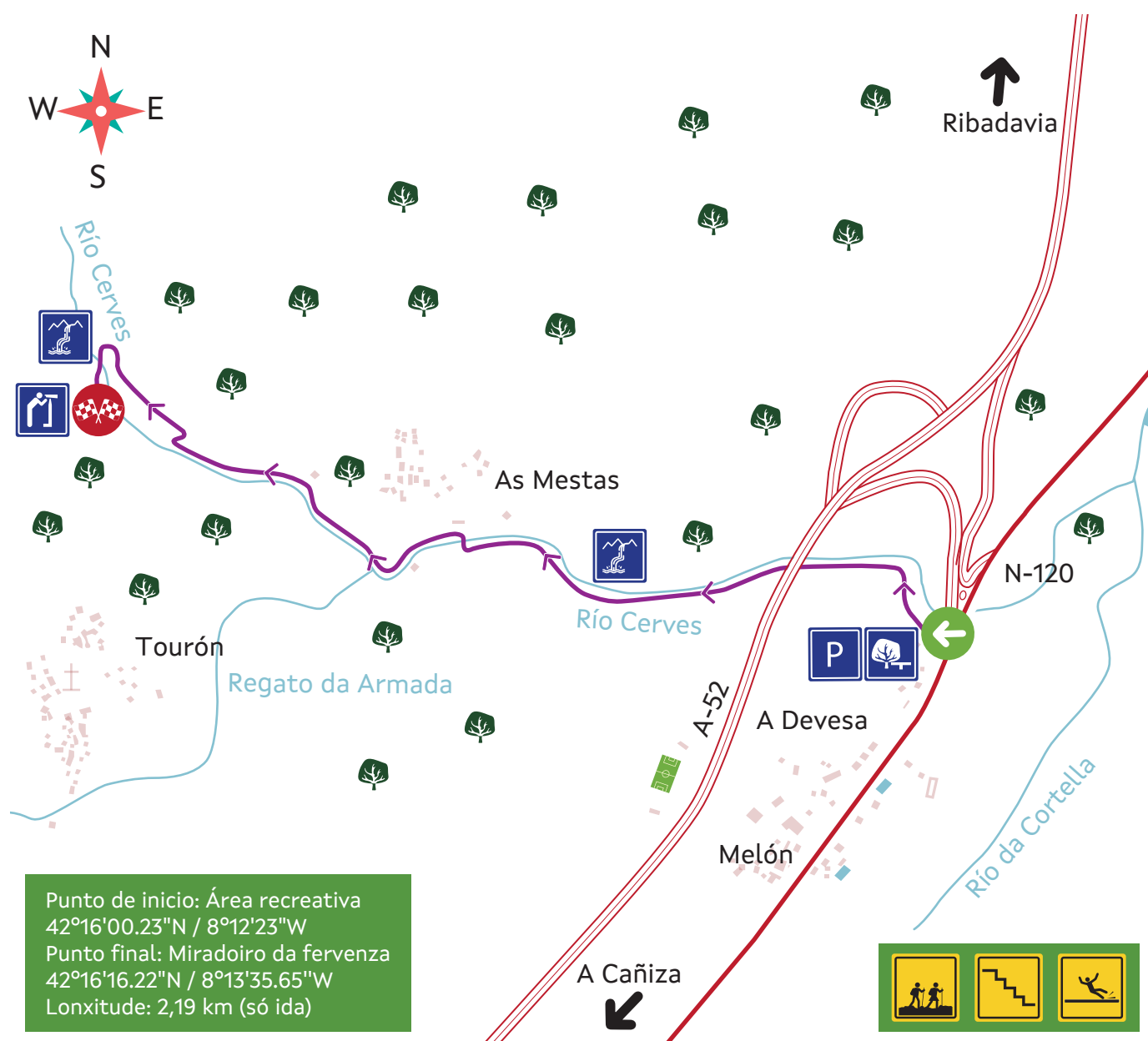


fervenzas do río Cerves (Melón)

Ao pé da serra do Faro de Avión

Un clásico nas rutas de sendeirismo de fácil percorrido, seguindo o **río Cerves** dende o aparcadoiro habilitado á beira da estrada N-120. Veremos varias zonas de amplas fervezas (cómpre ter coidado polo esvaradío das pedras), algunha delas superando os 14 m de altura, ata chegar á ponte da **aldea das Mestas**. Aquí o río colle folgos por tratarse dunha zona chaira ata comezar o ascenso ao

miradoiro da derradeira ferveza, á que nos poderemos achegar baixando ata a ponte que atravesa o **río Cerves** e unha plataforma de metal que permite situarnos por enriba das súas augas. O regreso pode ser refacendo as nosas pegadas, ou se estamos con forzas, continuar á **aldea de Tourón** e facer así o camiño máis longo.



fervenza do pozo do Inferno (A Cañiza/Crecente)

Vereas do río Ribadil

Esta é unha ruta fluvial a carón do **río Ribadil**, afluente do **Miño**, que discorre polos **concellos da Cañiza e Crecente**. O percorrido parte do **lugar da Ponte (concello da Cañiza)**, onde podemos ver a **ponte Noceifas**, dun só arco e lixeiramente apuntada, que moitos catalogan como romana aínda que os últimos estudos dátana nos séculos XVII-XVIII. Dende aquí continuamos por unha senda que nos levará ata a **praia fluvial de Mandelos**, xa no **concello de Crecente**, para seguir despois

á beira do río, rodeados por grandes fentos e vexetación de ribeira, por unha zona que está dentro da **Rede Natura 2000**.

Durante o camiño atoparemos antigos muíños e pequenos saltos de auga ata chegar á **fervenza do pozo do Inferno**, á que se accede a través de pasarelas e escaleiras de madeira e que conta cun miradoiro dende o que poder desfrutar das vistas antes de comezar o camiño de volta.



fervenzas do río fírbeda (porqueira)

Cadoiros secretos na Limia

Trátase dun percorrido esixente en varios dos seus tramos, e con risco de caídas a distinta altura, polo que non é recomendable para facelo en familia. Cumprirá facer atención tamén en períodos húmidos ou chuviosos polo perigo de escorregar coa follaxe e pola dificultade do terreo. Dito isto, a ruta iníciase a carón dunha ponte de pedra tradicional, no curso baixo do **río Fírbedas**, xa na chaira limiá, cunha pequena área recreativa e un muíño.

O sendeiro segue o curso pola beira dereita, río arriba, pasando por varias canles antigas destas construcións tradicionais, chegando a unha ponte de madeira. Este treito sería o de fácil acceso. A partir de aquí o camiño

vai ascendendo, cunha grande pendente a maioría do tempo, rodeado de bosque autóctono conformado por carballos, castiñeiros, amieiros. No noso ascenso temos diversos puntos de observación da **Veiga de Ponteliñares**, e de **Forxa** coa súa torre medieval, de grande importancia estratéxica nos séculos XI e XII polo control dos accesos a **Galicia** pola **comarca da Limia**.

Atravesando unha ponte de madeira iníciase decontado o descenso pola beira esquerda do río, ofrecéndonos un miradoiro sobre a ferverza ou fírbeda que lle dá nome ao río. Chegaremos á ponte que vimos ao subir e cruzándoa regresaremos ao punto de inicio.

PORQUEIRA



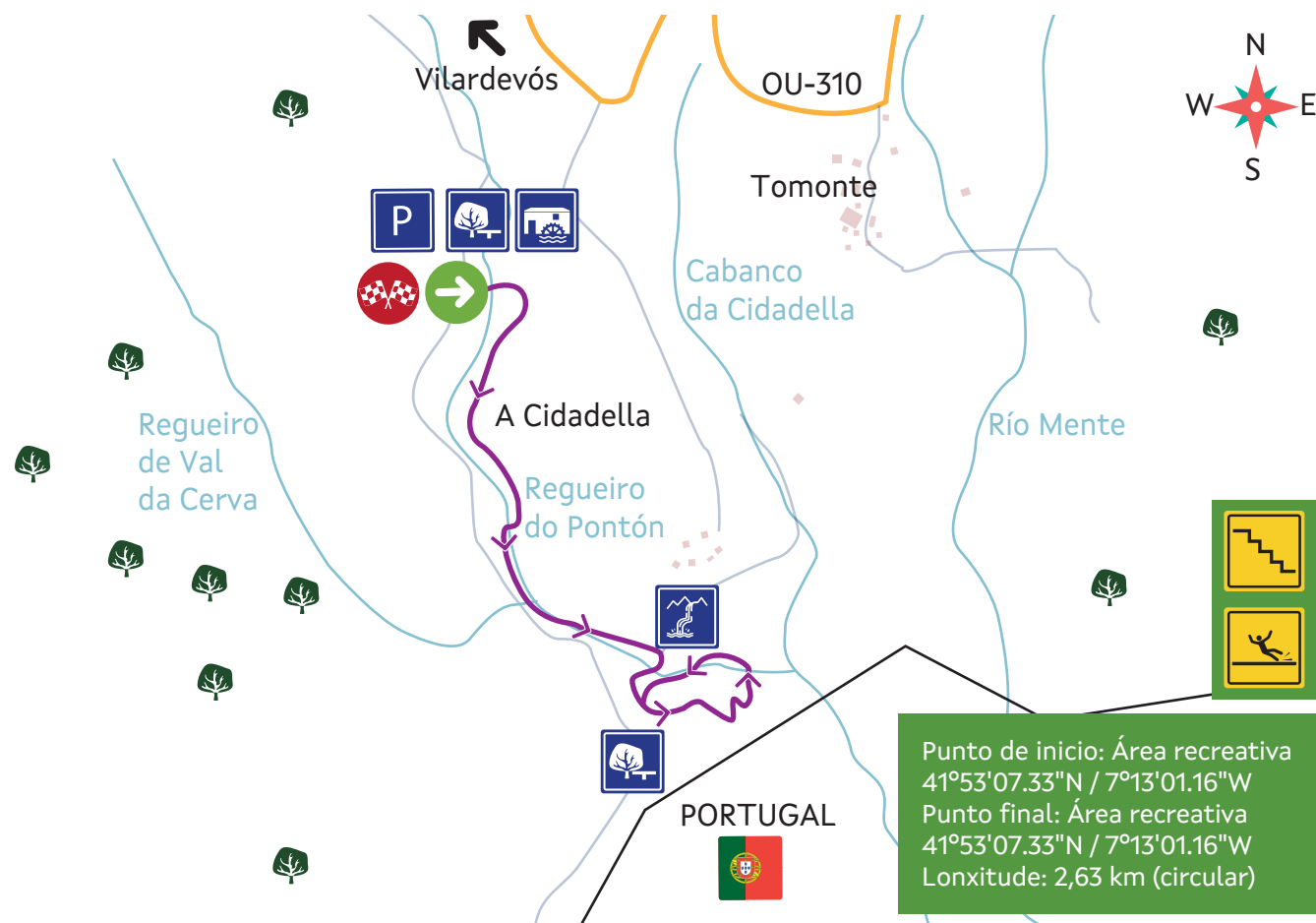
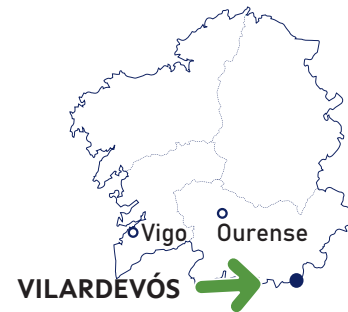
fervenza da Cidadella (Vilardevós)

En terras de fronteira

Ao pasar a **aldeia de Soutochao** atoparemos sinalizado o desvío cara á **fervenza da Cidadella**. Deixaremos o noso vehículo no inicio da ruta de sendeirismo, xunto a un cartel de madeira. Baixaremos unha escaleira onde atoparemos unha pequena área recreativa e dous muíños rehabilitados por unha escola obradoiro. O sendeiro a seguir non ten perda, e está ben acondicionado, con postes con cordas nos treitos que poidan ser máis esvaradíos, sobre todo en épocas de chuvias. As mellores estacións para gozar das fervezas serán o outono e a primavera, no verán a calor pode ser abafante, a pesar de que boa parte da ruta discorre por un bosque mixto de ribeira, con carballos ou érbedos entre outras especies. Saíndo da zona boscosa aparece de súpeto

a primeira ferverza que salvamos por unha ponte de madeira, tendo diante nosa unhas vistas amplas desta zona raiana. O sendeiro permítenos salvar o desnivel e chegarmos ao pé mesmo da **fervenza da Cidadella** duns 30 m de altura. Se o nivel do río o permite, podemos continuar pola parte baixa da ferverza e cruzar o río por unha ponte e de seguido ascender por unha escaleira con chanzos de pedra ata a área recreativa que serve de miradoiro da caída de auga, na que atoparemos a reconstrucción dunha cabana de pedra.

O regreso podemos facelo polo sendeiro que hai por debaixo da estrada ata enlazar co camiño que fixemos na ida.





Entre bosques e montañas

Os Ancares (Cervantes)

Ruta ao pico Tres Bispos (Cervantes)

Tralas pegadas do oso

Cervantes é un concello da **comarca dos Ancares** lucenses cuxo topónimo fai referencia a que é terra de cervos. Pero ademais, en toda a comarca poderemos atopar outros mamíferos coma o lobo, o xabaril, o raposo... e nos últimos tempos tamén osos, que procedentes do occidente asturiano, fan ocasionais incursións no territorio galego. Tamén son comúns en estas paraxes gran variedade de aves como a águia cobreira, gabiáns e azores, así coma 27 especies de réptiles e anfibios e unha gran riqueza florística.

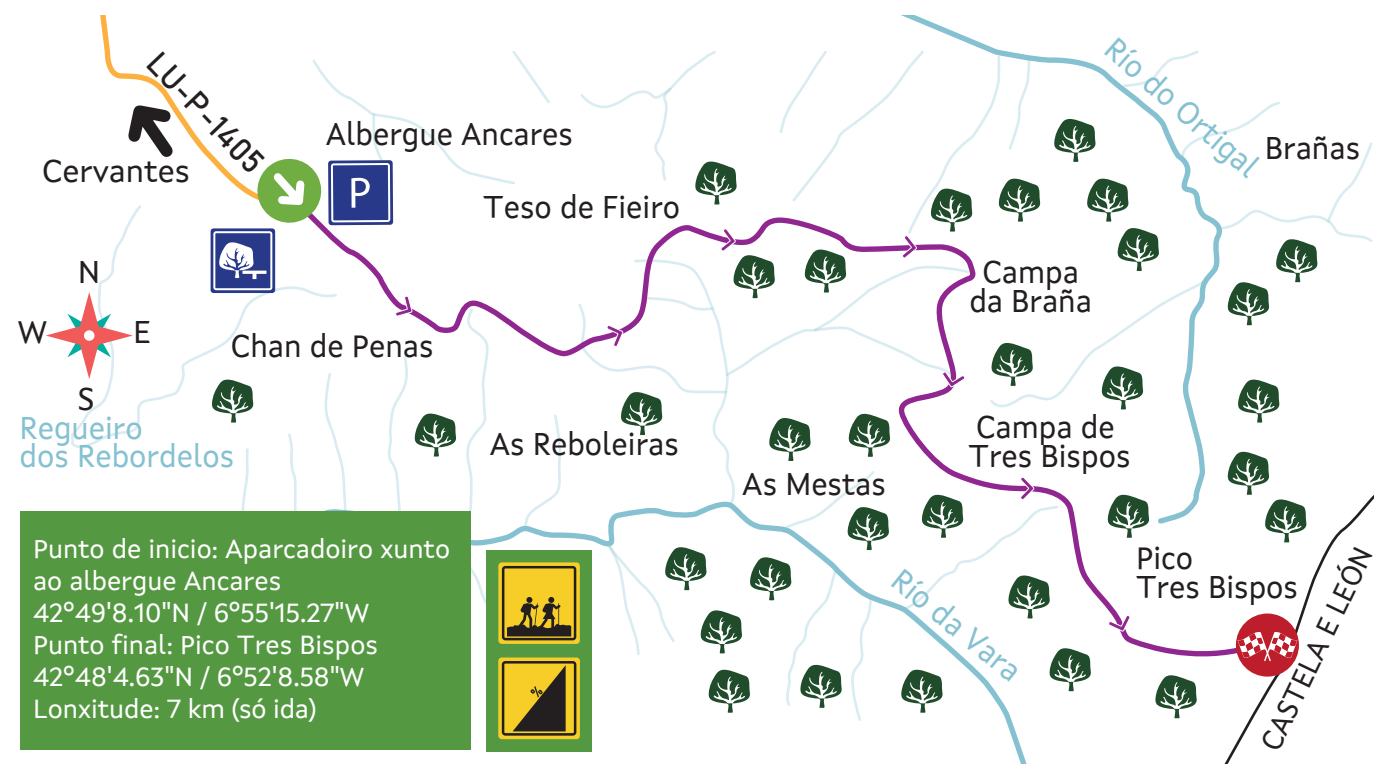
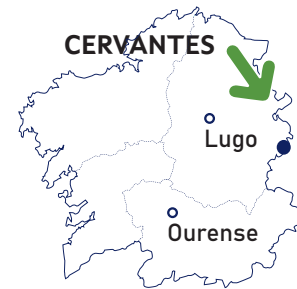
Partindo das inmediacións do **Albergue Ancares**, onde podes deixar o vehículo estacionado, sae unha pista que nos conducirá directamente ata o cumio de **Tres Bispos** (1.793 m), que recibe este nome porque conta a tradición que alí se reunían os bispos das **dióceses de Lugo, León e Astorga**. É ademais unha das cimeiras máis representativas da

zona xunto con outras coma **O Mustallar** (1.975 m), **Corno Maldito** (1.858 m) ou **Pena Rubia** (1.821 m).

Despois de camiñar algo menos de 2 km poderemos albiscar, ao lonxe, o noso destino, pero antes de acadalo teremos que pasar pola **campa de Ortigoso**, co seu bosque de acivros e pola **campa de Tres Bispos**, dende onde teremos unhas vistas espectaculares do **val do Ortigal**.

A partir de aquí o camiño endurecese un pouco e discorre por unha estreita senda pola crista que nos levará ata o cumio. O esforzo do último treito quedará recompensado unha vez no alto xa que poderemos gozar dunha visión 360° dos **Ancares**.

***Nota:** Nos meses máis fríos o camiño pode estar cuberto de neve polo que, ademais de roupa e calzado adecuado, é moi recomendable levar bastóns.*



A devesa da Rogueira (folgoso do Courel)

Polo bosque máis fermoso

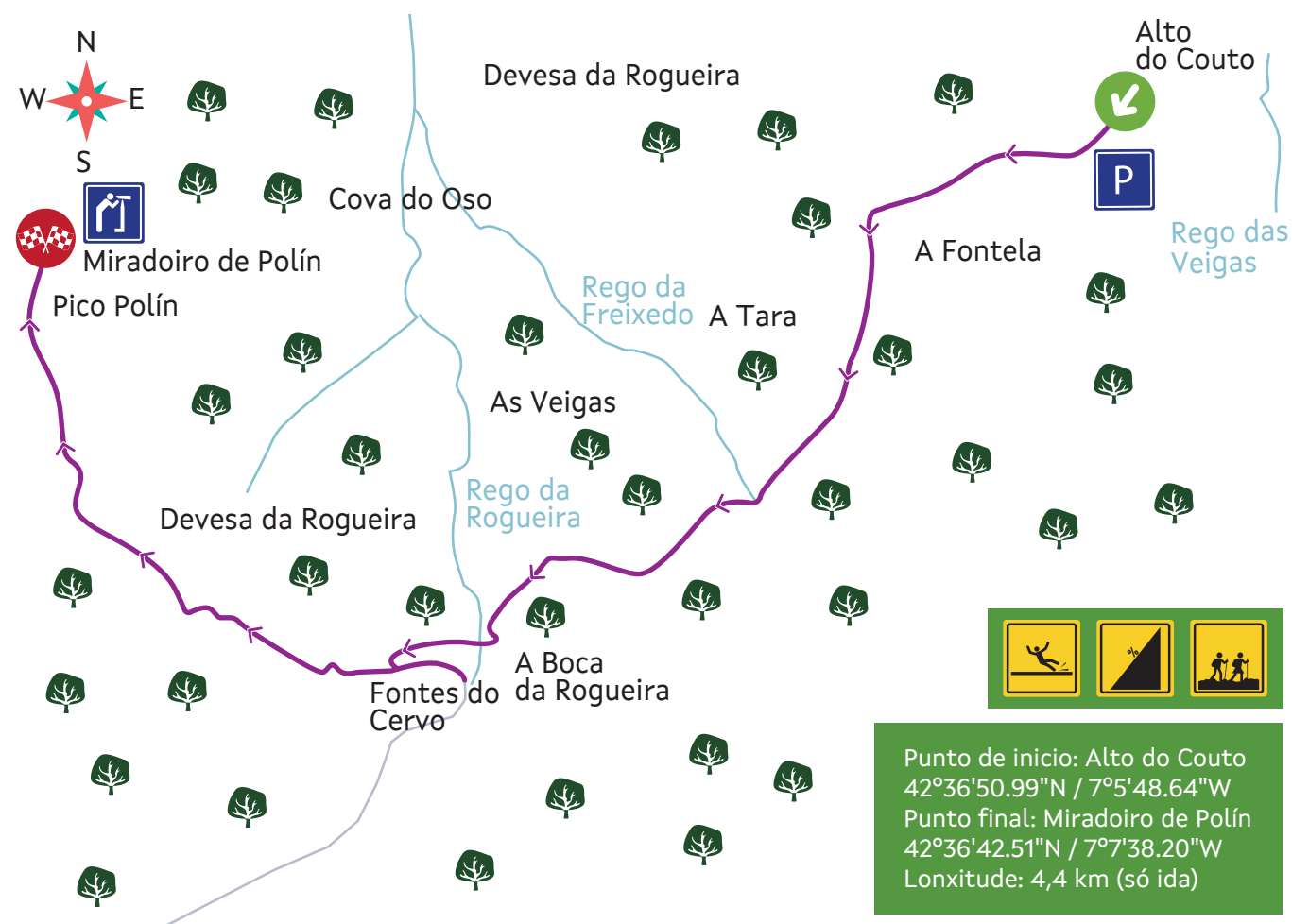
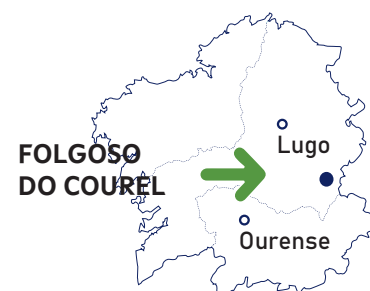
Localizada na **serra do Courel**, a zona de maior diversidade vexetal de **Galicia**, atopamos esta ruta que cruza a **devesa da Rogueira**, un bosque atlántico cunha diversidade arbórea extraordinaria. Faias, teixos, arces, castiñeiros e carballos, entre outros, fan deste lugar un paraíso para os amantes da botánica en particular e da natureza en xeral.

Tamén a súa fauna é diversa, acollendo corzos, donicelas, gatos monteses ou liróns, ademáis de especies endémicas do norte peninsular como o tritón ibérico ou a ra patilarga.

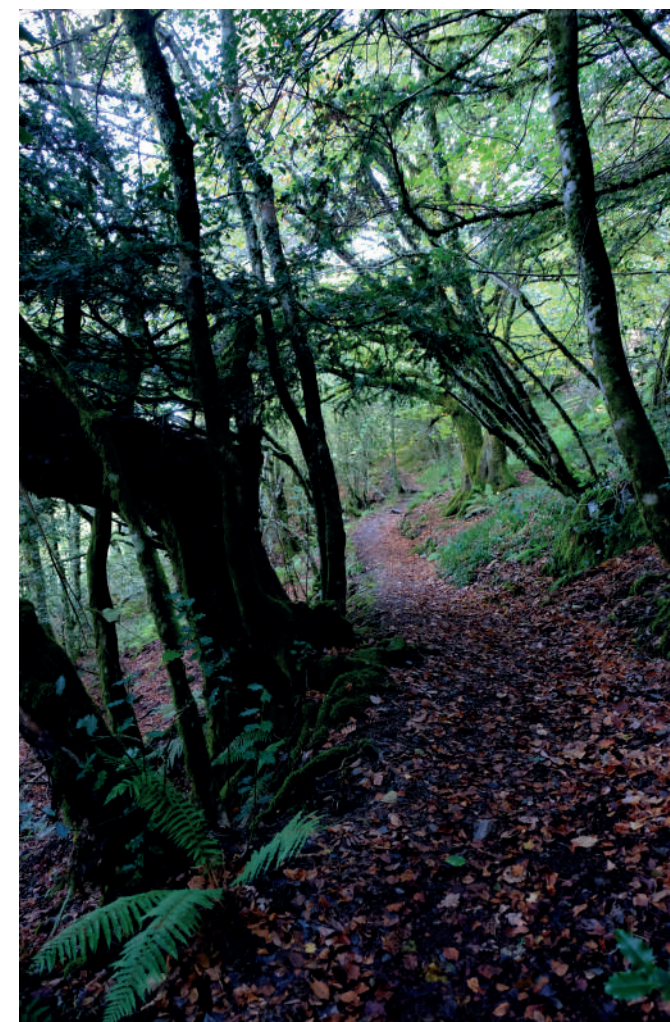
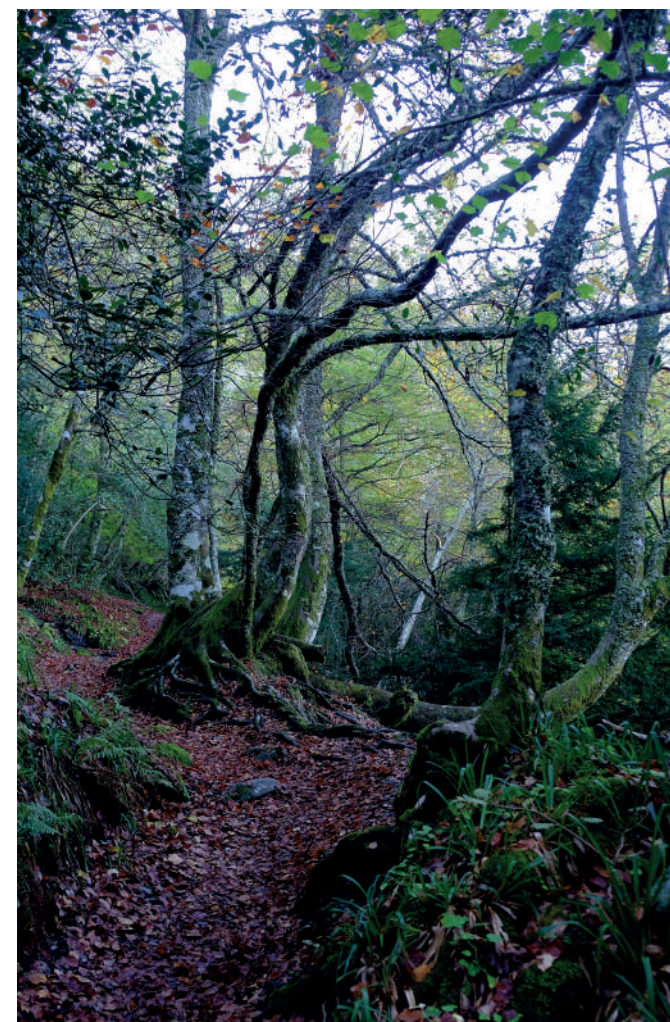
A ruta comeza no cumio do **alto do Couto**, a 1.311 m de altitude, por un sendeiro que se

adentra na devesa, onde se alternan miradoiros ao val e ao bosque. É un percorrido cheo de rincóns máxicos atravesados por arroyos e balizados por fervezas que nos conducirá ata as **fontes do Cervo**. Aí atoparemos dous mananciais, un de augas calcáreas e outro de augas ferruxinosas famoso polas súas propiedades medicinais, e que na zona son coñecidas como as **fontes da Fame**, xa que bebían delas para abrir o apetito.

A partir de aquí encamiñamos os nosos pasos cara ao **miradoiro de Polín**, onde poderemos facer un descanso para desfrutar das vistas antes de iniciar o camiño de volta.



Punto de inicio: Alto do Couto
42°36'50.99"N / 7°5'48.64"W
Punto final: Miradoiro de Polín
42°36'42.51"N / 7°7'38.20"W
Lonxitude: 4,4 km (só ida)



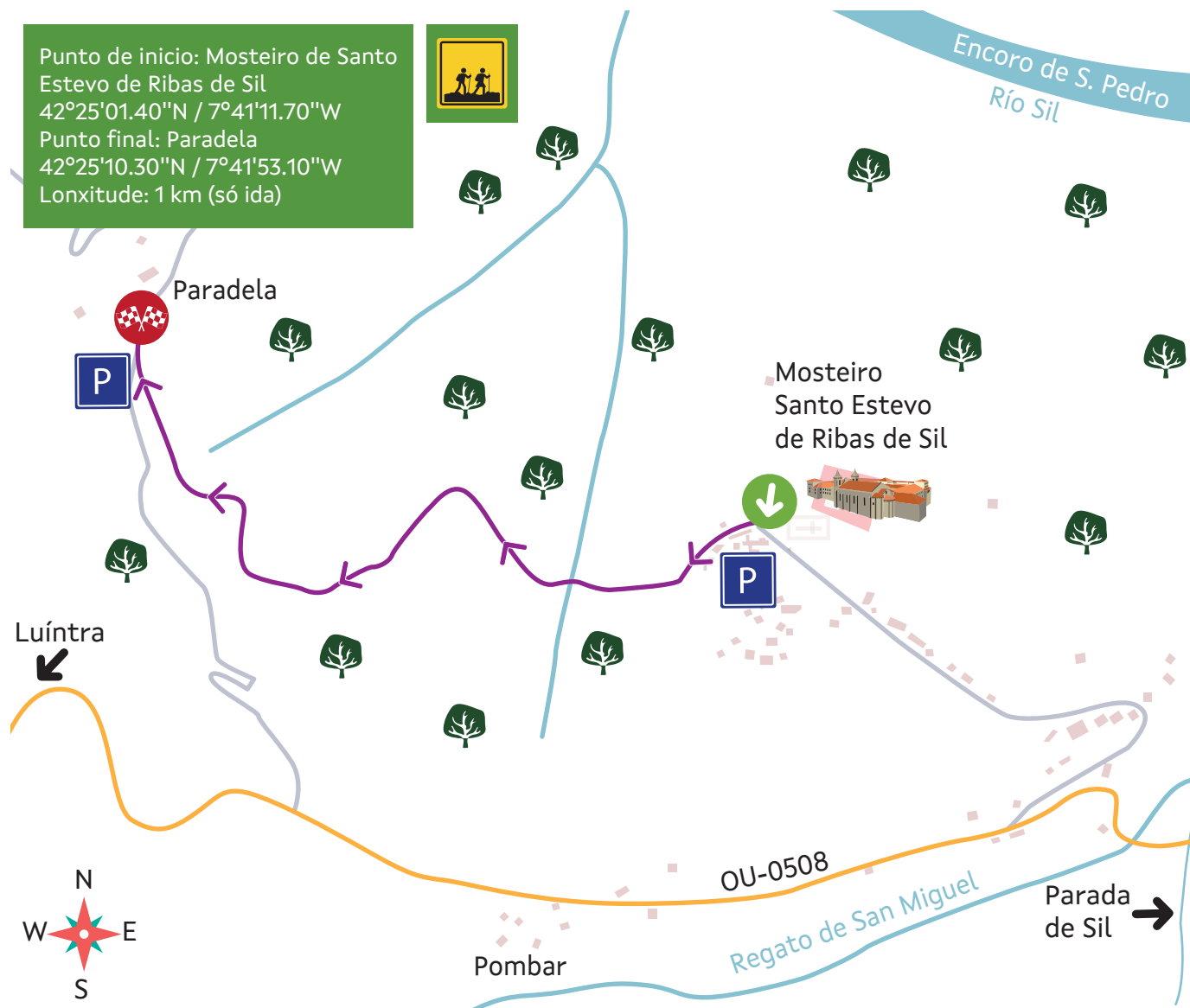
A fraga do mosteiro Santo Estevo de Ribas de Sil (Nogueira de Ramuín)

Percorrendo bosques sagrados

Desta volta o noso paseo comeza nun marco espectacular, o **mosteiro de Santo Estevo de Ribas de Sil**, no corazón da **Ribeira Sacra**, formando un dos conxuntos máis destacados e espectaculares do rico patrimonio monumental de **Galicia**. Axiña imos adentrarnos nun souto seguindo as vereas utilizadas polos monxes e veciños durante séculos. Un bosque caducifolio que cumprirá percorrer en diferentes épocas do ano e gozar das cores douradas do outono, a desnudez do

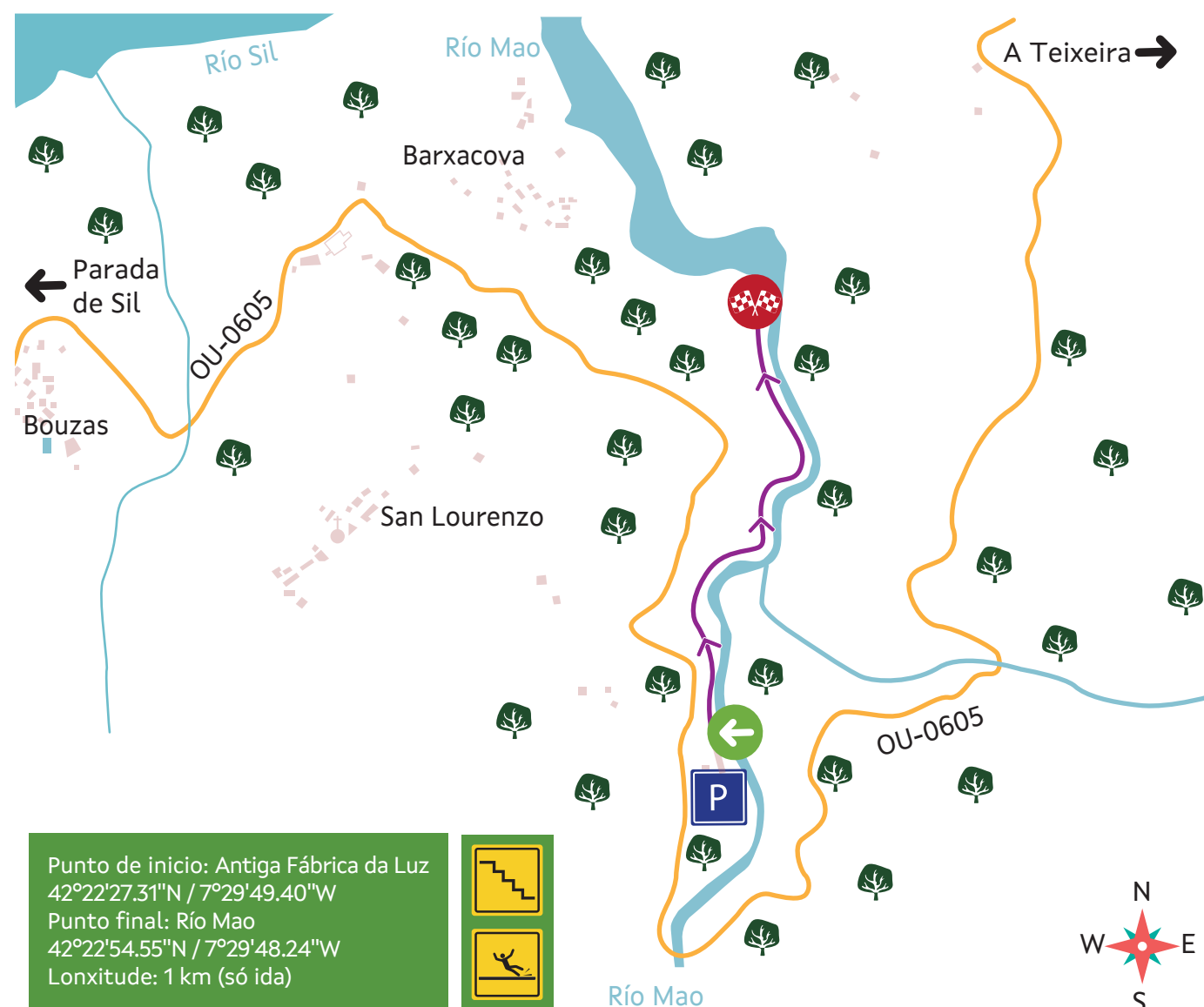
inverno ou a explosión de tonalidades verdes na primavera. Pequenas fervenzas e regatos salpican o noso devalar.

As árbores deixarannos ocos nos que albiscar a maxestuosidade do canón do **río Sil**. Canón que poderemos observar mellor dende o remate da ruta na **aldea de Paradela**, onde teremos unha visión do treito percorrido coa imaxe do mosteiro, imponente na paisaxe.



Comezamos na **Fábrica da Luz**, antigas instalacións de produción de enerxía hidroeléctrica de comezos do século XX, hoxe reconvertida en albergue e centro de recepción para aqueles que queiran facer rutas BTT na contorna. A partir de aquí, unha pasarela de madeira lévanos por un túnel arbóreo no canón do **río Mao**, que apenas

vemos pero percibimos polo ruxir das súas fervenzas. Na metade do camiño desaparece este teito vexetal e podemos gozar da visión do val e pararnos nun miradoiro habilitado. Pequenos, e maiores tamén, poden aprender máis da riqueza faunística e botánica grazas a paneis e xogos didácticos situados ao longo do percorrido. O treito final é unha escaleira que baixa ata ás beiras do **río Mao** no punto en que se vai achegando ao **río Sil** onde desemboca.





Patrimonio oculto

Santa María de Pesqueiras (Chantada)

Na contorna da histórica factoría Sargadelos (Cervo)

Paseo dos namorados

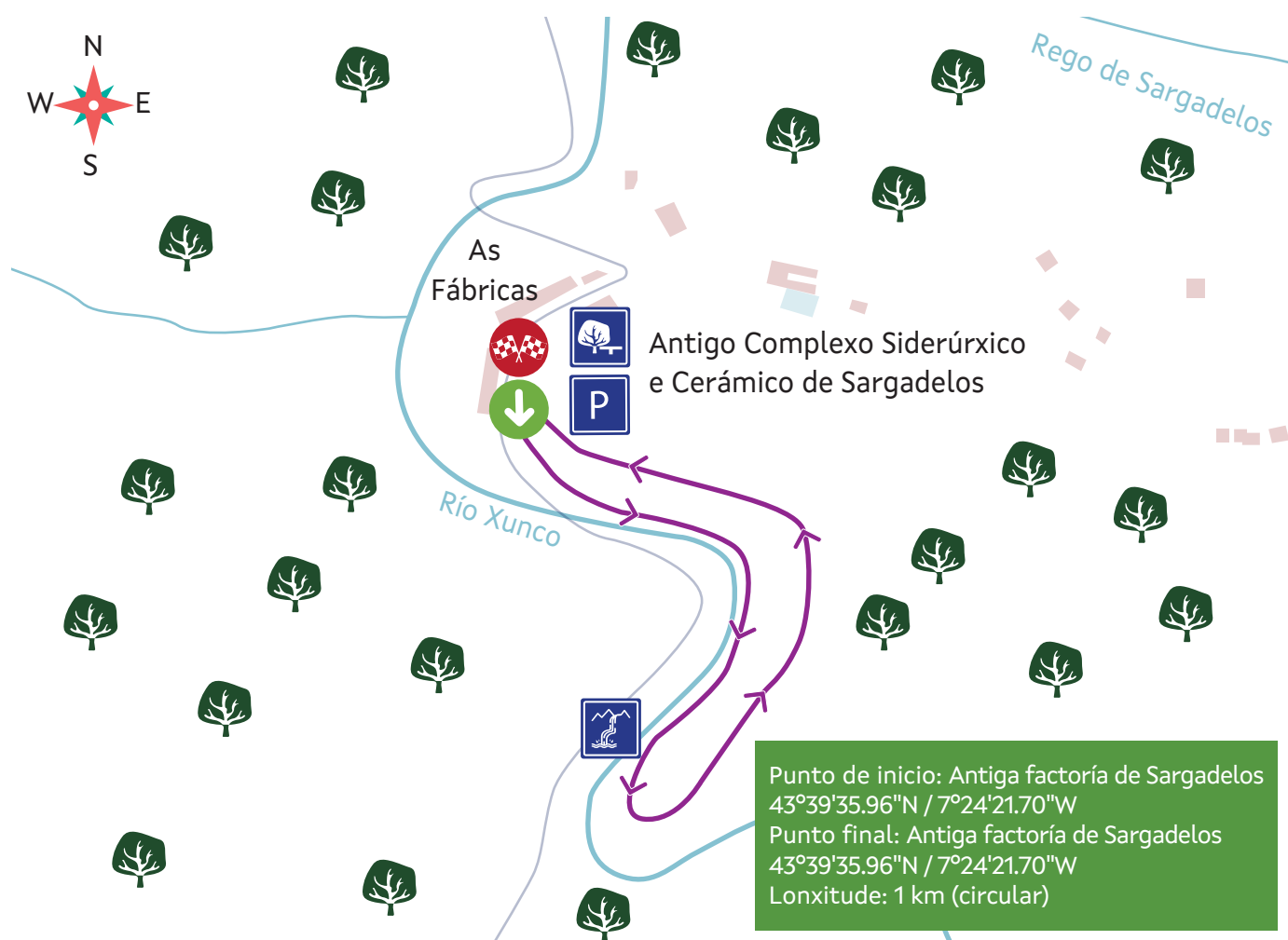
Esta pequena ruta comeza no **antigo complexo industrial de Sargadelos**. Creado entre 1791 e 1806 por **Antonio Raimundo Ibáñez**, estaba formado por unha factoría de fundición de ferro e por unha fábrica de louza que cesaría a súa actividade no ano 1875.

Declarado **Conxunto Histórico-Artístico** no ano 1972, conserva os restos da antiga fundición, de catro fornos e da **Casa da Administración** hoxe convertida no **Museo Histórico de Sargadelos**.

Na actualidade, a 1 km deste conxunto, segue a funcionar a fábrica fundada en 1970 que,

aínda hoxe, é o maior expoñente da cerámica galega. O noso paseo discorre por unha senda chaira que, aínda que moi curta, ten un enorme encanto. Camiñaremos en paralelo ao **río Xunco** ata unha pequena fervenza artificial que baixa sobre o muro da presa do río, e que foi construída en 1971 para abastecer de auga ás fábricas.

Contan os falares populares que este camiño ten virtudes namoradizas e que as persoas que o percorran xuntas sentiranse poderosamente atraídas entre si e caerán irremediabilmente nese luminoso estado emocional cando rematen este paseo.



As Torres de Oeste (Catoira)

Pegadas viquingas

O paseo fluvial do **río Ulla** é un percorrido situado na boca da **ría de Arousa**, onde as augas salobres penetran na terra cobregueando entre as xunqueiras.

Comeza nun antigo muíño de marea, coñecido no lugar como **muíño do Cura**, situado na desembocadura do **río Catoira** e que estivo en funcionamento ata principios do século XX. Os muíños de marea son aqueles que utilizan a enerxía maremotriz para mover a súa moa e, aínda que este se atopa nun estado de deterioro importante, non deixa de ter un gran valor patrimonial, por ser un dos poucos exemplos que se conservan deste tipo de construcións.

A senda discorre pola beira do **Ulla**, a carón da praia fluvial, e atravesa logo unha zona de

brañas que pertence á **Rede Natura 2000** ata chegar ás **Torres de Oeste**. Esta importante fortaleza medieval, declarada **Monumento Histórico Artístico** dende 1931, foi levantada no século XII por orde do **arcebispo Xelmírez** para pechar o paso das inclusións viquingas e sarracenas que pretendían chegar a **Compostela**. No ano 1719 protexeron tamén o **porto de Padrón** contra os ataques ingleses. Un camiño de xabre e pasarelas de madeira levaranos ata o límite co **concello de Valga**, onde remata este paseo que nos permite percorrer a pé un treito do **Camiño de Santiago** coñecido como a **Ruta marítima do mar de Arousa e río Ulla**, seguindo o percorrido que a tradición lendaria asigna á chegada do corpo do **apóstolo Santiago a Galicia**.



O románico escondido de Santa M^a de Pesqueiras (Chantada)

O bosque beneditino

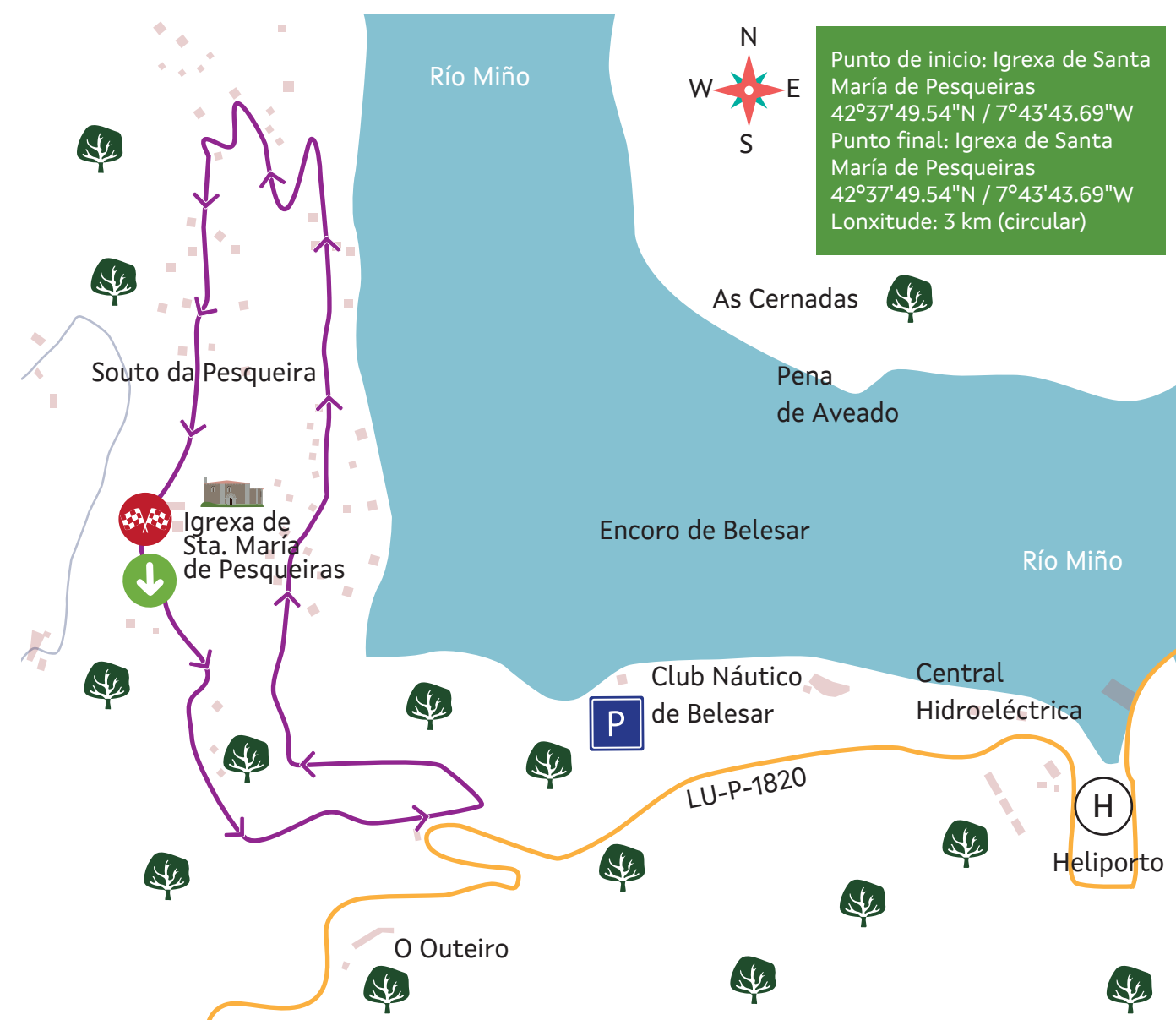
Este paseo comeza e finaliza nunha das xoias románicas da **Ribeira Sacra**, a **igreja de Santa María de Pesqueiras**, pudorosamente escondida no centro dun soto de castiñeiros.

Antigamente foi mosteiro de monxas beneditinas, pero dese conxunto conventual só se conserva o templo, que alberga unha talla do século XIII que representa á **Virxe co Neno**, xunto cun conxunto de valiosísimas pinturas

murais do século XVI, nas que se representa a **Anunciación a María**, a **Resurrección de Cristo** e o **Xuízo final**.

A partir de aquí, a nosa ruta discorre por pistas de terra abrazadas por carballos e castiñeiros e permitiranos gozar en todo momento das estupendas vistas sobre o canón do **río Miño** e o **encoro de Belesar**.

CHANTADA



Prerrománico no Ribeiro (Ribadavia)

Valparaíso do Miño entre viñedos

Comezamos na **vila de Ribadavia**, capital da **rexión vitivinícola do Ribeiro**, de grande importancia histórica e monumental. Na zona vella atoparemos o **castelo dos Sarmiento**, restos das súas murallas e templos románicos como os de **San Xoán** e **Santiago**, entre outros edificios de interese. Con este paseo imos descubrir o treito baixo do **río Avia** dende a **ponte do Burgo** ou de **San Francisco**, en

Ribadavia, ata a súa desembocadura no **río Miño**. A partir de aquí, pola beira norte unha pista de terra lévanos entre o río e viñedos do Ribeiro ata chegar a **Francelos**, aldea na que se atopa a **igreja de San Xes**, datada no século IX coas súas xanelas de celosía e capiteis prerrománicos, que nos serve de miradoiro do coñecido como **Valparaíso**, así chamado pola fertilidade das súas terras á beira do **Miño**.

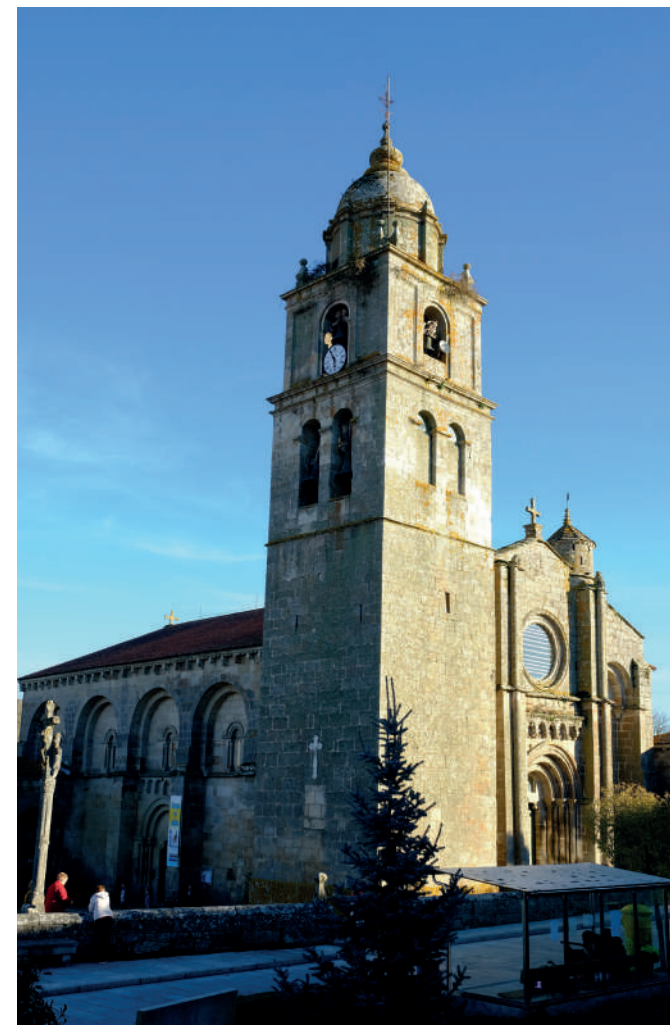
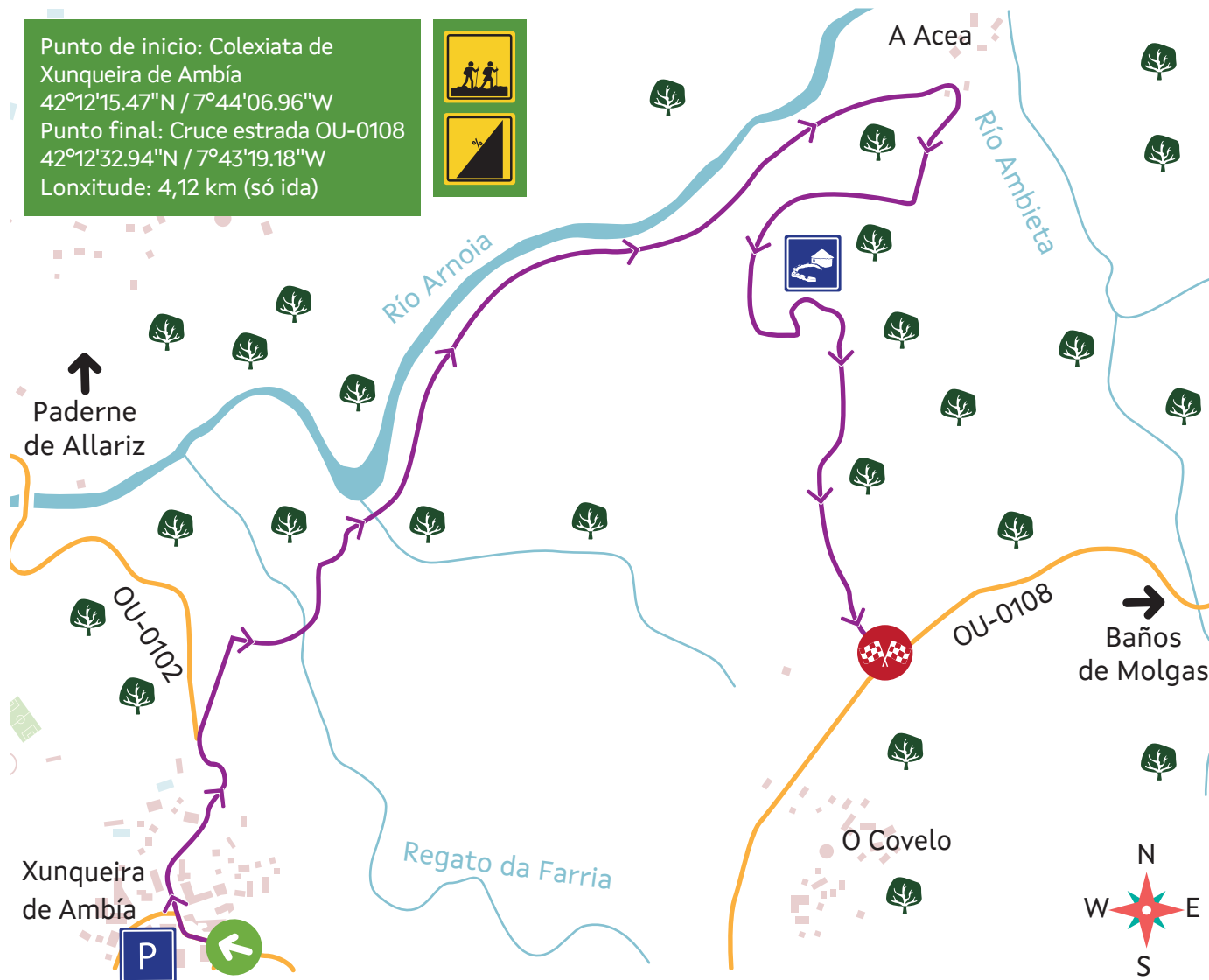


Na procura do castro (Xunqueira de Ambía / Baños de Molgas)

Vereas castrexas entre carballos

Comezaremos este paseo no adro da **antiga colexiata de Xunqueira de Ambía**, xoia do románico galego, para seguir as pegadas dos peregrinos que percorren a **Vía da Prata**. Ao pouco de saír da vila colleremos unha pista á dereita que baixa ata preto do **río Arnoia**. Seguindo a súa marxe esquerda veremos arruinados algún muíño, e o son do río acompañaranos ata a **aldea de Acea**, no **concello de Baños de Molgas**. Por entre bosques de carballos unha vereas sobe ata o **Outeiro do Castro**, pasando ao pé dun

castiñeiro senlleiro. A ruta remata na **croa do castro**, onde recentes escavacións descubriron varios hórreos do tempo dos moradores castrexos, caso único en **Galicia**, e unha vivenda. Dende aquí albiscamos a figura da colexiata e a contorna. O camiño ao castro tamén se pode facer tanto dende a **aldea de Acea** como dende a estrada que une **Xunqueira** con **Baños de Molgas**, sendo neste caso un paseño doado de apenas 700 m planos, polo que é ideal para facelo en familia.



As minas romanas das Borreas (Viana do Bolo)

A historia transformada en natureza

Un percorrido de apenas 3 km, en parte asfaltado, que nos levará a coñecer unha das minas que existiron no territorio da antiga **Gallaecia** explotadas de forma moi intensiva polos romanos a partir da súa conquista no século II a.C.

Accedemos dende a estrada da **Gudiña a Viana do Bolo**, collendo o desvío para **Caldesiños**. No arranque desta pista podemos deixar o noso vehículo onde o cartel turístico indicando as minas. Aquí podemos optar por ascender 1 km pola estrada, con pouco tráfico ou subir ata o miradoiro norte atravesando o bosque entre árbores autóctonas como castiñeiros ou carballos, para continuar ata a estrada e

descender ata o aparcadoiro, cunha pequena desviación ao miradoiro sur. En ambos puntos panorámicos dispoñemos de paneis explicativos que nos facilitan a interpretación da paisaxe inmediata, resultado da acción do home. Os romanos conseguiron extraer toneladas de ouro utilizando o sistema denominado "ruina montium", unha técnica que combina a construción de pozos e galerías subterráneas co uso de auga para derrubar grandes masas de terreo aurífero. Dende eles albiscaremos tamén as montañas da contorna, como a **serra Seca** coa **Cabeza Grande** a máis de 1.200 m de altitude, ou a cola do **encoro do Vao**, no val do **río Camba** antes de xuntarse co **Bibeí** en **Viana do Bolo**.



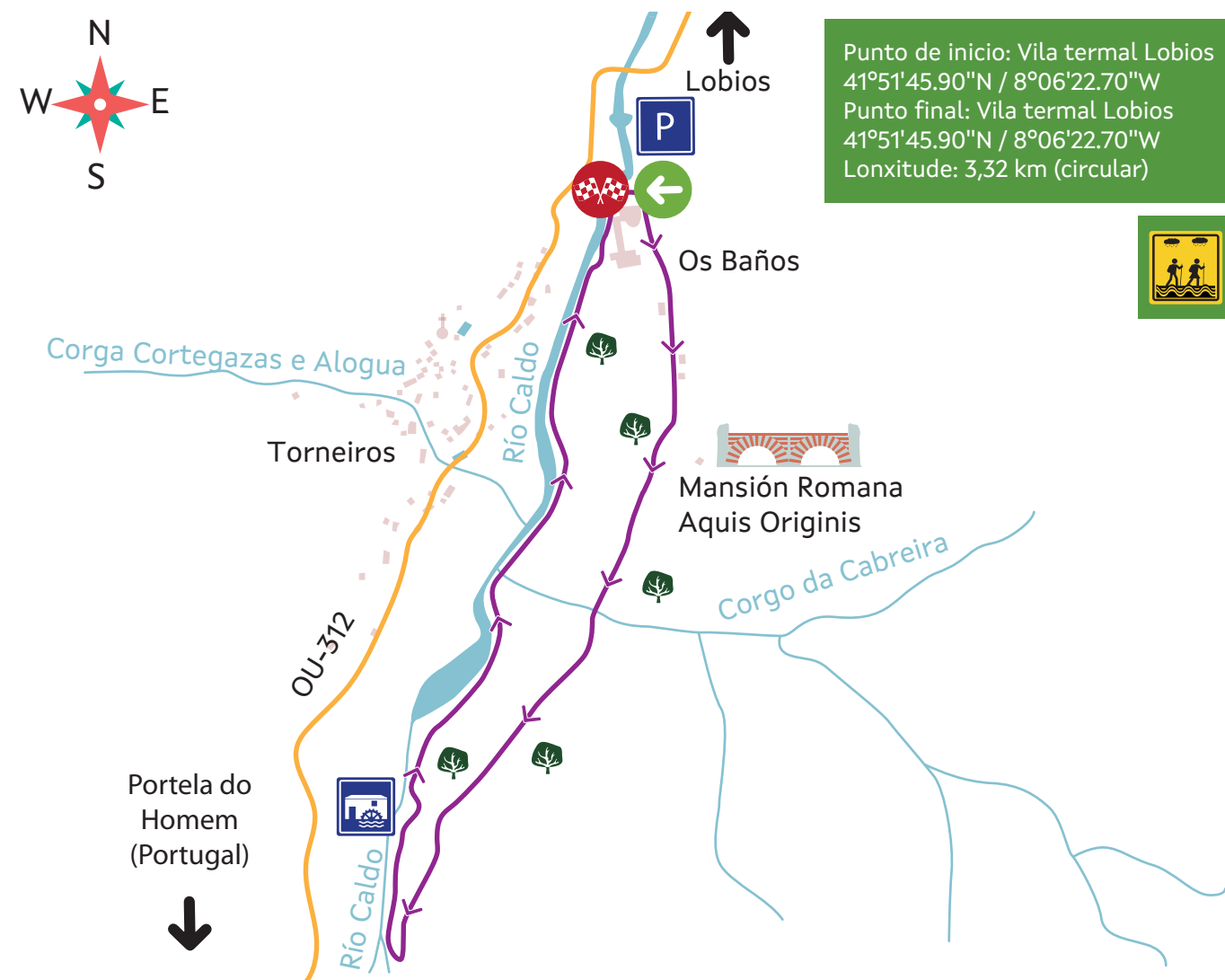
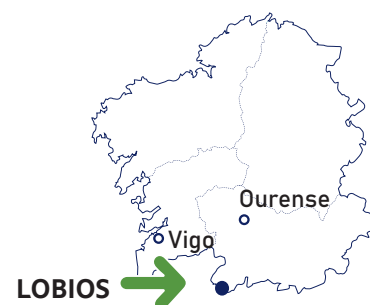
Aquis Originis (Lobios)

Pegadas romanas no Xurés

A ruta que propoñemos atópase no corazón do **Parque Natural da Baixa Limia-Serra do Xurés**, reserva da biosfera transfronteiriza. Iniciamos os nosos pasos no **lugar dos Baños**, onde tamén se atopa un hotel-balneario. Poderemos sentir a pegada romana da **Gallaecia**, xa que seguiremos a antiga **Vía XVIII** do **Itinerario Antonino**, tamén chamada **Vía Nova**. De feito, no noso devalar atoparemos restos da antiga "mansio" **Aquis Originis** (unha especie de pousada), da que é moi visible o hipocausto das termas. Seguimos entre o bosque ata chegar ao pé da corga da

Fecha do Carballón que vén das estribacións da **serra do Xurés**, limítrofe con **Portugal**. Aquí iníciase outra ruta de maior dificultade e risco xa que se salvan fortes desniveis do terreo pero que ofrece preciosas vistas do parque natural.

O regreso faise seguindo a marxe dereita do **río Caldo**, no que refrescarnos nos períodos estivais ou gozar das augas termais na piscina ao aire libre. O nome coa que a sabedoría popular denominou ao río é ben indicativo dos afloramentos de augas quentes neste lugar.



Paseos urbanos

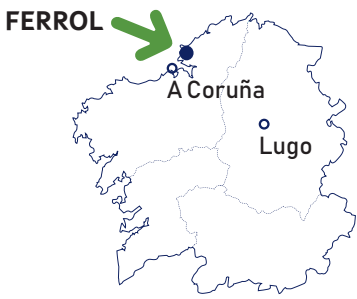
Torre de Hércules (A Coruña)

Paseo da Malata (ferrol)

O acougo da ría de Ferrol

Moi coñecido polos ferroláns pero non tanto polos seus visitantes, o paseo que propoñemos pola **enseada da Malata** comezaremos no aparcadoiro fronte ao recinto feiral **FIMO**. Trátase dun percorrido apto tamén para ciclistas, practicamente chairro, que nos levará ata ao **lugar da Cabana** onde atoparemos unha pequena área recreativa e unha zona de xogos infantís. No noso devalar poderemos gozar das vistas deste repouso da **ría de Ferrol** onde moitas aves buscan acubillo. No horizonte o **barrio de Canido**, o porto comercial e a **zona militar da Graña** enmarcan a entrada a esta

pequena enseada na que atoparemos unha antiga cetaria ao carón da **praia da Cabana**. Estamos no recuncho máis agochado da ría que no século XVIII se converteu nunha importante base naval, sendo **Ferrol** capital do **Departamento Marítimo do Norte**, grazas á súa estratéxica posición e á propia fisionomía da ría, moi estreita na súa bocana, gardada polos **castelos da Palma** e **de San Felipe** e unha serie de baterías militares complementarias, e que se vai abrindo formando varias enseadas, perfectas para o refuxio dos navíos.

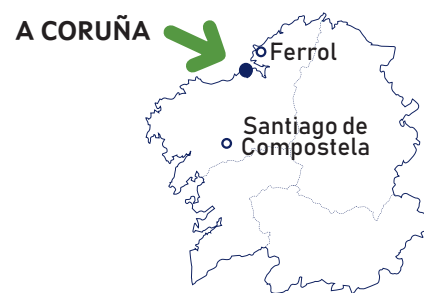


Do parque dos Menhires à Torre De Hércules (A Coruña)

Na procura de heroes lendarios

Percorrido que nos vai levar por parte do litoral da **cidade da Coruña** coa vista permanente do **Golfo Ártabro** e do símbolo da cidade, a **Torre de Hércules**, faro de orixe romana que segue en funcionamento dende hai case dous mil anos e **Patrimonio da Humanidade** dende 2009. Descubriremos diversas esculturas que nos falarán de mitos e heroes vencellados con

estas terras, como o propio semideus grego **Hércules**, ou mesmo **Breogán**. Son moitos os camiños e sendeiros que atravesan os distintos espazos verdes dos **parques dos Menhires, de punta Herminia e da Torre**, polo que é mellor deixarse levar e así ir descubrindo os diferentes recunchos da ruta.



Paseo do río Rato (Lugo)

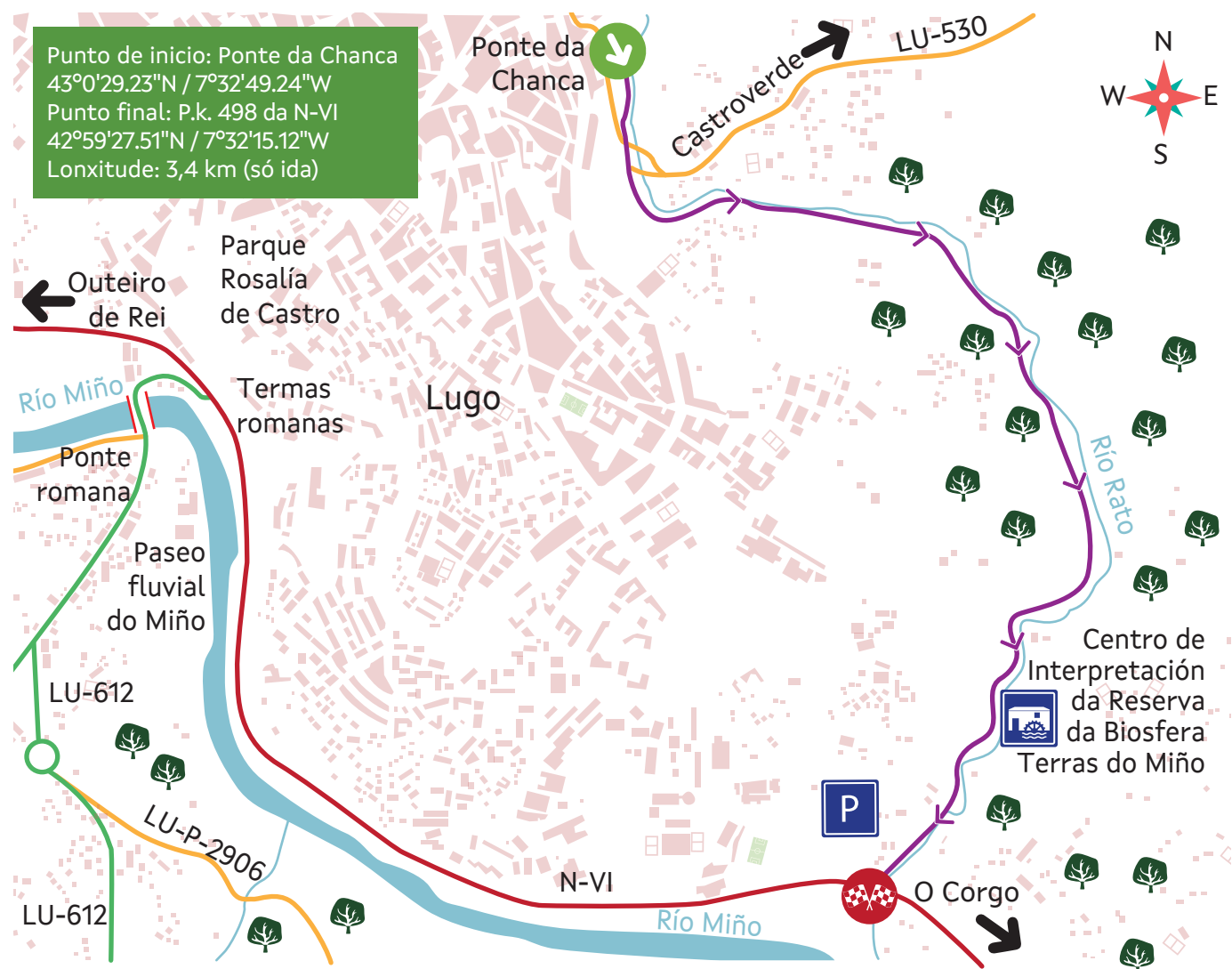
Reserva da Biosfera Terras do Miño

Este paseo parte da **ponte da Chanca** e levaranos a carón do **río Rato** entre zonas de campo aberto, hortas e bosque autóctono, con carballos, freixos ou álamos.

Toda a zona foi recentemente recuperada e construíuse un carril bici que discorre en paralelo á senda peonil. Durante o traxecto atoparemos bancos, pontes, fontes e incluso pequenas fervenzas, e poderemos observar ras, patos, garzas reais ou mirlos acuáticos. Atoparemos tamén o **Centro de Interpretación da Reserva da Biosfera**

Terras do Miño, ubicado nunha casa-muíño do século XIX coñecido como o **muíño do Tendeiro**. Nel poderemos visitar unha exposición audiovisual sobre a etnografía, historia, paisaxe e cultura da auga, e tamén informarnos sobre as numerosas actividades relacionadas coa natureza que se poden realizar na contorna.

O **río Rato** conflúe co **río Miño** nas proximidades desta ruta, o que nos permite prolongala e camiñar varios quilómetros máis á beira do río máis longo e coñecido de Galicia.



Do parque de Galeras a Sarela de Abaixo (Santiago de Compostela)

De ponte a ponte

Este paseo de case que 3 km de lonxitude forma parte dun sendeiro máis longo que circunvala a **zona urbana de Compostela** unindo varios espazos verdes da cidade.

Comezamos no entorno do **campo de Santa Isabel**, ao pé do **monte Pío**, cruzando o **parque de Galeras**, seguindo o sinuoso curso do **río Sarela**, afluente do **Sar**. Chegamos ao **Carme de Abaixo**, coa súa capela barroca e unha ponte do século XVI que forma un precioso recuncho ao carón do río. A partir de

aquí imos deixando atrás a zona máis urbana para adentrarnos nos bosques de ribeira e leiras desta contorna rural da capital.

Atravesaremos o río na **Ponte Sarela**, onde poderemos ver peregrinos camiño de **Fisterra**. A continuación bordearemos os muros centenarios do **pazo de San Lourenzo de Trasouto**. Pouco despois atoparemos unha pasarela de madeira que vai a carón do río, rematando o noso paseo na **rúa do Bidueiro**, xa no lugar de **Sarela de Abaixo**.

SANTIAGO DE COMPOSTELA



Punto de inicio: Parque de Galeras
42°53'05.33"N / 8°32'58.30"W
Punto final: Rúa do Bidueiro,
Sarela de Abaixo
42°52'25.73"N / 8°33'52.45"W
Lonxitude: 2,48 km (só ida)



Senda fluvial do río Lérez (Pontevedra)

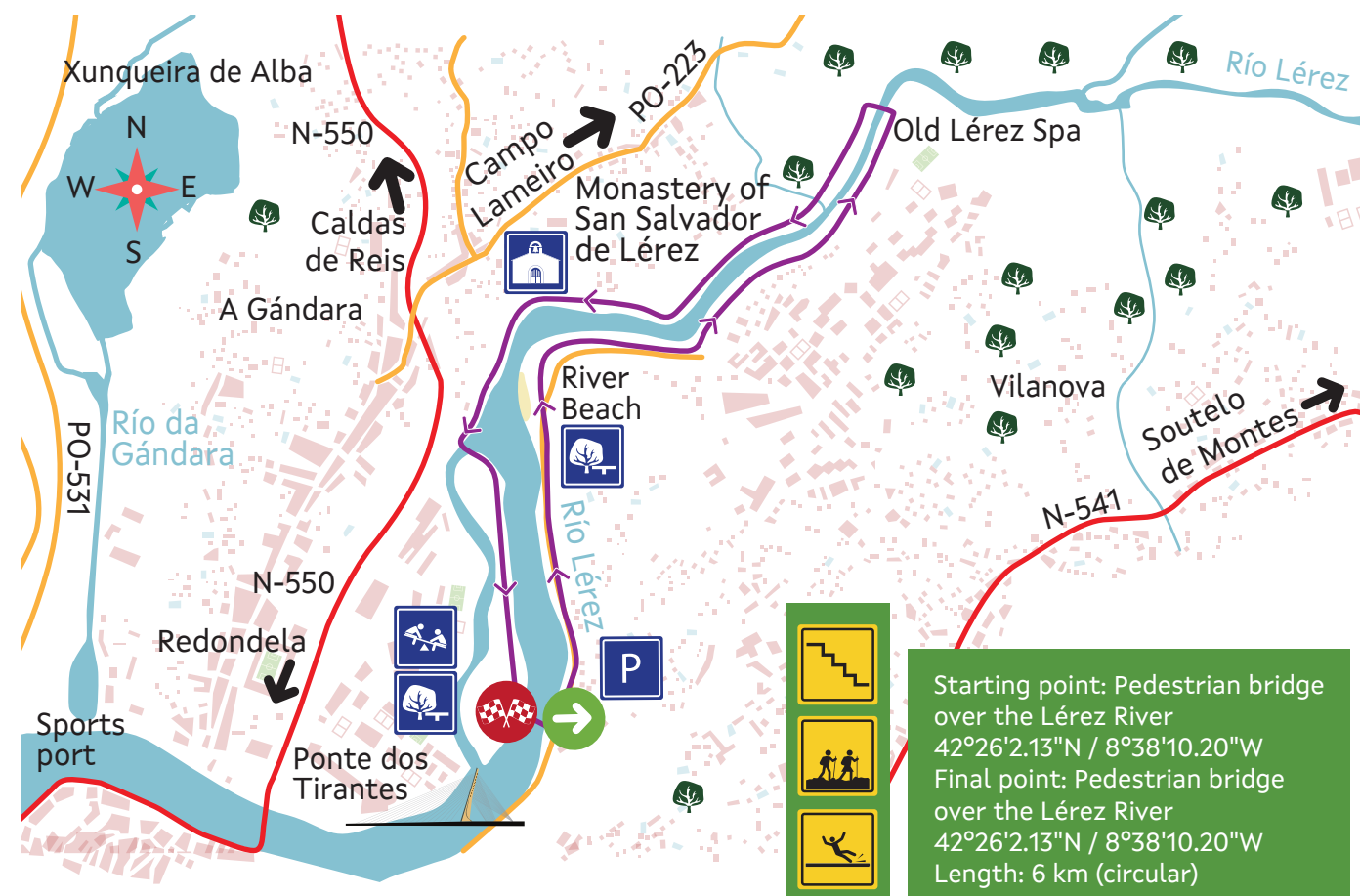
Pontevedra é boa vila, dá de beber
a quen pasa

Esta senda parte dende a ponte peonil sobre o **río Lérez**, na contorna do campus universitario e, tratándose dunha senda circular, podemos optar por comezar pola marxe dereita ou esquerda do río seguindo sempre un camiño chairo que transcorre pegado á beira. Se nos decidimos pola primeira opción pasaremos pola praia fluvial e atoparemos tamén unha zona de merendeiro, para ascender lixeiramente despois e chegar ata o antigo **Balneario do Lérez**. Este complexo foi construído en 1906 por **Casimiro Gómez**, emigrante retornado de **Arxentina** que fixo deste lugar un gran centro cultural e de referencia termal onde se reunían xentes chegadas de diversos puntos da **Península**,

e que hoxe aínda conserva parte do edificio principal coa fonte de augas medicinais no interior.

Dende aí atravesamos a ponte metálica cara a outra beira e emprendemos o camiño de volta por un sendeiro de terra que por momentos se vai estreitando, con subidas e baixadas fortes, o que representa unha dificultade técnica para os percorridos en bicicleta.

Logo de aproximadamente 1 km volvemos transitar por un camiño chairo e ben acondicionado que nos levará ata o punto de partida e que nos permite atender menos ao lugar onde pisamos e máis ás boas vistas desta magnífica paraxe fluvial.

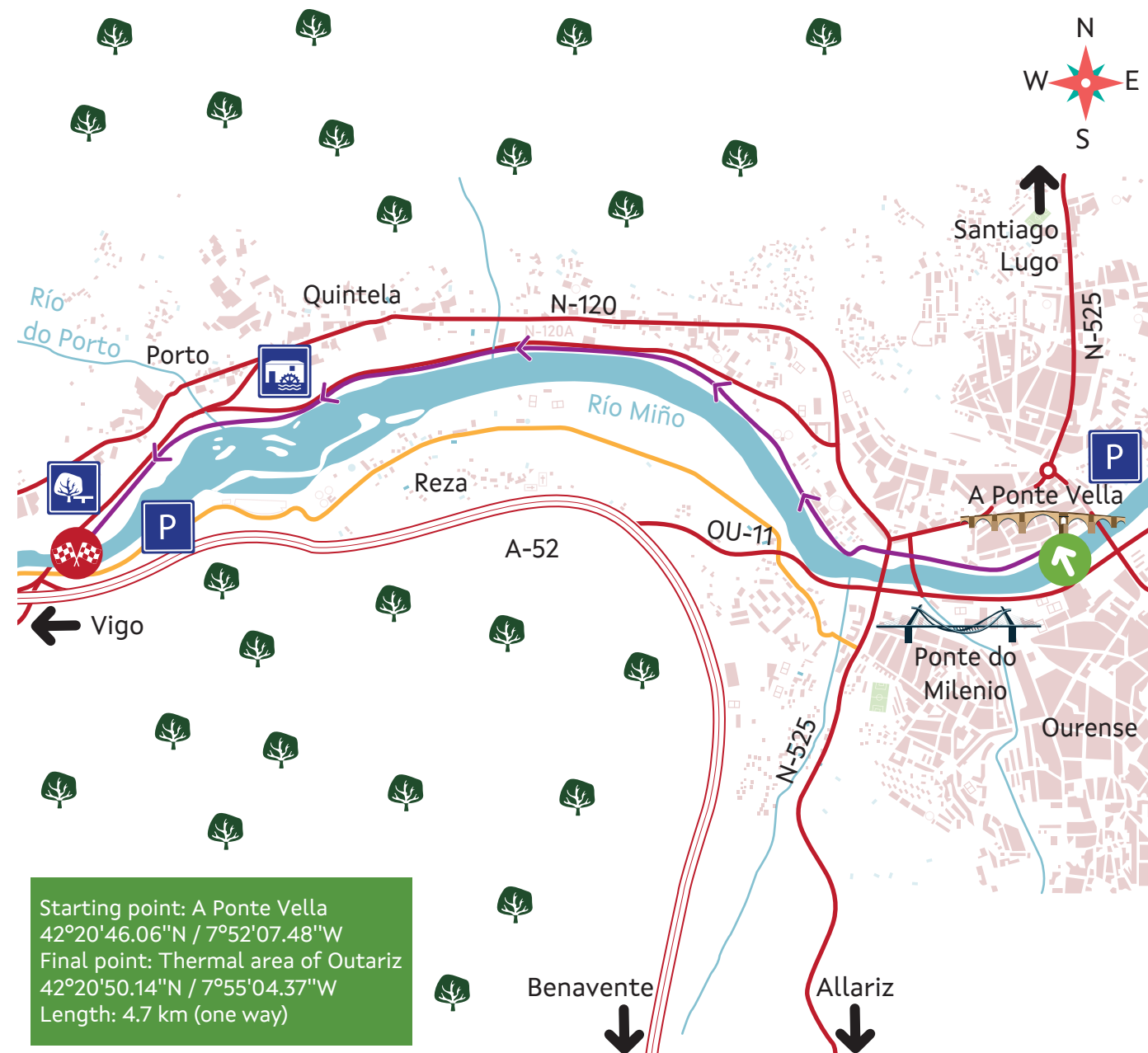


Da ponte Vella a Outariz (Ourense)

De ponte a ponte polo río Miño

O paseo termal do **río Miño** forma parte dun percorrido circular de case que 15 km. A ruta que propoñemos (pouco máis de 4 km) vai da **ponte Vella**, de orixe romana, pasando pola **ponte do Milenio**, inaugurada en 2001, ata a **área termal de Outariz**, seguindo en todo momento o curso do río pola beira

dereita. Trátase dun itinerario perfectamente ciclable e apto para toda a familia. Ao longo do traxecto atoparemos outras zonas termais como **A Chavasqueira**, **O Tinteiro** ou o **Muíño da Veiga**, que dan mostra da riqueza en augas minero-medicinais que converten **Ourense** na capital termal de **Galicia**.



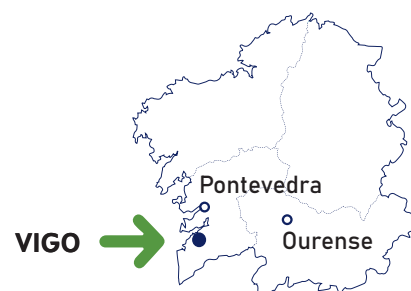
Da ponte medieval de Sárdoma ao parque de Castrelos (Vigo)

Paseo do río Lagares

O inicio deste paseo sitúase na **parroquia de San Pedro de Sárdoma**, concretamente xunto á ponte medieval. Trátase dunha construción, en uso dende o século XII, formada por dous arcos de medio punto e que conta, no medio deles, cun tallamar triangular que axuda a repartir a forza da corrente da auga.

Sobre ela cruzamos o **río Lagares** para continuar por unha senda que, a pesar de discorrer preto dalgúns edificios, debido a que estamos no centro da cidade, non perdeu o seu carácter rural. Despois de camiñar algo máis de 2 km chegaremos ao **parque de Castrelos**, o máis grande de toda a cidade e lugar ideal para practicar deporte ou pasar o día cos máis pequenos no seu parque infantil.

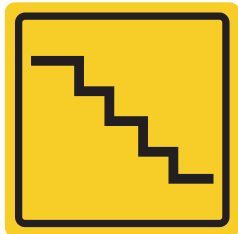
Aquí situamos o punto final deste paseo, non sen antes recomendar a visita ao **pazo de Castrelos** que, situado na parte alta do parque, alberga o Museo Municipal de Vigo. Recibe tamén o nome de **Museo Quiñones de León** porque foi precisamente **D. Fernando Quiñones de León, marqués de Alcedo**, quen o doou á cidade en 1924 e dispuxo que se adicase a museo. Xunto ao edificio, formando un conxunto indisoluble, dispoñense os xardíns, onde poderemos gozar de gran cantidade de especies de plantas exóticas e ornamentais, algunhas delas centenarias, e de varios exemplares de árbores incluídas no **Catálogo de Árbores Senlleiras de Galicia**.



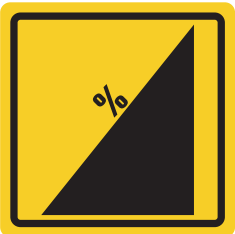


Paseo do Anllóns (A Laracha)

Lenda



Desniveis con
escaleiras



Treitos de
pendente forte



Zonas de terreo
esvaradío



Terreo abrupto



Posibilidade
de treitos
inundables
en época de
choivas



Parque infantil



Área de
repouso



Zona onde
poder
estacionar



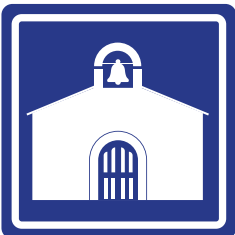
Fervenza



Ponte medieval



Muíño



Capela



Faro



Hórreo tipo
asturiano



Torre
medieval



Miradoiro



Castro



Ponte de
madeira



Ponte
colgante

Edita
Turismo de Galicia

Equipo Técnico
Santiago Bacariza Cortiñas
Arturo Rodríguez González
Rosa L. García Ameal

Fotografías
Santiago Bacariza Cortiñas

Portada
María Pereiró

Deseño e maquetación
Empatía Comunicación S.L.

Imprenta
Gráficas Anduriña S.C.G.

Depósito Legal
C 692-2021

www.turismo.gal

