

NOVIEMBRE 2024



Ribeira Sacra

GUÍA DE RUTAS
DE SENDERISMO
Y BBT





GUIA DE RUTAS DE SENDERISMO Y BTT

Durante varios meses hemos recorrido los caminos y senderos de Ribeira Sacra buscando aquellos senderos más interesantes y atractivos para ofrecerlos en esta guía.

Encontraréis más información de todas las rutas, datos para GPS y fotografías, en la web del Consorcio de Turismo Ribeira Sacra y en su perfil de Wikiloc.

La mayor parte de las rutas incluidas en esta guía están homologadas por la Federación Galega de Montañismo. En aquellas rutas que no están homologadas la señalización puede presentar deficiencias, por ello recomendamos el uso de cartografía adecuada y/o gps.

Todos los Concellos que se citan han adquirido el compromiso de mantener estas rutas en correcto estado, de manera que pueda completarse el recorrido en cualquier época del año. El Consorcio de Turismo no es responsable de su mantenimiento.

El senderismo y BTT son actividades deportivas que implican ciertos riesgos, y para las que es necesaria una preparación y un material adecuados.

ADVERTENCIA: Precaución en algunas rutas en época de caza (octubre - enero). Consultar en los teléfonos de los Concellos posibles zonas afectadas.

Consultar novedades en rutas de senderismo o BTT en el 638823592 o en turismo@ribeirasacra.org

Descarga guía
senderismo y BTT



Perfil Wikiloc
Ribeira Sacra



LEYENDA



Inicio y/o fin de ruta
(inicio recomendado)



Inicio y/o fin de ruta

PÁG RUTAS DE SENDERISMO

- 4 PR-G 179 RUTA DO MIÑO | Concello da Peroxa
- 6 PR-G 213 RUTA DOS BOSQUES MÁXICOS | Concello de Castro Caldelas
- 8 PR-G 23 SENDEIRO DO MIRADOIRO DE MATA CÁS | Concello de Castro Caldelas
- 10 PR-G 183 RUTA DOS VIÑEDOS DE BELESAR | Concello de Chantada
- 12 PR-G 4 CAMIÑO REAL DE SAN PEDRO DE ROCAS | Concello de Esgos
- 14 PR-G 137 RUTA DOS SOUTOS DE CESURIS | Concello de Manzaneda
- 16 PR-G 138 RUTA VAL DO GLACIAR DE PRADA | Concello de Manzaneda
- 18 PR-G 182 RUTA DO BIDUEIRAL DE GABÍN | Concello de Montederramo
- 20 PR-G 266 RUTAS DAS ALDEAS DE MONTEDERRAMO | Concello de Montederramo
- 22 PR-G 178 RUTA DE MAQUINO LARGAÑO | Concello de Nogueira de Ramuín
- 24 PR-G 253 RUTA GRANÍTICA DE MOURA | Concello de Nogueira de Ramuín
- 26 PR-G 181 RUTA DE CIBRISQUEIROS – SAN COSMEDE | Concello de Pantón
- 28 PR-G 274 RUTA DO XANARTEIRO | Concello de Pantón
- 30 PR-G 98 CANÓN DO SIL - SANTA CRISTINA | Concello de Parada de Sil
- 32 PR-G 177 RUTA DO CANÓN DO RÍO MAO | Concello de Parada de Sil
- 34 PR-G 14 RUTA DO LOIO | Concello de Paradela
- 36 PR-G 249 CAMIÑO VELLO DE ALDOSENDE | Concello de Paradela
- 38 PR-G 236 RUTA DA CASTAÑA E DO MEL | Concello da Pobra do Brollón
- 40 PR-G 242 RUTA DA CAPELA DE SAN VITORIO Á MINA DA VENEIRA | Concello da Pobra do Brollón
- 42 PR-G 187 CAMIÑO DO FERRADAL | Concello de Quiroga
- 44 PR-G 184 RUTA DA LAGOA DA LUCENZA | Concello de Quiroga
- 46 PR-G 180 RUTA DA CUBELA | Concello de Ribas de Sil
- 48 PR-G 86 SENDEIRO DOS VIÑEDOS DA RIBEIRA SACRA | Concello de Sober
- 50 PR-G 157 DOADE – AUGASMESTAS | Concellos de Monforte de Lemos, A Pobra de Brollón e Sober
- 52 PR-G 162 RUTA DA RIBEIRA SACRA DO MIÑO | Concellos do Saviñao e Pantón
- 54 PR-G 224 RUTA DA TEIXEIRA | Concello da Teixeira

56 OTROS SENDEROS NO HOMOLOGADOS

PÁG ITINERARIOS DE GRAN RECORRIDO

- 60 CAMIÑO DE SANTIAGO FRANCÉS
- 61 CAMIÑO DE INVERNO
- 62 ITINERARIO CANÓN DO SIL
- 64 ITINERARIO CANÓN DO MIÑO

PÁG BTT, TRAILS Y CARRERAS DE MONTAÑA

- 66 CENTRO BTT RIBEIRA SACRA
- 68 OTRAS OPCIONES PARA LA PRÁCTICA DE BTT
- 70 TRAILS Y CARRERAS DE MONTAÑA



ACCESOS

Pueblo de A Peroxa (por debajo de la Iglesia):
Desde Ourense por la N-525. Al pasar Gastei, desviarse a la derecha dirección A Peroxa.

Playa fluvial en Os Peares:
Desde Ourense por la N-120 dirección Monforte, tomar la salida de Os Peares y continuar hasta el pueblo, donde se encuentra la playa fluvial.



Longitud	11 km	Duración	3 horas 30 minutos		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	No apto		
Punto de partida/llegada	Concello da Peroxa (por debajo de la Iglesia)/Playa fluvial en Os Peares				
Servicios	Restauración y alojamiento en A Peroxa, Os Peares y Centro de Salud en Os Peares.				
Cartografía IGN 1:25.000	188-I A Peroxa				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
A Peroxa	42º 26.467'N	7º 47.458'W	29T	599435	4699462
Os Peares	42º 27.299'N	7º 44.103'W	29T	604011	4701069

La ruta se divide en dos zonas muy diferentes. Los dos caminos que bajan desde A Peroxa hasta Gulfariz, y el camino que recorre la orilla del Miño entre Gulfariz y Os Peares.

El descenso desde A Peroxa a Gulfariz podremos realizarlo paralelo al río Rial, pasando por varios pueblos. El paseo es muy agradable ya que discurre bajo un bosque de ribera. Cruzaremos varios puentes de madera sobre el río y visitaremos las ruinas del Castillo de A Peroxa. Al llegar a Gulfariz podremos elegir entre acompañar al río Miño aguas arriba hasta llegar a Os Peares o volver a ascender hasta A Peroxa por el otro camino existente, situado más al este. Si decidimos continuar hasta Os Peares, el sendero discurre paralelo al río Miño, caminando inicialmente por una senda entre viñedos y con vistas del río. Los últimos 4 kilómetros se realizan por una pista de tierra paralela al río y a las vías de ferrocarril que conectan Ourense con Monforte.

Es posible hacer la ruta circular y, una vez que llegamos al Miño, volver a subir hacia A Peroxa, con un recorrido total de 12,2 kilómetros.

Existe la opción, una vez en Os Peares, de solicitar un taxi que nos lleve de vuelta hasta A Peroxa.

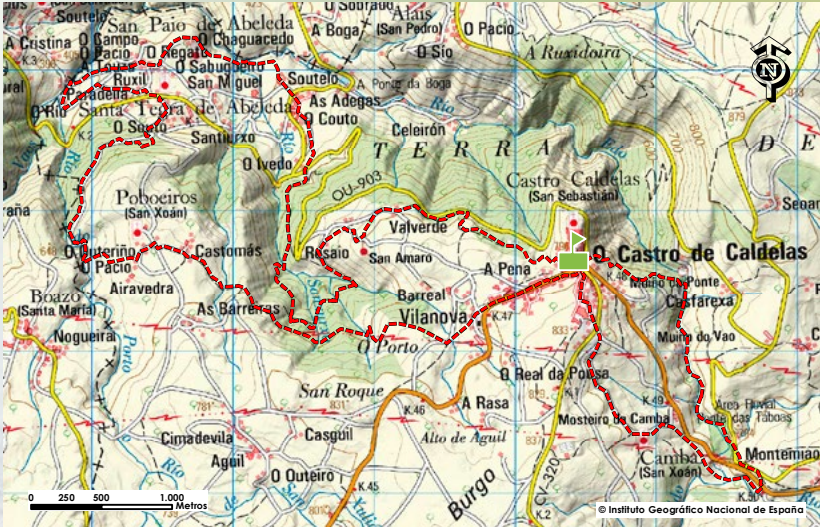
Si realizamos la ruta en verano podremos disfrutar de la playa fluvial de Os Peares.





ACCESOS

Desde Ourense:
Llegar a Castro Caldelas por OU-536. La Praza do Prado se encuentra en el cruce de caminos de la OU-536 con la LU-903.



Longitud	21 km	Duración	5 horas		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto		
Punto de partida/llegada	Praza do Prado (Castro Caldelas)				
Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Castro Caldelas.				
Cartografía IGN 1:25.000	189-III				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Plaza del Prado	42° 22.490'N	7° 24.920'W	29 T	630467	4692611

La ruta discurre por algunos de los lugares con mayor interés paisajístico, histórico y etnográfico del concello de Castro Caldelas: aldeas abandonadas, bosques con castaños monumentales y numerosos miradores naturales, entre otros.
El patrimonio histórico durante la ruta también es de gran importancia, pasando por monasterios como el de San Paio de Abeleda o la rectoral de Poboeiros. El puente medieval de A Ponte o las cascadas del Pozo dos Cabalos son otros de los lugares que atraviesa esta ruta.
Además, este itinerario se puede realizar en dos bucles: uno de 15 km y otro de 6 km.

El PR-G 213 coincide con el PR-G 237 en el casco urbano de Castro Caldelas. Atiende a la señalización, que diferencia cada sendero con su correspondiente baliza, para no confundirte con el recorrido.



PR-G
237

Concello de Castro Caldelas



Longitud	19,45 km	Duración	7 horas
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	No apto
Punto de partida/llegada	Praza do Prado (Castro Caldelas)		

Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Castro Caldelas
------------------	--

Cartografía IGN 1:25.000 189-III

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Praza do Prado	42° 22.490'N	7° 24.920'W	29T	630457	4692611

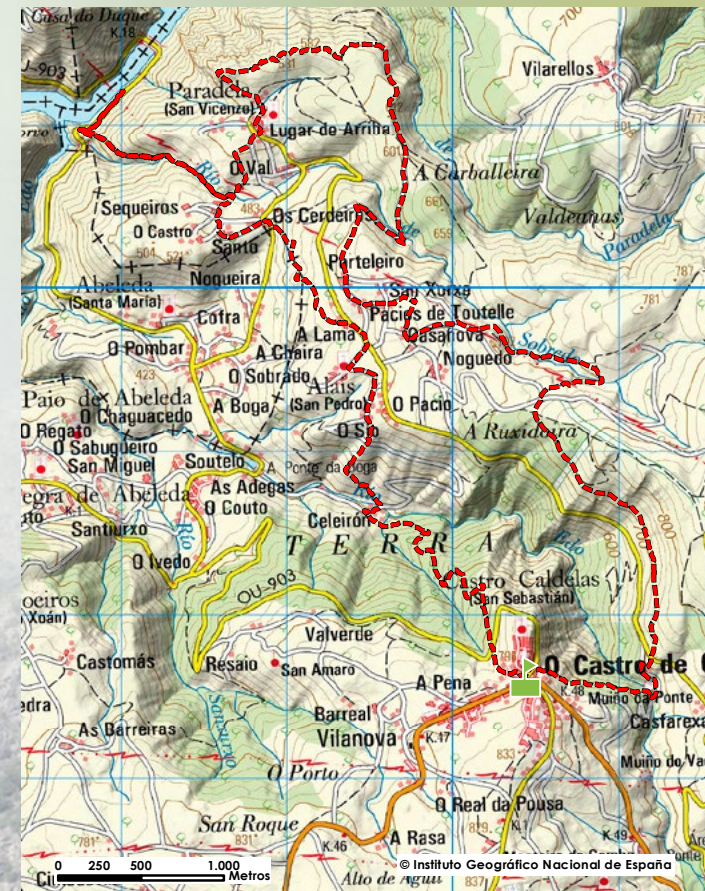


Esta ruta une el centro de Castro Caldelas con el Mirador de As Penas de Matacás, donde se abre una panorámica espectacular sobre el Cañón del Sil, que pone de manifiesto el contraste entre las laderas boscosas de Ourense y los soleados viñedos en bancales de Lugo.

El recorrido incluye una derivación al Embarcadero de Abeleda, y ofrece el gran atractivo de los viñedos, soutos y aldeas de pizarra negra de Paradela y Alais, el alcornoque centenario de Lugar de Arriba y las hermosas vistas al valle de Abeleda y a los bosques que rodean Castro Caldas.

El PR-G 237 coincide con el PR-G 213 en el casco urbano de Castro Caldelas. Atiende a la señalización, que diferencia cada sendero con su correspondiente baliza, para no confundirte con el recorrido.

Sin la derivación al embarcadero de Abeleda, la longitud de la ruta es de 16.5 km.



ACCESOS

Desde Ourense:

Llegar a Castro Caldelas por OU-536. La Praza do Prado se encuentra en el cruce de caminos de la OU-536 con la LU-903.



Longitud	4,6 km	Duración	2 horas
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto
Punto de partida/llegada	Belesar / A Veiga.		

Servicios	Servicios de hostelería en Belesar, alojamiento y Centro de Salud en Chantada.
-----------	--

Cartografía IGN 1:25.000	155-I, 155-III
--------------------------	----------------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Belesar	42° 35.448'N	7° 43.539'W	29T	604557	4716163
A Veiga	42° 33.800'N	7° 42.804'W	29T	605609	4713127

ACCESOS

Belesar:
Desde Chantada tomar la LU-533 hacia Monforte.
Desviarse tras cruzar el puente sobre el río Miño en dirección Belesar.
El sendero comienza al lado del puente de Belesar.



Esta ruta parte del pueblo de Belesar y recorre la orilla del río Miño.

Se trata de un recorrido sencillo, con muy poca pendiente, en el que se alternan zonas de viñedos con bosques de castaños y de robles.



Longitud	9 km	Duración	2 horas 45 minutos
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	Apto
Punto de partida/llegada	Esgos.		

Servicios	Restauración, Centro de Salud en Esgos.
-----------	---

Cartografía IGN 1:25.000	Nº 226-I Esgos y 188-III Nogueira de Ramuín.
--------------------------	--

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Esgos	42º19.609'N	7º41.735'W	29T	607480	4686970



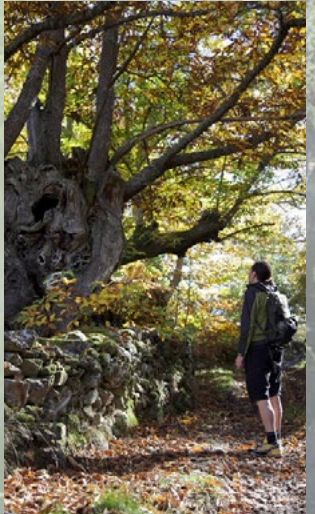
Se trata de uno de los senderos homologados con más solera de toda Galicia, y es una buena muestra de por qué algunos senderos perduran a lo largo de los años y otros desaparecen pocos meses después de su inauguración.

Se trata de un recorrido circular, sencillo y fácil de realizar, por un antiguo camino real que servía como vía de comunicación con Ourense. Los caminos conservan sus muros laterales y, en muchos tramos, veremos las marcas de los carros sobre el empedrado. Bosques de robles y masas de coníferas, fincas con sus muros de piedra y curiosas formaciones rocosas, se suceden durante todo el recorrido.

Además del propio camino real, en esta ruta encontraremos uno de los elementos arquitectónicos más importantes de Ribeira Sacra, el Monasterio de San Pedro de Rocas, con sus tumbas antropomórficas y el Centro de Interpretación de Ribeira Sacra.



ACCESOS
Desde Ourense:
Por la OU-536 hasta Esgos. La ruta parte de la Praza da Souteira, en el Centro de Salud.



Longitud	11,37 km	Duración	3 horas		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto		
Punto de partida/llegada	San Miguel de Bidueira (Manzaneda)				
Servicios	Centro de Salud en Manzaneda y alojamiento y restauración en las inmediaciones				
Cartografía IGN 1:25.000	227-II Manzaneda 228-I A Veiga				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
San Miguel de Bidueira (Manzaneda) - Partida	42º16'22.6"N-	7º11'16.9"W	29T	649421	4681672
San Miguel de Bidueira (Manzaneda) - Llegada	42º16'07.2"N-	7º11'01.4"W	29T	649786	4681206



Entre castaños centenarios, esta ruta se adentra en el Macizo Central para recorrer uno de los parajes más desconocidos dentro del municipio de Manzaneda. Un lugar donde, a pesar de su despoblamiento, todavía se mantienen vivas actividades tradicionales como el pastoreo, la agricultura y la recogida de castaña.

Tras cruzar San Miguel de Bidueira y dejar atrás la iglesia parroquial del mismo nombre se encuentra el cartel de inicio de esta ruta. Desde aquí, con la panorámica del glaciar de Prada a nuestras espaldas, nos dirigimos hacia la aldea de Trabazos, que esconde la capilla de Santo Antonio, hasta alcanzar Cubeiros. Desde Borruga, atravesando el Souto de Tonxil y Placín, se alcanza el final de esta ruta en las afueras de San Miguel de Bidueira. Llegados a este punto existe la posibilidad de enlazar este sendero con el PR-G 138 Ruta do Val Glaciar de Prada.



ACCESOS
Desde Ourense:
Tomar la OU-536 hasta A Pobra de Trives. En A Pobra de Trives, en el oriente ourensano, nos desviamos hacia Manzaneda por la OU-0701 que pasa por Mendo, Sobrado y el centro de la villa de Manzaneda hasta llegar a San Miguel de Bidueira.



Longitud	17,5 km	Duración	4 horas 30 minutos		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto		
Punto de partida/llegada	Iglesia de San Miguel de Bidueira (Manzaneda)				
Servicios	Centro de Salud en Manzaneda y alojamiento y restauración en las inmediaciones				
Cartografía IGN 1:25.000	227-II Manzaneda y 227-IV Castiñeira				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Igrexa de San Miguel de Bidueira (Manzaneda)	42°16'01.5"N	7°11'16.7"W	29T	649439	4681023

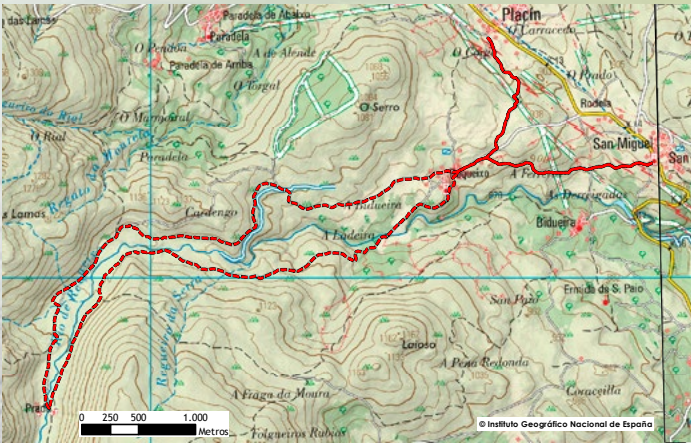


Comienza junto a la iglesia parroquial de San Miguel de Bidueira, una joya de la arquitectura barroca del siglo XVIII, conocida popularmente como la “Catedral das Terras de Manzaneda”.

Siguiendo el río Requeixo se llega a la aldea abandonada de Prada, que conserva parte de la Capilla de San Bartolomeu así como varias de sus tradicionales casas de alta montaña, utilizadas en la actualidad como refugio invernal para el ganado.

Además, se puede contemplar una excelente panorámica sobre el Circo Glaciar de Prada, que data de entre 50.000 y 10.000 años atrás y que sometió a estas montañas de la Serra de Queixa y O Invernadeiro a un proceso de abrasión glaciar.

Desde Prada, pasando por O Pontón, A Biduela y O Salgueiro, a través de caminos de alta montaña y pequeños senderos, se regresa a la aldea de San Miguel de Bidueira. A la altura de Requeixo, existe la posibilidad de coger una derivación de la ruta principal y visitar la aldea de Placín.



ACCESOS

Desde Ourense:
Desde Ourense, tomar la OU-536 hasta A Pobra de Trives. En el oriente ourensano, desde A Pobra de Trives continuar por la OU-0701 que pasa por Mendo, Sobrado y el centro de la villa de Manzaneda hasta llegar a San Miguel de Bidueira



Longitud	9,4 km	Duración	3 horas		
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	Apto		
Punto de partida/llegada	Campo do Casar - Serra de San Mamede.				
Servicios	Alojamiento, restauración y Centro de Salud en Montederramo.				
Cartografía IGN 1:25.000	nº 227-III Montederramo.				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Campo do Casar-Serra de San Mamede	42° 14.130'N	7° 29.664'W	29T	624231	4677022

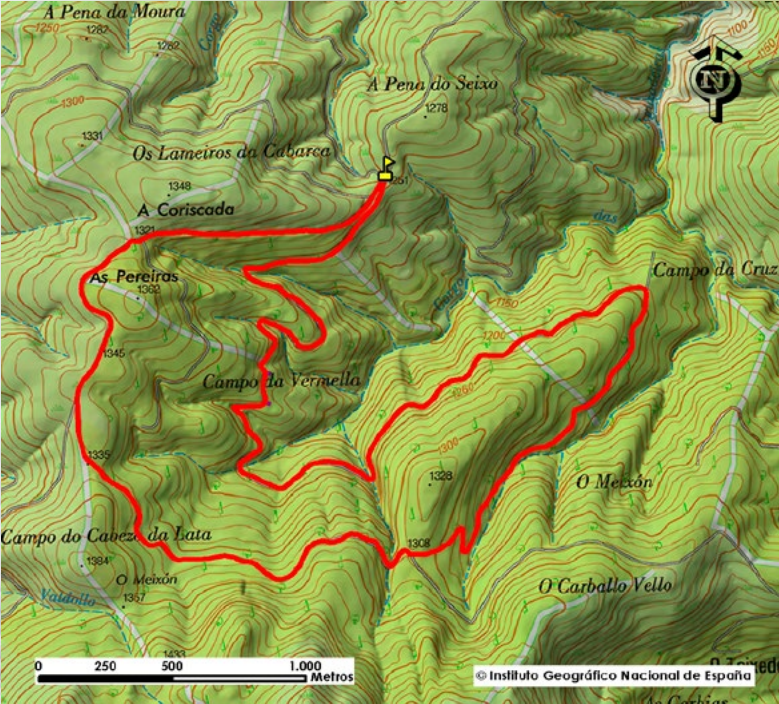


ACCESOS
Desde Ourense:
Por la OU-536 hasta llegar a Leboreiro. Desviarse por la OU-0602 dirección Montederramo.

Dejando atrás Montederramo, tomar el desvío a la derecha en dirección Gabín-A Mogaínza.

Al llegar a Mogaínza, girar a la derecha en una pista sin asfaltar que conduce al bidueiral.

A Campo do Casar no se accede fácilmente con vehículo.



La ruta discurre en su totalidad por el espacio (perteneciente a la Red Natura) del Bidueiral de Montederramo. Se trata de un bosque denso de abedules, robles, acebos y otras especies de sotobosque. También hay varias zonas de pino silvestre.

Toda la ruta se realiza por una pista forestal, bien acondicionada y con pendientes suaves, que recorre todo el bosque y resulta muy atractiva para realizar, tanto caminando como en bicicleta.



RUTAS DAS ALDEAS DE MONTEDERRAMO

Concello de Montederramo

PR-G
266



Longitud	17,70 km	Duración	5 horas 30 minutos
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto Parcialmente
Punto de partida/llegada	Rúa da Ponte, 3 (Montederramo)		

Servicios	Alojamiento y Centro de Salud en Montederramo
------------------	---

Cartografía IGN 1:25.000	0227-1 Montederramo
---------------------------------	---------------------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Rúa da Ponte, 3	42°16'33.1"E	7°30'11.113"S	29T	623435	4681490



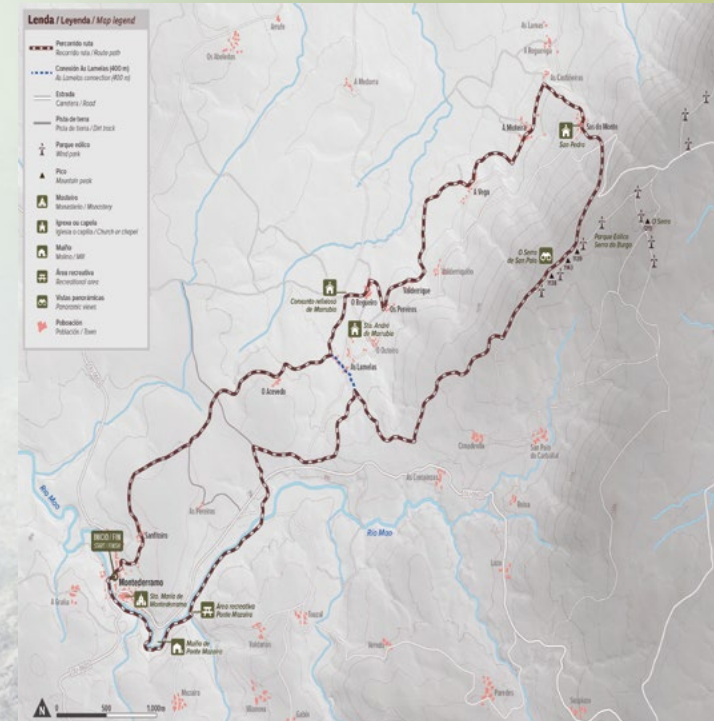
Esta ruta es un recorrido por los paisajes de Montederramo y por algunos elementos etnográficos que son testimonio de cómo fue vida durante muchos siglos en las zonas rurales de montaña de Galicia.

Se inicia en sendas de pescadores junto al río Mao hasta llegar al molino de Ponte Mazaira. A partir de su área recreativa el río quedará atrás, y dará paso a prados y antiguos caminos entre muros de piedra.

Comenzará después la subida hasta la Serra do Burgo, con una panorámica espectacular. Un pronunciado descenso nos conducirá desde allí hasta el fondo del valle. Caminos entre prados, castaños y robles nos permitirán conocer aldeas que conservan parte de la esencia de la vida en la montaña, con una arquitectura tradicional fruto de la severidad de sus inviernos.

El camino continúa hasta el conjunto religioso de Marrubio y su precioso crucero policromado. Desde aquí, un último ascenso por la pequeña meseta de A Franqueira nos llevará a finalizar casi a los pies del solemne Monasterio de Montederramo, símbolo del antiguo poder de este territorio de Ribeira Sacra.

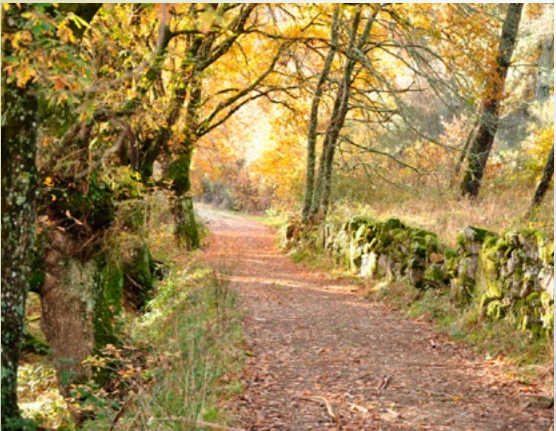
La ruta dispone de un bucle corto de 9 km, señalizado a la altura del pueblo de As Lamelas.



ACCESOS

Desde Ourense:

Por la OU-536 hasta Leboeiro. Después, tomar el desvío por OU-0602 y recorrer 5 kilómetros hasta el núcleo de Montederramo.

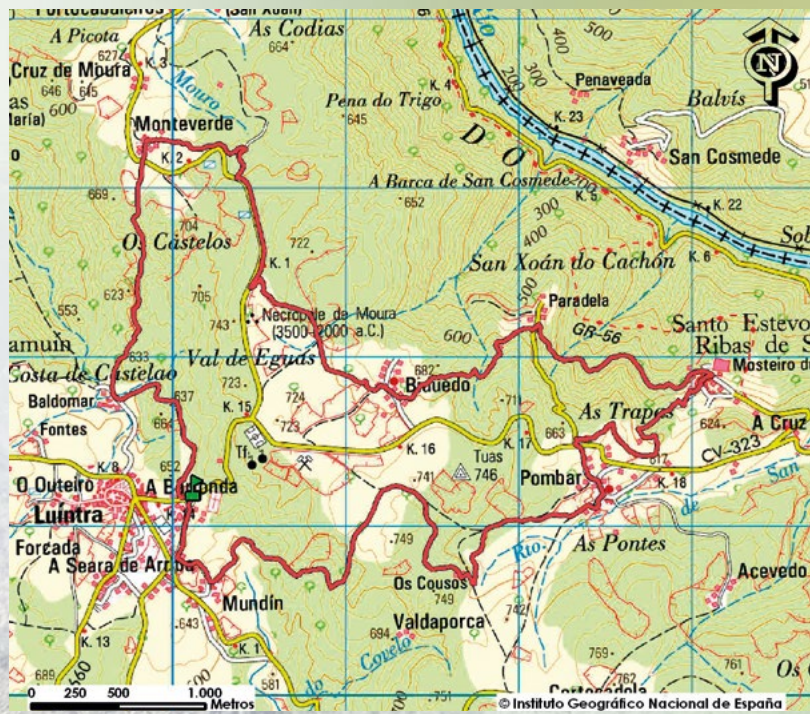


Longitud	15 km	Duración	6 horas		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto parcialmente		
Punto de partida/llegada	Luíntra.				
Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Luíntra.				
Cartografía IGN 1:25.000	188-I, 188-III.				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Luíntra	42° 24.646'N	7° 43.599'W	29T	604775	4696170



ACCESOS

Desde Ourense:
Por la OU-536. En Castadón, desviarse dirección Luíntra. La ruta parte de la pista que sale a la izquierda del nuevo Cuartel de Guardia Civil.



Este recorrido circular se inicia en el pueblo de Luíntra, capital del Concello de Nogueira de Ramuín. El recorrido resulta muy variado en los paisajes, pasando por robledales, bosques de abedules, fincas y poblaciones. La ruta discurre principalmente por caminos y pistas de tierra, entre arbolado, con pendientes suaves. Visitaremos varios pueblos del municipio, las mámoas de Moura, el Monasterio de Santo Estevo de Ribas de Sil y un tramo del Cañón del Sil, perteneciente a la Red Natura.





Longitud	7,5 km	Duración	2 horas 35 minutos		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto Parcialmente		
Punto de partida/llegada	O Alcouce - Moura (Nogueira de Ramuín).				
Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Luínta				
Cartografía IGN 1:25.000	188 - 1				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
O Alcouce-Moura	42° 26.344' N	7° 43.162' W	29T	605335	4699331



El PR-G 253 es una ruta circular que comienza en la aldea de O Alcouce, en la parroquia de Moura, perteneciente al ayuntamiento de Nogueira de Ramuín. Al poco de comenzar el sendero llegamos al Mirador de A Lampa, donde se puede observar una panorámica espectacular del Cañón del río Sil y del Monasterio de Santo Estevo de Ribas de Sil.

El recorrido continúa por la ladera del Cañón entre formaciones arbóreas de robles y castaños centenarios.

Durante los últimos kilómetros, el sendero transcurre por un paisaje diferente, en la cual destacan las curiosas formaciones graníticas popularmente conocidas como As Codias (Las Cortezas), Os Penedos de Rufino (Las Peñas de Rufino), O Penedo do Trigo (La Peña del Trigo), O Vixiante (El Vigilante) o la Pedra Longa (Piedra Larga). El visitante también podrá visitar la Necrópolis Megalítica de Moura (o Mámoas de As Cabanas), situada a escasos metros del sendero.



ACCESOS

Desde Ourense
Tomar la OU-536 hasta pasar el embalse de Cachamuíña. Después, la OU-0507 y seguir indicaciones hasta Luínta. Al llegar a Luínta, en la rotonda, tomar la segunda salida, por la OU-0508, hasta el campo de fútbol de Luínta. En ese punto, desviarse a la izquierda en dirección Moura.

RUTA DE CIBRISQUEIROS A SAN COSMEDE

Concello de Pantón

PR-G
181



Longitud	4 km	Duración	1 hora 30 minutos
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	No apto
Punto de partida/llegada	Barrio de Cibrisqueiros (Pombeiro) / San Cosmede.		

Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Os Peares y Ferreira de Pantón.
------------------	--

Cartografía IGN 1:25.000	188-I.
---------------------------------	--------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Barrio de Cibrisqueiros (Pombeiro)	42° 26.924'N	7° 42.070'W	29T	606808	4700417
San Cósmede	42° 25.734'N	7° 41.477'W	29T	607654	4698227



Esta ruta comienza en el pueblo de Cibrisqueiros, en la parroquia de Pombeiro. Poco después de iniciar el recorrido podemos tomar una derivación que nos llevará a la iglesia de San Vicente de Pombeiro. Tras la visita retomaremos el camino principal que abandona el pueblo y se adentra en el bosque donde veremos acacias, robles, castaños y alcornoques.

En el recorrido encontraremos las Tumbas do Preguntoiro, antiguos enterramientos antropomorfos excavados en la roca. Atravesaremos el pueblo abandonado de Penaveada para llegar a San Cosmede, el final del sendero.

Todo el recorrido está incluido dentro del espacio Red Natura Canón do Sil, de gran valor paisajístico y ecológico.



ACCESOS

Barrio de Cibriqueiros (Pombeiro):

Desde Ourense o Monforte de Lemos por la N-120. Tomar la salida en Os Peares y después, tomar el desvío en dirección a Pombeiro. Al llegar al lugar de Cibrisqueiros, en una curva cerrada, al lado de un lavadero, está señalizado el inicio de la ruta.

RUTA DO XANARTEIRO

Concello de Pantón

PR-G
274



Longitud	6,80 km	Duración	2 horas
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto Parcialmente
Punto de partida/llegada	Monasterio San Salvador de Ferreira de Pantón/ Cabo de Vila (Pantón)		
Servicios	Restauración, Alojamiento y Centro de Salud en Pantón		

Cartografía IGN 1:25.000 155-IV Pantón

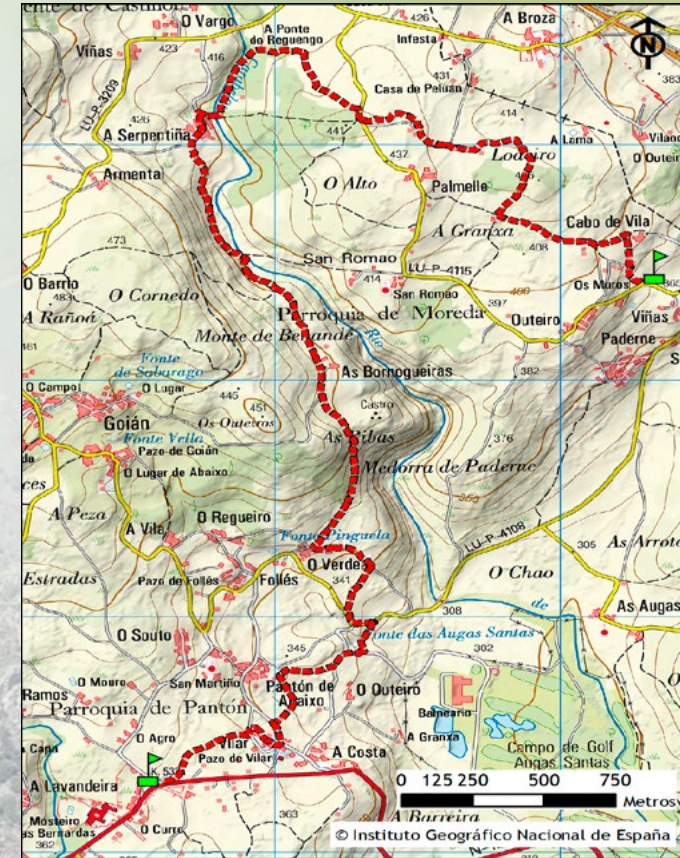
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Monasterio San Salvador de Ferreira	42° 30,546´	7° 37,090´	29T	613560	4707260
Cabo de Vila	42° 31,710´	7° 35,782´	29T	615285	4709432



La Ruta de Xanarteiro es un sendero lineal de 6,75 km en su parte homóloga. Podemos convertirlo en un sendero circular haciendo un tramo de 2,5 km que baja desde Cabo de Vila a la fuente de Augas Santas.

Partiendo desde el Monasterio de Santa María de Ferreira, el sendero discurre por caminos entre viñedos que nos llevan hasta la fuente de Augas Santas. Desde aquí comenzamos a ascender cara el Verdeal, pasamos por la Casa Grande das Bornogueiras y llegamos A Serpentina, cruzamos el río Carbelo e iniciamos el regreso pasando cerca de Palmelle hasta llegar a Cabo de Vila.

Desde Cabo de Vila el camino discurre por un tramo de pista asfaltada y después un camino de tierra donde podremos visitar la charca de Xanarteiro y continuar de nuevo hasta la fuente de Augas Santas.



ACCESOS

Desde Ourense:

Tomar la N-120 hasta Pantón. Desde ahí, la N-120a en dirección Monforte de Lemos, siguiendo las indicaciones hacia el monasterio. El monasterio se encuentra a 500 metros de la capital del ayuntamiento.

CANÓN DO SIL - SANTA CRISTINA

Concello de Parada de Sil

PR-G
98



Longitud	18 km	Duración	6 horas		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	No apto		
Punto de partida/llegada	Parada de Sil.				
Servicios	Restauración, alojamiento, camping y Centro de Salud en Parada de Sil.				
Cartografía IGN 1:25.000	nº188-IV Parada de Sil				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Parada de Sil	42° 22.959'N	7° 34.110'W	29T	617849	4693250



Esta ruta circular comienza en la Praza do Barquilleiro, en el pueblo de Parada de Sil. Debido a la proximidad de la Praza do Barquilleiro y Fondo de Vila, se puede dividir la ruta en dos tramos o dos bucles, también circulares. Mediante una variante: bien partiendo desde Fondodevila, esto permite reducir el recorrido a la mitad, o bien, partiendo de la Praza do Barquilleiro, haciendo la ruta completa.

El sendero transcurre mayoritariamente por caminos de carro, entre muros llamados “carriozas”, que recorren el paisaje del borde del cañón, entre una abundante vegetación donde predominan los robles y los castaños.

Buena parte del recorrido se realiza de manera paralela al río Sil, y encontraremos varios miradores en el recorrido, lo que nos permitirá disfrutar de las espectaculares vistas y de los tradicionales viñedos dispuestos en las paredes del río.

Uno de los puntos más interesantes del recorrido es el Monasterio de Santa Cristina, escondido en medio de un “souto” de castaños. Se puede visitar todo el año, aunque la iglesia sólo está abierta de marzo a diciembre (consultar horario en Oficina de Turismo de Parada de Sil: 689 683 713)



ACCESOS

Desde Ourense:
Por la OU-536 hasta Vilariño Frío; allí coger el desvío por la OU-0604 hasta Parada de Sil. La ruta comienza en la Praza do Barquilleiro.

RUTA DO CANÓN DO RÍO MAO

Concello de Parada de Sil

PR-G
177



Longitud	16,5 km	Duración	6 horas 30 minutos
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	No apto
Punto de partida/llegada	San Lourenzo de Barxacova.		

Servicios	Restauración, alojamiento, camping y Centro de Salud en Parada de Sil. Albergue de A Fábrica da Luz, en Barxacova.
-----------	---

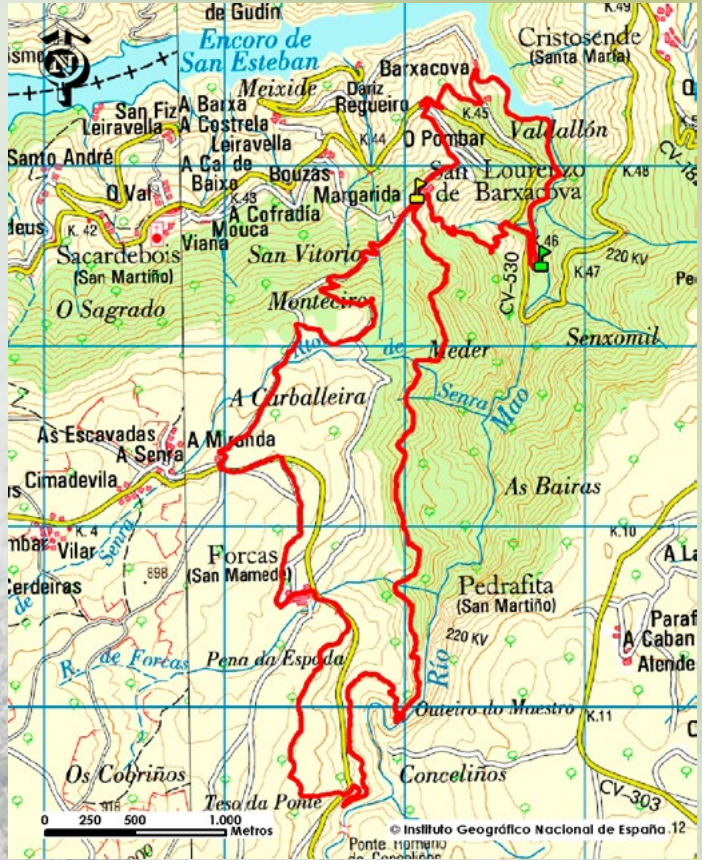
Cartografía IGN 1:25.000	nº 189-III Parada de Sil.
--------------------------	---------------------------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
San Lorenzo de Barxacova	42° 22.631'N	7° 30.366'W	29T	622992	4692731
A Fábrica da Luz	42° 22.460'N	7° 29.828'W	29T	623733	4692432



Esta ruta circular se puede realizar partiendo de la Fábrica da Luz o desde San Lourenzo de Barxacova, a partir de 2 tramos o dos bucles circulares que permiten reducir el recorrido. Si sólo recorremos la parte sur de la ruta (11,5 km), saliendo desde San Lourenzo de Barxacova visitaremos Forcas, A Miranda, Ponte de Conceliñas y la necrópolis de San Vitor recorriendo el Cañón del río Mao. Si recorremos el bucle norte (5 km), saldremos desde la Fábrica da Luz y recorreremos el Cañón del Mao, por las pasarelas de madera, hacia la aldea de Barxacova. Aquí comenzaremos el ascenso a San Lourenzo de Barxacova, contemplando desde su altura el Cañón del Sil y el Cañón del Mao; y vuelta de bajada al inicio de esta ruta en la Fábrica da Luz.

Si queremos hacer la ruta completa (16,5 km), saldremos desde A Fábrica da Luz, recorreremos el Cañón del Mao, por un tramo de pasarelas de madera (890 metros de pasarelas) sobre el río Mao, hacia la aldea de Barxacova. Aquí comenzaremos el ascenso a San Lourenzo de Barxacova, y continuaremos hacia A Miranda y Forcas, pueblos de montaña situados en lo alto de la ruta. Desde Forcas regresaremos al río Mao, donde podremos visitar el puente medieval de Conceliñas. Seguiremos durante un tramo el canal nuevo, para llegar al antiguo canal que nos llevará en dirección a la necrópolis de San Vitor. A partir de aquí sólo nos queda volver a San Lourenzo de Barxacova para descender hasta A Fábrica da Luz. Desde las tumbas antropomórficas de San Lourenzo existe una pequeña variante no homologada de 550 m que recorre los soutos de Meder y regresa al canal para continuar el PR-G177.



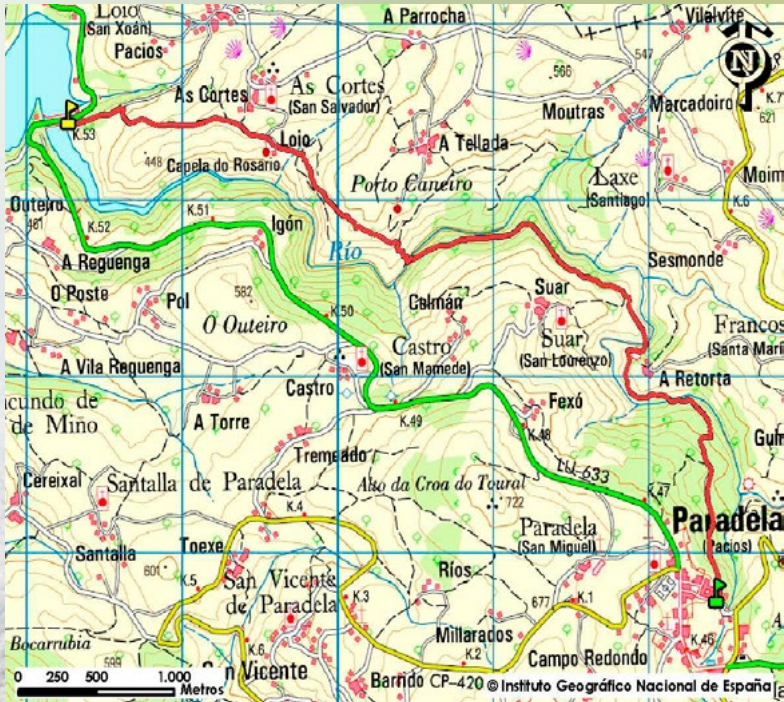
ACCESOS

Desde Ourense:

Por la OU-536 dirección Trives. Tras pasar Valilongo, coger desvío por la OU-139 dirección Cristosende. A 3 km de Cristosende, dirección Parada de Sil, encontraremos el acceso hacia A Fábrica da Luz; poco más adelante está indicado el desvío hacia San Lourenzo de Barxacova.



ACCESOS
Por la M-633 de Portomarín a Sarria:
Acceso junto al puente sobre el río Loio, y en la capital de Paradelas, al lado de las piscinas municipales.



Longitud	9 km	Duración	2 horas 30 minutos
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	Apto
Punto de partida/llegada	Paradelas, parque infantil da Ruxidoira, piscinas municipais / Puente en la desembocadura del Loio.		
Servicios	Restauración y Centro de Salud en Paradelas.		

Cartografía IGN 1:25.000 N° 123-II Portomarín.

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Parque infantil da Ruxidoira	42°45.989'N	7°33.785'W	29T	617570	4735970
Puente en A Ribeira do Loio	42°47.318'N	7°36.795'W	29T	613425	4738660

Toda la ruta discurre paralela al cauce del río Loio, y lo cruza en varios puntos. En el recorrido disfrutaremos de varios saltos de agua, molinos y un bosque de ribera que nos dará sombra durante todo el camino.

Pasaremos por caminos de varios tipos, senderos de pescadores, pistas de tierra y caminos de carro entre muros. El último tramo, desde el pueblo de Loio hasta el puente sobre la desembocadura, discurre por una pista asfaltada (1,4 km).





Longitud	11,30 km	Duración	2 horas 5 minutos
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	No Apta
Punto de partida/llegada	Santiago de Aldosende / Mirador de Cabo de Vila		

Servicios	Restauración y Centro de Salud en Paradelá
-----------	--

Cartografía IGN 1:25.000	123-II
--------------------------	--------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Santiago de Aldosende	42° 44.842'	7° 38.150'	29T	611648	4733672
Mirador de Cabo de Vila	42° 47.346'	7° 38.263'	29T	611410	4738302



El sendero recorre el camino que se acondicionó en la década de los 60 del pasado siglo al anegar las aguas del embalse de Belesar los caminos que comunicaban Santiago de Aldosende con la villa de Portomarín.

Iniciando el camino en Aldosende, cruzamos la aldea de Touro, para descender hacia el valle del río Miño. Antes de llegar a la ribera del Miño, el sendero recorre el cañón del Rego de la Trapa. En este tramo el camino fue excavado en la piedra y existe un desnivel muy importante con un riesgo de caídas elevado. También se encuentran varios tramos de escaleras en piedra colocadas cuando se construyó el camino original.

El sendero cruza el arroyo de la Trapa por un puente de hormigón e inicia el recorrido por la orilla del Miño en un tramo sencillo y sin pendiente en el que hay en todo momento muy buenas vistas sobre el río.

Este tramo finaliza al llegar hasta el complejo de San Facundo de Ribas de Miño, formado por el templo parroquial y una casa rectoral anexa.

El sendero continúa por un camino de carro con muros a ambos lados, entre viñedos y fincas hasta llegar el lugar de A Adega dos Penedos. En este lugar se encuentran varias construcciones en ruinas y algunas muestras de la etnografía de la zona: pías en la piedra, eras, restos de un carro de eje y de un telar, etc. Se encuentra además en un promontorio sobre el río Miño lo que permite unas buenas vistas del entorno.

El tramo final recorre un robledal hasta llegar la aldea de Santa Marta, donde podremos visitar la capilla y continuar hasta el mirador de Cabo de Vila donde finaliza el sendero.



ACCESOS
Por la LU-633 de Portomarín a Paradelá y después, se recomienda seguir indicaciones del navegador



Longitud	10,3 km	Duración	3 horas y 25 minutos
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto para BTT parcialmente en sentido horario
Punto de partida/llegada	Salcedo (A Pobra do Brollón).		

Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en A Pobra do Brollón
-----------	---

Cartografía IGN 1:25.000	156-IV
--------------------------	--------

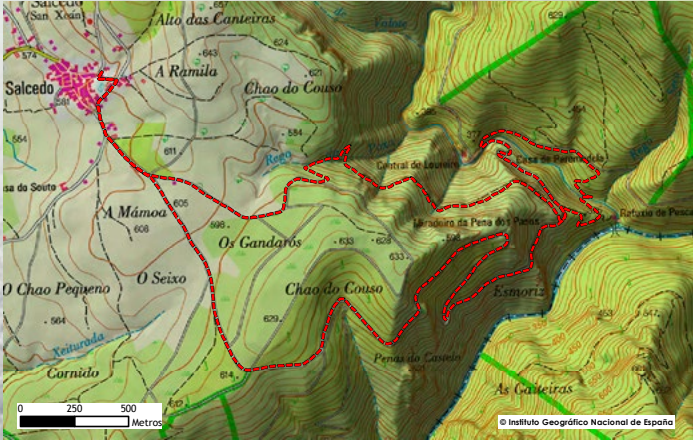
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Salcedo	42° 32.735'	7° 20.270'	29 T	636469	4711688



Este sendero circular nos llevará desde la aldea de Salcedo hasta el Souto de Paramedela, bordeando el valle del río Lor y del río Loureiro.

Comenzaremos caminando por los alrededores de Salcedo y pronto nos introduciremos por una amplia pista de tierra. Al poco, llegaremos a una bifurcación donde podremos elegir por dónde seguir. De continuar por la derecha, caminaremos por una pista similar sin apenas desnivel entre praderas y árboles de reforestación y autóctonas. Un kilómetro más adelante, empezaremos un importante descenso hasta el fondo del valle del río Loureiro, y disfrutaremos de unas fantásticas vistas panorámicas sobre el valle del río Lor y del río Loureiro. Especialmente buenas son las vistas desde el mirador de Pena dos Pasos.

Continuaremos el descenso hasta cruzar el río Loureiro por un puente de madera y llegaremos después hasta el castañar de Paramedela, gestionado por la Xunta de Galicia. Aquí se encuentra un antiguo secadero restaurado cuyo interior es posible visitar. Seguiremos la ruta, esta vez ascendiendo, hasta llegar a la bifurcación con el antiguo camino de Paramedela, por donde caminaremos a partir de este punto. Este camino nos lleva a media ladera de la montaña y nos introduce poco a poco entre los árboles típicos de la zona: los robles y los castaños. Más adelante llegaremos de nuevo a la bifurcación inicial de la ruta y solo nos quedará desandar el camino hasta el punto de inicio donde finalizaremos el recorrido.



ACCESOS
Desde Ourense:

Tomar la carretera N-120 en dirección a Monforte de Lemos y continuar durante 55 kilómetros. Tomar la salida hacia Lugo por LU-652 y continuar por LU-P-4710 hasta llegar a Salcedo.

RUTA DA CAPELA DE SAN VITORIO Á MINA DA VENEIRA

PR-G
242

Concello da Pobra do Brollón



Longitud	6,2 km	Duración	2 horas 20 minutos		
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto parcialmente		
Punto de partida/llegada	Capilla de San Vitorio/A Veneira de Roques.				
Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en A Pobra do Brollón				
Cartografía IGN 1:25.000	156-II				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Capilla de San Vitorio	42°35'55,68"N	7°20'17.18"O	29T	636335	4717602
A Veneira de Roques	42°37'06,78"N	7°18'30.18"O	29T	638732	4719847



La ruta transcurre desde la Capilla de San Vitorio hasta el Alto do Grail, atravesando diferentes puntos de interés, como el núcleo de Covadela o la antigua aldea minera de A Veneira de Roques.

Iniciamos la ruta en los alrededores de la capilla, desde donde, tras un ascenso continuado de unos 850 m, encontramos una derivación de aproximadamente 600 m que da acceso al Mirador del San Vitorio; lugar desde donde podremos disfrutar de unas impresionantes vistas del valle y de la capilla antes de continuar con nuestro camino.

De regreso a la ruta principal, continuaremos el sendero durante unos 3,5 km, a lo largo de los cuales cruzaremos dos aldeas escondidas en la montaña: Covadelas y La Veneira de Roques.

De nuevo en camino, ascenderemos aproximadamente 1,3 km hasta llegar al final de la ruta en el Alto do Grail.



ACCESOS

Desde A Pobra do Brollón (núcleo): Seguir las indicaciones hacia “Saa” por la LU-P 4707, atravesar el lugar de Pousa sin desviarse y continuar por la carretera hasta encontrar el desvío por una pista de tierra hacia la Capilla do San Vitorio.

PR-G
187

A scenic view of a rocky mountain path leading down a steep, forested slope. The path is bordered by a low stone wall on the right and a steep drop-off on the left. The forest is dense with green trees, and the sky is clear and blue.



Servicios	Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Quiroga. Alojamiento en Rugando.
------------------	--

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
O Soldón	42° 26.800'N	7° 13.467'W	29T	646016	4700898
Rugando	42° 29.062'N	7° 9.201'W	29T	651772	4705209

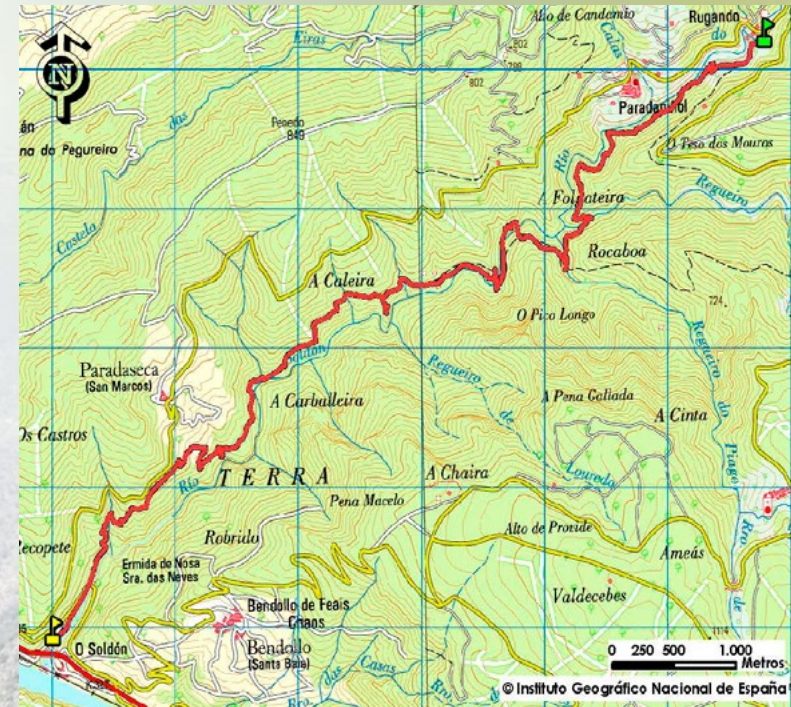


O Soldón:
Desde Ourense por la N-120.
A 6 km de Quiroga, desviarse
dirección Soldón.

Rugando:
Por el mismo desvío que se toma para salir a Soldón, continuar por la carretera hasta llegar a Rugando.



**Más rutas homologadas
en Quiroga**



Esta ruta recorre el valle del río Saldón, en el Concello de Quiroga.

Se trata de un antiguo camino por el que se bajaba el mineral de varias minas que existían en las montañas. Ese mineral se utilizaba en las herrerías que se encuentran en la zona, como la Ferrería de Rugando, actualmente reconvertida en casa de turismo rural.

En el recorrido encontraremos otros puntos de interés como la Cova de Ricopete, que fue una mina romana, y Pena Furada, que consiste en un túnel excavado por los romanos para conducir el agua a varias minas auríferas. También encontraremos soutos de castaños, secaderos, cascadas y puentes en el río, como el conocido Ponte do Frade.





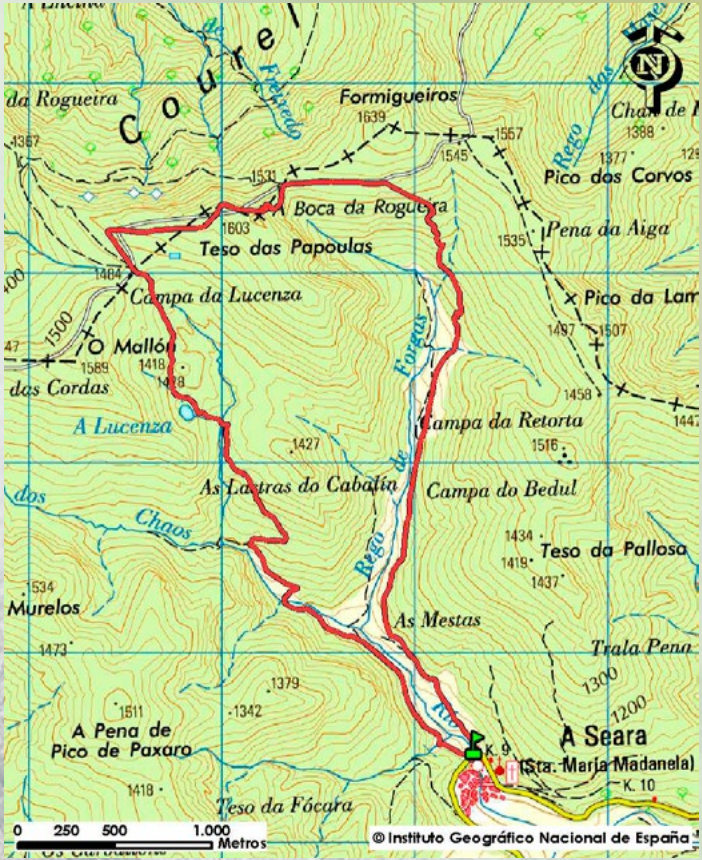
Longitud	9,7 km	Duración	3 horas 45 minutos		
Dificultad	Media-Alta	Acceso en bicicleta	No apto		
Punto de partida/llegada	A Seara.				
Servicios	Restauración en A Seara. Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Quiroga				
Cartografía IGN 1:25.000	157-I y 157-III				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Lugar de A Seara	42° 34.484'N	7° 5.725'W	29T	656308	4715349



En esta ruta circular nos encontraremos paisajes diferentes a los de otras rutas de Ribeira Sacra. Se trata de una ruta de media montaña, dentro del espacio Red Natura de los Ancares - Courel, en la que saldremos de los valles para llegar a la alta montaña lucense.

El recorrido se inicia en el pueblo de montaña de A Seara y asciende por el valle de Forgas, pasando por las cascadas de Fócaro y de Navarega, hasta llegar a la Laguna da Lucenza, de origen glaciar y cuya antigüedad se remonta al Pleistoceno. Seguimos ascendiendo hasta la Campa da Lucenza, a unos 1500 m de altitud, y enlazamos con una pista que recorre la parte alta de estas montañas. Al llegar a las proximidades del Alto de Formigueiros, nos desviamos por un sendero que nos llevará de vuelta a A Seara por la otra ladera del valle de Forgas.





ACCESOS
Desde Ourense por la N-120:
Tomar la salida hacia Quiroga. Desde allí, continuar por la LU-623 hasta pasar Santa Cubicia y desviarse a la LU-P-5001 dirección A Seara. El inicio de la ruta se encuentra en la salida de A Seara hacia Vieiros.

RUTA DA CUBELA

Concello de Ribas de Sil

PR-G
180



Longitud	13,5 km	Duración	4 horas 30 minutos
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	Apto
Punto de partida/llegada	Castro de Abaixo.		

Servicios	Alojamiento, restauración y Centro de Salud en San Clodio.
-----------	--

Cartografía IGN 1:25.000	189-I, 189-II
--------------------------	---------------

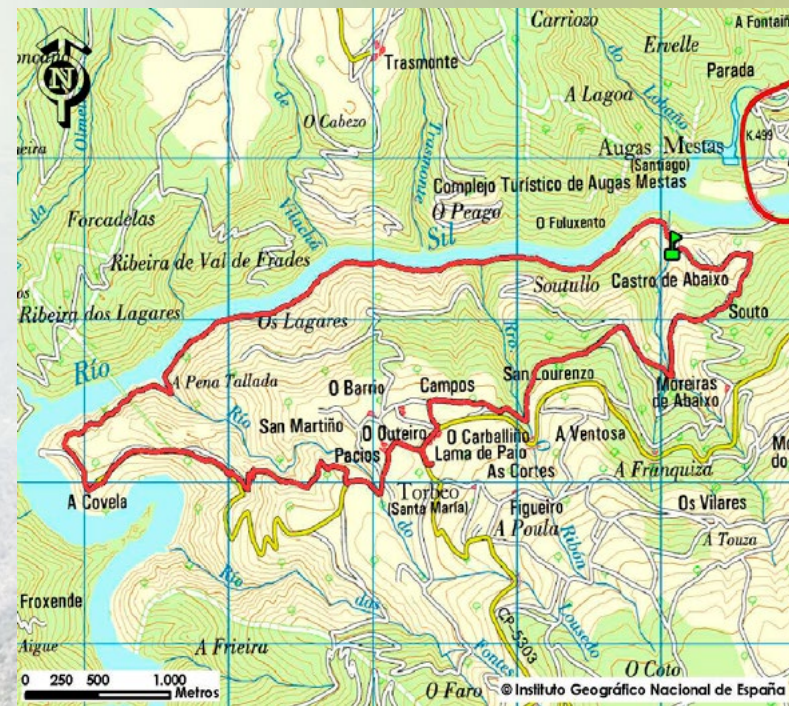
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Castro de Abaixo	42° 27.253'N	7° 21.367'W	29T	635171	4701518



ACCESOS

Desde Ourense:

Por la N-120, desviarse a la derecha dirección Castro de Abaixo.



Es una de las rutas más recomendables de la zona lucense. Esta ruta circular, situada en el Concello de Ribas de Sil, se inicia en Castro de Abaixo, en el entorno de Augasmestas, y recorre la orilla del río Sil hasta A Cubela. Ascende después a la parte superior del cañón para visitar el pueblo de Torbeo o el Souto de Moreiras de Abaixo, y regresar de nuevo a Castro. Buena parte del recorrido se realiza por antiguos caminos, tallados en la roca en muchos tramos.

Casi la mitad de la ruta se encuentra dentro del espacio Red Natura de los Ancares-Courel, y se aprecia la influencia mediterránea en los alcornoques, encinas y madroños.

En A Cubela, además de visitar este pueblo perfectamente recuperado, tendremos una buena vista del meandro de A Cubela, en donde el Sil describe una curva de casi 360°.



SENDEIRO DOS VIÑEDOS DA RIBEIRA SACRA

Concello de Sober

PR-G
86



Longitud	12,3 km	Duración	4 horas		
Dificultad	Baja	Acceso en bicicleta	Apto		
Punto de partida/llegada	San Miguel de Rosende / Os Chancís.				
Servicios	Alojamiento y restauración en San Miguel de Rosende. Centro de Salud en Sober				
Cartografía IGN 1:25.000	nº 188-II Sober y 188-IV Parada de Sil.				
Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
San Miguel de Rosende	42°27.5964'N	7°37.0519'W	29T	613670	4701770
Os Chancís	42°24.5834'N	7°37.9197'W	29T	613835	4701749



En esta ruta encontraremos tres paisajes diferentes. El primer tramo discurre por las pistas de servicio de los viñedos dispuestos en terrazas, lo que permite disfrutar de vistas sobre el cañón del río Cabe, y apreciar el trabajo vitivinícola de la zona. El sendero pasa por algunas aldeas, en las que encontraremos varias muestras de arquitectura tradicional.

La segunda parte de la ruta discurre por pistas forestales entre pinares de repoblación hasta llegar a las inmediaciones del río Xábrega. En las orillas de este río nos encontraremos con otro tipo de paisaje, con vegetación de ribera y una serie de molinos a lo largo del descenso. Varios de estos molinos han sido rehabilitados en los últimos años.

La ruta finaliza en el embarcadero de Os Chancís, en donde podremos bañarnos en el río o coger un barco turístico que recorre el cañón.



ACCESOS

San Miguel de Rosende:

Desde Ourense dirección Monforte de Lemos por la N-120; desviarse después de pasar O Castro de Ferreira por la LU-5902 hasta San Miguel de Rosende.

Os Chancís:

Pasado Rosende, seguir por la misma carretera hasta Os Chancís, donde se encuentra el embarcadero.

DOADE - AUGASMESTAS

PR-G
157

Concellos de Monforte de Lemos, A Pobra do Brollón y Sober.



Longitud	27 km	Duración	8 horas 45 minutos
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto parcialmente
Punto de partida/llegada	Doado / Parada (Augasmestas).		

Servicios	Restauración en Vilachá y en Doado. Centro de Salud en Monforte de Lemos, A Pobra do Brollón y Sober
-----------	--

Cartografía IGN 1:25.000	189-I, 189-II, 189-III
--------------------------	------------------------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Doado	42° 24.873'N	7° 28.750'W	29T	625133	4696924
Parada	42° 27.734'N	7° 20.858'W	29T	635852	4702423



ACCESOS

Doado:
Desde Monforte por la LU-903 hasta Doado.

Parada:
Desde Monforte por la N-120. A 24 km un desvío a la derecha señaliza Parada justo antes de Augasmestas.

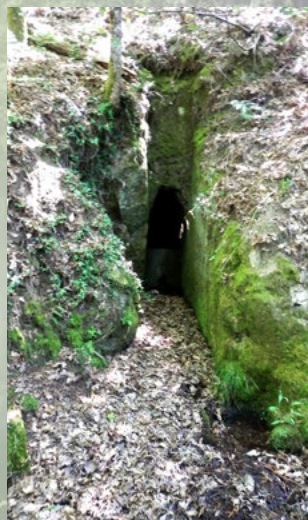


Este sendero homologado discurre por caminos y pistas de tierra en el Cañón del río Sil, pegados al río o en la parte superior del cañón, según el tramo. En el recorrido nos encontraremos con grandes masas de pinos, bosques de robles y castaños, o zonas de viñedos distribuidos en terrazas.

Si iniciamos el recorrido en Parada, recorreremos la orilla del río Sil hasta llegar a la ribeira de Vilachá, en donde iniciaremos el ascenso hasta Trasmonte, pasando de 230 m a 605 m. En Vilachá podremos visitar las bodegas de origen medieval que acogen la Feria del Vino de Vilachá, en la primera semana de mayo.

Descendemos a la base del cañón, a 230 m de altitud, y pasamos por las aldeas abandonadas de A Barxa y Froxende, el soute de Froxende y el meandro de A Cubela. Toca subir de nuevo hasta los 680 m en Vilar de Mouros, un pueblo casi abandonado, pero con buenas muestras de arquitectura popular. Desde aquí, con ascensos y descensos más suaves, nos iremos encontrando con el Muíño do López, la Pena do Castelo con la Capilla de San Amaro, o el soute centenario de Valguaire, poco antes de llegar a Doado.





Longitud	35,3 km	Duración	13 horas
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Apto parcialmente
Punto de partida/llegada	Iglesia Románica de Santo Estevo de Ribas de Miño / Cima de Atán.		

Servicios	Restauración y alojamiento en O Saviñao y Ferreira de Pantón, entre otros. Servicios de hostelería en Belesar, Centro de Salud en O Saviñao. En el Área da Maiorga se puede coger una embarcación para recorrer el cañón, dependiendo de la temporada.
-----------	--

Cartografía IGN 1:25.000	nº 155-I Chantada, 155-III Carballado y 155-VI Pantón.
--------------------------	--

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
Iglesia Románica de Santo Estevo de Ribas de Miño	42°37.073'N	7°42.417'W	29T	606077	4719219
Iglesia Románica de San Martiño da Cova	42° 33.658'N	7° 40.560'W	29T	608683	4712911
Cima de Atán	42° 30.301'N	7° 41.631'W	29T	607313	4706675



Esta ruta, de más de 30 kilómetros, transcurre paralela al río Miño por los municipios de O Saviñao y Pantón. El cañón del río Miño, define el paisaje del recorrido, en el que podremos apreciar la riqueza arquitectónica de Ribeira Sacra, atravesando pequeñas aldeas, riachuelos, cascadas y una rica vegetación, donde predominan los bosques de castaños y robles. El otro factor que define el paisaje de la ruta es el de los tradicionales viñedos en socacos, presentes en todo el camino.

Entre los elementos arquitectónicos que se encuentran en la ruta, están varias construcciones de origen románico, como las iglesias de Santo Estevo de Ribas de Miño, la de San Paio de Diomondi, la de San Martiño da Cova o Santo Estevo de Atán. También atravesaremos varias muestras del patrimonio castrejo gallego y diferentes poblaciones.

Otro elemento de gran interés, es el de los llamados Codos de Belesar. Se trata de un tramo de camino empedrado, con origen en la época romana, que desciende sinuosamente hasta el pueblo de Belesar.

A lo largo del trayecto, la ruta pasa por varias áreas fluviales y recreativas, con servicio de hostelería, y embarcaderos, desde los cuales se puede tomar un barco para realizar un viaje turístico por el cañón del río Miño.



ACCESOS

Iglesia Románica de Santo Estevo de Ribas de Miño:

Desde Chantada dirección Monforte por la LU-533. A 8 km está señalizado un desvío a la derecha que conduce a la iglesia.

Cima de Atán:

Desde Ferreira de Pantón por la N-120 dirección Ourense. Tomar el desvío dirección Guitara. Continuar por la N-120a, primero dirección Monforte y después dirección Marce. Tras pasar por un túnel bajo la carretera, continuar 500 metros hasta el inicio del sendero.



ACCESOS

Desde Ourense:
Por la OU-536 dirección Trives hasta Valilongo, luego tomar la OU-0606 hasta A Teixeira.



Longitud	13,7 km	Duración	5 horas 50 min.
Dificultad	Media	Acceso en bicicleta	Sí, con zonas de porteo
Punto de partida/llegada	A Teixeira		

Servicios	Alojamiento y restauración en Cristosende y A Abeleda. Centro de Salud en A Teixeira.
-----------	---

Cartografía IGN 1:25.000	189 III
--------------------------	---------

Lugar	Latitud	Longitud	Z. UTM	X	Y
A Teixeira	42° 23.374'	007° 28,365'	29T	625710	4694161
Cristosende	42° 23.187'	007° 29,320'	29T	624406	4693791
Río Mao	42° 22.853'	007° 29.769'	29T	623801	4693161

Esta ruta circular comienza y finaliza en la población de A Teixeira. En este camino recorreremos los cañones de los ríos Mao, Sil y Edo, y atravesaremos además los viñedos en bancales típicos de la zona. Recorriendo el sendero en sentido horario, la ruta parte del pueblo de A Teixeira y avanza por caminos entre muros de piedra y rodeados por especies vegetales autóctonas como castaños y robles, hasta llegar a Cristosende. Desde aquí el camino desciende hasta el río Mao, donde atravesaremos varios viñedos y disfrutaremos de espectaculares vistas de los cañones del Sil y del Mao.

Después recorreremos durante 5 kilómetros en dirección este la ladera izquierda del río Sil, donde el camino es amplio y en alguna de sus curvas nos permite asomarnos y observar el río Sil al fondo del cañón. Una vez el camino cambia de dirección, se inicia el ascenso a la parte alta del cañón donde podremos visitar A Pena do Corvo, un mirador natural en la confluencia de los ríos Sil y Edo.

En el último tramo, la ruta continúa por caminos estrechos o "canellas" que atraviesan los viñedos de la zona, hasta llegar a la población de A Cruz, donde encontraremos el Cruceiro da Cruz, que data del siglo XVIII. Desde aquí solo nos queda ascender el último tramo que lleva de vuelta a A Teixeira, caminando por sus calles y el centro del pueblo.



OTROS SENDEROS NO HOMOLOGADOS

De dificultad baja a media, en el territorio contamos con una amplia red de senderos que, aunque no están homologados por la Federación Gallega de Montañismo, se encuentran perfectamente señalizados y son ampliamente practicados.



Más información



Estos son algunos ejemplos:

- RUTA DA VÍA NOVA (A Pobra de Trives) - 11 km - Lineal
- RUTA DOS SEQUEIROS (A Pobra de Trives) - 3,14 km - Circular
- SENDEIRO DO GARABULLO (Carballedo) - 7 km - Lineal
- RUTA DO RÍO DORELLE (Chandrexa de Queixa) - 8,6 km - Circular
- RUTA DOS GLACIARES (Chandrexa de Queixa) - 7,2 km - Circular
- PASEO EMBALSE CACHAMUÍÑA (O Pereiro de Aguiar) - 4 km - Circular
- RUTA DOS MUÍÑOS DO RÍO LOÑA (O Pereiro de Aguiar) - 13 km - Circular
- RUTA DA FERVENZA DE AUGACAÍDA (Pantón) - 2,2 km - Lineal
- RUTA DE A FRAGA (San Xoán de Río) - 6,7 km - Lineal
- RUTA A EMBELESADORA (Taboada) - 10,5 km - Circular
- RUTA PORTA DO CANÓN DO SIL (Xunqueira de Espadanedo) - 16 km - Circular

ITINERARIOS DE GRAN RECORRIDO Y BTT

Estos itinerarios no deben entenderse como una ruta de senderismo al uso, con señalización y un trazado definido. Se trata de recorridos de larga distancia, con un componente de aventura importante, en los que tendréis que planificar la logística de vuestro viaje y encontraréis todo tipo de caminos, pistas y senderos. Son perfectos para viajar durante varios días en bicicleta o caminando y conocer los lugares más interesantes de Ribeira Sacra.

Los itinerarios se han realizado consultando a los ciclistas y senderistas locales, enlazando rutas existentes y evitando el asfalto en lo posible. El GPS es muy recomendable para realizarlos y en Wikiloc o la Web del Consorcio encontrareis más información de cada uno de recorridos, los tracks y los waypoints de todos los puntos de interés.





Camino de Santiago Francés

El Camino de Santiago es una de las rutas de largo recorrido más reconocidas a nivel mundial, y en su parte gallega pasa por Ribeira Sacra. Son dos las etapas del Camino de Santiago que recorren la zona norte de Ribeira Sacra, la etapa Sarria – Portomarín y la etapa Portomarín – Palas de Reis.

El Camino cruza el río Miño en la cola del embalse de Belesar, a la altura de Portomarín. Dispondremos de todo tipo de alojamientos en cualquiera de las poblaciones y el recorrido se encuentra perfectamente señalado.

Camino de Inverno

Cuando llegaba el invierno y las nevadas cubrían los Ancares y el Cebreiro, los caminos quedaban cerrados por la nieve, y los viajeros que se dirigían a Compostela, debían buscar alternativas en su peregrinación. En la actualidad, con albergues, GPS y GORE-TEX esto parece una tontería, pero en la Edad Media una nevada en medio del camino podía tener graves consecuencias. Muchos peregrinos que desde toda Europa recorrían el Camino de Santiago Francés, se detenían durante el invierno en alguna población, pero otros se desviaban hacia el sur, y aprovechaban el Cañón del río Sil para entrar en Galicia y llegar a Santiago de Compostela.

El Camino de Invierno se separa del Camino Francés en Ponferrada, y aprovecha el curso del río Sil para entrar en Galicia hasta Quiroga. Desde aquí, se dirige hacia Monforte de Lemos y atraviesa el río Miño para llegar a Chantada. Atravesando la Sierra del Faro, llega hasta Lalín y a Santiago de Compostela.



CANÓN DO SIL



El Itinerario Canón do Sil es un recorrido circular que aprovecha trazados de otros senderos más pequeños, y enlazando unos con otros, recorre las dos orillas del Canón do Sil, entre San Clodio y Os Peares, hasta completar un recorrido de 200 km.

Al tratarse de un recorrido circular podremos comenzar la ruta en cualquier punto, siendo recomendable comenzar en alguno de los núcleos de población más grandes como Os Peares, Castro Caldelas, Parada de Sil, Doade o el área recreativa de Augasmestas.

Una alternativa interesante es realizar la ruta por la orilla del Cañón y posteriormente conocerlo desde otro punto de vista en uno de los catamaranes que surcan el Sil.

Durante todo el recorrido disfrutaremos de los paisajes del cañón, contemplaremos diversas joyas de la arquitectura del románico, atravesaremos bosques de gran valor ecológico y visitaremos diferentes pueblos.

A lo largo del itinerario existen numerosos alojamientos rurales en los que podremos pasar la noche, recuperar fuerzas y disfrutar de la gastronomía y los vinos de la zona.



CANÓN DO MIÑO

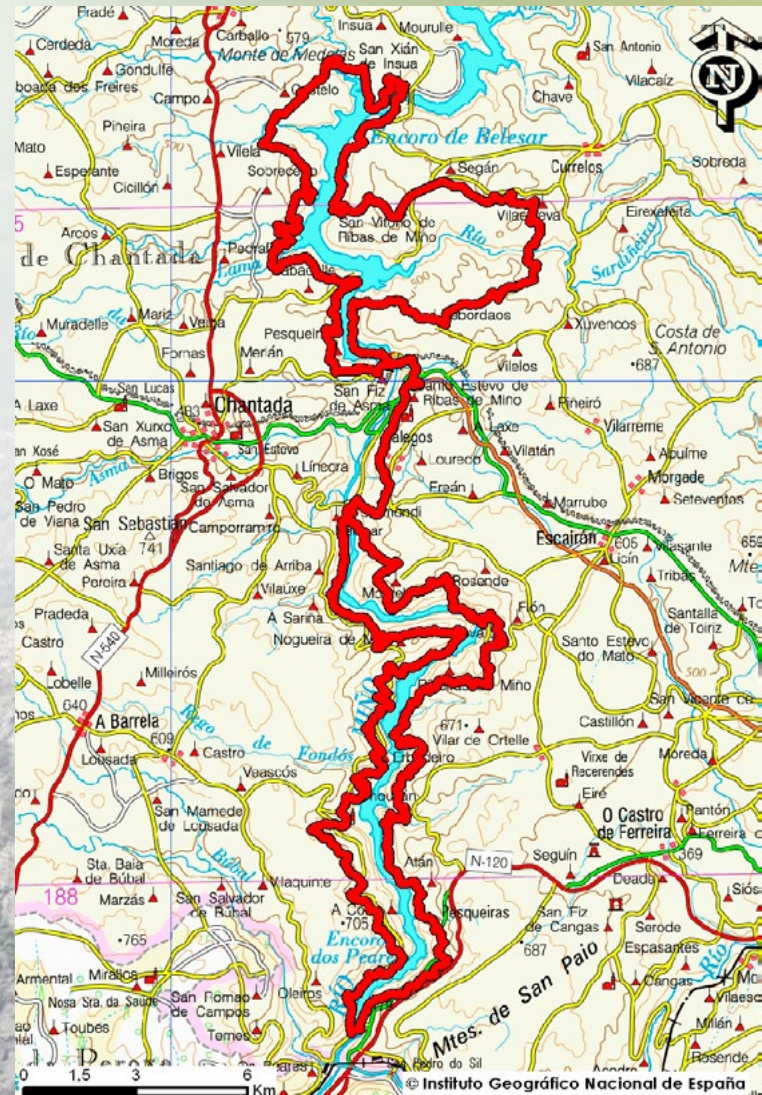


Este recorrido circular por ambas orillas del Miño, nos llevará desde la presa de Os Peares hasta las cercanías de Taboada. El recorrido pasa por los municipios de Pantón, O Saviñao, Taboada, Chantada y Carballedo.

Enlazando diferentes rutas de senderismo, caminos forestales y vías romanas, recorreremos todo el Cañón del Miño, modelado durante siglos por la mano del hombre con los característicos “socalcos” en los que se cultivan las viñas.

El recorrido se puede realizar caminando o en bicicleta, y encontraremos varios alojamientos rurales para planificar las etapas. Pequeñas embarcaciones ofrecen recorridos turísticos por el Miño, siendo el complemento perfecto para conocer la zona.

Entre paisajes pintorescos y arte románico, nos encontraremos con la impresionante cascada de Augacaída, la calzada romana de los Codos de Belesar, el monasterio de Santo Estevo de Ribas de Miño o Santa María de Pesqueiras.



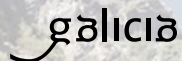
CENTRO BTT RIBEIRA SACRA


El Centro BTT Ribeira Sacra se encuentra al sur del Cañón del Sil, en la frontera entre las provincias de Lugo y Ourense. Ocho recorridos circulares, con más de 150 km, permiten conocer los municipios de Nogueira de Ramuín, Parada de Sil, A Teixeira y Castro Caldelas.

Los recorridos, tienen diferentes niveles de dificultad, aunque la difícil orografía del territorio hace que la mayor parte de las rutas tengan un nivel de exigencia alto. Las rutas están pensadas como circuitos circulares, pero también se pueden enlazar unas con otras para realizar un recorrido más largo, incluso de varios días.



**Centro BTT
Ribeira Sacra**



En los centros de acogida encontraréis diferentes servicios, como alquiler de bicicletas, vestuarios o puntos de información.

Más información:

Concello de Parada de Sil

Teléfono: 988 208 010

Concello de Nogueira de Ramuín

Teléfono: 988 201 023

Concello de Castro Caldelas

Teléfono: 988 203 000





Además del Centro BTT, en Ribeira Sacra contamos con más de 225 km de **sendas adaptadas para la práctica de cicloturismo** (Rutas A Paisaxe de Galicia dende a bicicleta) y otras tantas **rutas de senderismo aptas o aptas parcialmente** para su recorrido en bicicleta; sin olvidarnos del circuito especializado en la disciplina **Downhill** (DH Xunqueira de Espadanedo) y el **Bike Park** de la Estación de Montaña de Manzaneda.



Otras rutas señalizadas para bici:

Cicloturística de Ribas de Sil (Circular – 6 km). Más información en el teléfono del Concello de Ribas de Sil (982 428 237) y en la web www.concelloribasdesil.es



Más información



Estos son los eventos más destacados:

Primavera:

- Chandrexa Trail (Chandrexa de Queixa)
- Spain Backyard Ultra (Castro Caldelas)
- Subida Rocas - O Eirado (Esgos)

Verano:

- Trail Heroica Sacra (Chantada, O Saviñao)

Otoño:

- Carrera de Montaña "Canón do Sil" (Parada de Sil)
- Trail Ribeira Sacra (Nogueira de Ramuín)

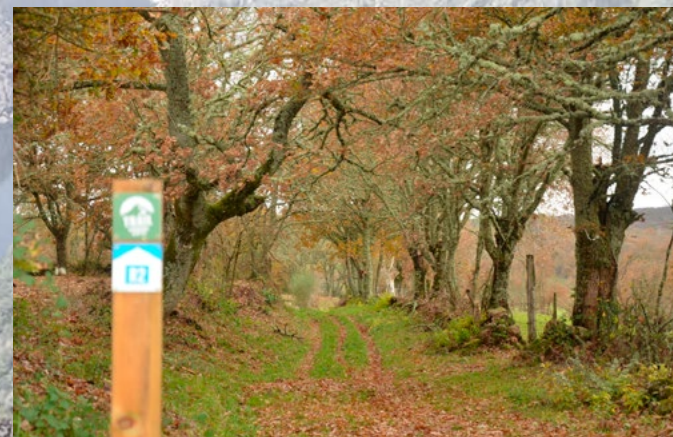
Invierno:

- Castro Caldelas Vegan Trail (Castro Caldelas)
- Quiroga Trail Challenge (Quiroga)

Con kilómetros y kilómetros cuadrados de bosques de ribera y montaña, Ribeira Sacra es también el paraíso perfecto para los amantes del trail running y las carreras de montaña.



Más información



Si te apasiona esta disciplina, no puedes perderte el centro especializado para el entrenamiento y práctica del trail running **TRC Castro Caldelas**, con 4 rutas permanentes en terrenos técnicos y distintas dificultades identificadas por el color.



Más información



Web Ribeira Sacra



Mapas y guías



Consorcio
de Turismo

galicia



XUNTA
DE GALICIA



Edita: **Consorcio de Turismo Ribeira Sacra**. **Todos los derechos reservados**. Noviembre 2024

CONSORCIO DE TURISMO RIBEIRA SACRA Luintra, 3 32160 Nogueira de Ramuín (Ourense)

Tel.: 638 823 592 Fax: 988 201 120 turismo@ribeirasacra.org

turismo.ribeirasacra.org