



Asociación Lorca - Santiago

RIBERA SACRA

Del 25 al 29 de agosto

La *Ribeira Sacra* es uno de los lugares más singulares de *Galicia* y *uno de los mayores tesoros escondidos de la península ibérica*, se ubica a orillas del *Río Miño y del Sil*. Un destino en el que *los ríos, el paisaje, la abundancia de monumentos románicos y sus milenarios viñedos* forman un atractivo destino.

No se llega a descubrir la esencia de la *Ribeira Sacra* hasta que no recorres los **Cañones del Sil en catamarán**. Observar detenidamente sus escarpados cañones, ver desde otra perspectiva el patrimonio sacro, con su vegetación, los bancales anclados en las laderas del río desde los tiempos de los romanos... Esta **experiencia en catamarán surcando las tranquilas aguas del río**, rodeado/a de las impresionantes formas, más caprichosas, que la naturaleza puede crear te dejará maravillado/a.

Los cañones formados por los *ríos Miño y Sil* son **uno de los reclamos más famosos de la Ribeira Sacra**, para la práctica del senderismo y la mejor forma de admirarlos es desde sus numerosos miradores. Algunos de los más conocidos son «**los Balcones de Madrid o el mirador de Cabezoá**», en el margen ourensano del *río Sil* y «**el mirador del Duque, el mirador de Cadeiras o el mirador da Cividade**», en el margen lucense.

Un lugar que nos sorprenderá por la cantidad de paisajes distintos en rutas muy próximas entre si. En ellas podemos encontrar bosques de castaños y robles, aldeas centenarias, caminos ancestrales, miradores a los cañones, monasterios románicos, villas medievales, ríos, cascadas, molinos... **ideal para realizar senderismo, turismo y disfrutar de su rica gastronomía.**



Podremos ver;

- **Las mejores Rutas de Senderismo de la Ribeira Sacra**
- Monasterio de Santo Estevo
- Monasterio de Santa Cristina.
- Pasarelas del río Mao.
- Mirador de Vilouxe.
- Balcones de Madrid.
- Paseo en catamarán por los Cañones del Río Sil.
- Bodegas Ribeira Sacra
- Ourense Capital, Casco Antiguo, Termas, Río Miño....
- Aldeas; Penalba, Barxacova, O Pombar, Paradas del Sil, ...
- Monforte de Lemos



Asociación Lorca - Santiago

Domingo día 24 - Ruta del Contrabando;

Ruta circular de 16 km 750 m, para recorrer en 6 horas incluido paradas y comida en ruta de desnivel que discurre por el municipio de **Nogueira de Ramuin**, en Ourense, que nos permite descubrir el interior de la **Ribeira Sacra**, recorriendo los magníficos bosques que atesora este espacio natural, además de visitar otros puntos destacados de la región como miradores, elementos etnográficos y elementos naturales.

Partiendo de la **aldea de Penalba**, el itinerario nos dirige por caminos y senderos por el interior de magníficos bosques autóctonos, principalmente robledales y soutos, hasta alcanzar **el mirador da Lampa o da Moura**, fascinante punto panorámico que nos permite contemplar el cañón del Sil en una fantástica panorámica de una de las zonas más abruptas del mismo.

Pasaremos por una zona con fascinantes formaciones pétreas como **a Pena do Trigo, os Penedos do Rufino** y, destacada entre las demás, **a Pedra Longa**, impresionante formación rocosa vertical desde la cual se contempla una maravillosa vista del **cañón del Sil**.

Nos internaremos en maravillosos bosques de cuento de hadas, en total tranquilidad y aislamiento, pasando por lugares con numerosos molinos y otros elementos etnográficos interesantes, hasta llegar de nuevo a **Penalba**, final de este completo itinerario.

Se puede hacer una versión más corta de 12 km, terminando en la Aldea de Monteverde.



Lunes día 25 - PR-G 177, Ruta del Cañón del Río Mao

Ruta Circular de 17 km y 800 m de desnivel para realizar en 6 horas incluido paradas y comida en ruta. La ruta es espectacular, la primera parte, recorre las pasarelas suspendidas en la parte Oeste del Cañón del Río Mao. Tras esta pequeña andadura por las pasarelas, que es un regalo para la vista, continua por amplia senda por la ribera del Río Mao para luego ascender a las pequeñas poblaciones de Barxacova, O Pombar, San Lourenzo de Barxacova y Miranda (cota máxima de esta ruta), atravesando zonas de bosques y viñedos. Pasando por Miranda, Forcas, San Lourenzo de Barxacova, donde poco antes de llegar a esta pequeña población se pasa por las "Tumbas" (Necrópolis). Seguidamente se atraviesa San Lourenzo de Barxacova para tomar una senda en descenso hacia la Fabrica de Luz, pasando por zona de viñedos y bosques.

Se puede hacer una opción más corta de 14 km y 700m de desnivel, acortando en la aldea de Forcas.





Asociación Lorca - Santiago

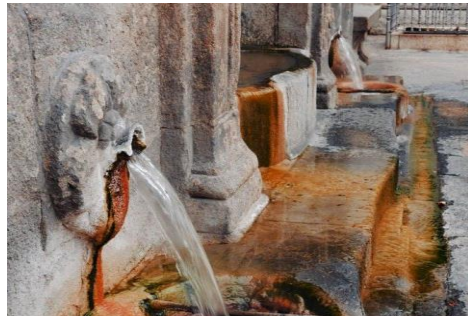
Martes día 26 - Día de descanso; Visita Casco Antiguo de Ourense

Ourense, la única provincia de **Galicia** sin mar y probablemente menos turística que sus vecinas **Pontevedra** y **A Coruña**, tiene suficientes puntos de interés para incluirla en cualquier ruta por el noreste de **España**. Atravesada por los **ríos Miño, Barbaña y Lonia**, y famosa por sus fuentes de aguas termales, la ciudad de **Ourense** enamora por su antiguo y bien conservado centro histórico y una deliciosa gastronomía.

Podremos pasar todo el día recorriendo sus principales monumentos como **la Plaza Mayor**; amplia y ligeramente inclinada plaza está presidida por **el Ayuntamiento** (Casa do Concello) y está rodeada de antiguos edificios nobiliarios con soportales que le dan un encanto medieval. **la Iglesia de Santa María Madre**, probablemente ubicada en el emplazamiento de la antigua catedral. la bonita **Plaza de San Marcial** para después coger la **Rua Hernán Cortés** que te llevará hasta **la Plaza del Trigo**, situada frente a la fachada sur de la Catedral. En esta plazoleta con **la Fuente Nueva** en el centro y rodeada de soportales, se celebraba antiguamente un mercado de cerámica, plateros y cereales. la **Catedral de San Martiño**, construida entre los siglos XII y XIII, y que es otra de las mejores cosas que hacer en Ourense. **El Claustro de San Francisco**, el más completo de Galicia. Perteneciente a un antiguo convento franciscano, este claustro de estilo románico-gótico del siglo XIV impresiona por el buen estado de conservación de los 63 arcos de piedra apoyados en columnas dobles y decorados con motivos vegetales, animales y humanos. **Plaza del Hierro Antiguo** mercado de utensilios de labranza, esta pequeña plaza triangular está presidida por una bonita fuente, traída del Monasterio de Santo Estevo de Ribas de Sil, y rodeada de edificios con soportales del siglo XV como el Pazo dos Boán, un palacio del siglo XVII.



Ourense es la ciudad del agua. Ocho puentes cruzan aquí el río Miño, que en tiempos de los romanos era una mina de oro. Ahora ya no hay oro, pero sí unas aguas muy valiosas: **las aguas termales**. Es imprescindible también ver **As Burgas**. En plena zona vieja encontramos uno de los mananciales de aguas termales de la ciudad que se conserva esplendoroso tras sus más de 2.000 años de historia. El complejo se divide en dos zonas: **Burga de Abaixo**, una preciosa fuente que expulsa agua a más de 60 grados que se ha utilizado tradicionalmente con fines terapéuticos, la explanada central en la que se encuentra la piscina termal, y la **Burga de Arriba**. **El Puente Romano**, datado del siglo I d.C., y que en el siglo XII tuvo que estar sometido a intensas reparaciones después de que el arco central cediese. **Termas de A Chavasqueira**. Este complejo termal localizado en plena naturaleza cuenta con una zona al aire libre, de acceso gratuito





Asociación Lorca - Santiago

Miércoles día 27 - PR-G 98 Cañón del Sil - Santa Cristina

Ruta Circular de 18 km y 850 m de desnivel positivo. Para realizar en 6 horas incluidas paradas y comida en ruta. Una ruta que es de las más clásicas del **cañón del Sil** y que con salida desde **Parada De Sil** está conformado por 2 bucles lo que permite que se divida en dos partes en caso de que no se quiera hacer entera ya que es durilla por desnivel.

En esta ruta tenemos de todo, bosques,, caminos tradicionales, aldeas, molinos, vistas al cañón del sil desde distintos puntos y la joya de la corona, **monasterio románico de Santa Cristina**, cascadas como la de **o pozo das ovellas** o ríos como el de **Batan**. Nos desviaremos brevemente de la ruta en **Castro** para ver los miradores de **A Mirada Maxica y Cividade**, bajar hasta **el Sil en Rabacallos**, y en **Entrambosríos** llegar hasta el castaño milenario.
Se puede hacer una opción más corta de 14 km y 500 m de desnivel acumulado



Jueves día 28 - Ruta dos Bosques Máxicos PR-G 213

Ruta Circular de 17 km y 650 m de desnivel acumulado, para realizar en 6 horas incluidas paradas y comida en ruta. Que hace justicia a su nombre y que recorre bosques autóctonos de cuento, **monasterios como el de Camba y San Paio**, zonas de bosques de ribera, con molinos el **punte de Lumeares** y derivaciones a la **cascada de la ferverenza do cachón y del pozo dos cabalos**. contando también que se sale desde la **villa de Castro Caldelas**, dentro de la asociación de pueblos más bonitos de España y famoso por su castillo. Ruta circular desde **Santuario de los Remedios de Castro Caldelas** pasando por: - **Muiño de Caneiro - Monasterio San Paio de Abeleda**

- **Ponte de Lumeares- Iglesia Santa Tegra - Iglesia y Retoral de Xan Xoan de Poboeiros.**

El recorrido se adentra en los paisajes que rodean **Castro Caldelas**. recorre prados, viñedos, sotos de castaños y bosques de robles en los que el agua fluye por doquier, y donde se ha desarrollado la arquitectura popular y religiosa que, en forma de molinos, sequeiros, aldeas tradicionales, caminos de carro o monasterios, ha surgido durante generaciones a su alrededor.

Se puede hacer una opción más corta terminando en Outeriño.



Viaje:



Asociación Lorca - Santiago

Las rutas podrán cambiarse parcial o totalmente por motivos meteorológicos o cualquier otra circunstancia que afecte a la seguridad o el buen desarrollo de la actividad del grupo.

El viaje es en furgonetas de 9 plazas (ya incluido en el precio). Las comidas son en ruta y las cenas libres en el pueblo o pueblos de alrededor. En furgonetas de 9 plazas. Son unos 1.000 km unas 11 horas de viaje incluida descansos y comida en ruta.

Precio:

425 € Socios y 450 € no socios. Incluye alojamiento en Hostal Rural en habitaciones dobles en régimen de alojamiento y desayuno.

Reservas:

Socios hasta el 1 de mayo o hasta completar las plazas, ingresando 75 €, a partir de esta fecha se podrán hacer reservas los no socios. Se confirma la reserva realizando el pago íntegro de la actividad en la cuenta de Cajamar **ES25 3058 0305 8927 2001 7236** indicando nombre y apellidos – Ribera Sacra

Seguro:

Es obligatorio disponer de seguro federativo para realizar las rutas, el que no disponga de este seguro, se le puede tramitar con un coste de 4 € el día para senderistas. Para lo que habrá que informar de nombre, apellidos, dni, fecha de nacimiento y correo electrónico.

Horarios:

Salida:

A las 7:00 de la del sábado día 23 de agosto.

Desayunos:

A las 8:00 en el hotel. A las 8:30 se sale para las rutas.

Inicio de las rutas:

A las 9:30 horas.

Cenas:

Libre cada en el pueblo o pueblos de alrededor.

Regreso a Lorca:

El viertes día 29 de agosto a las 8:30 horas.

PLAZAS LIMITADAS

Esperamos que disfrutéis de estas actividades

