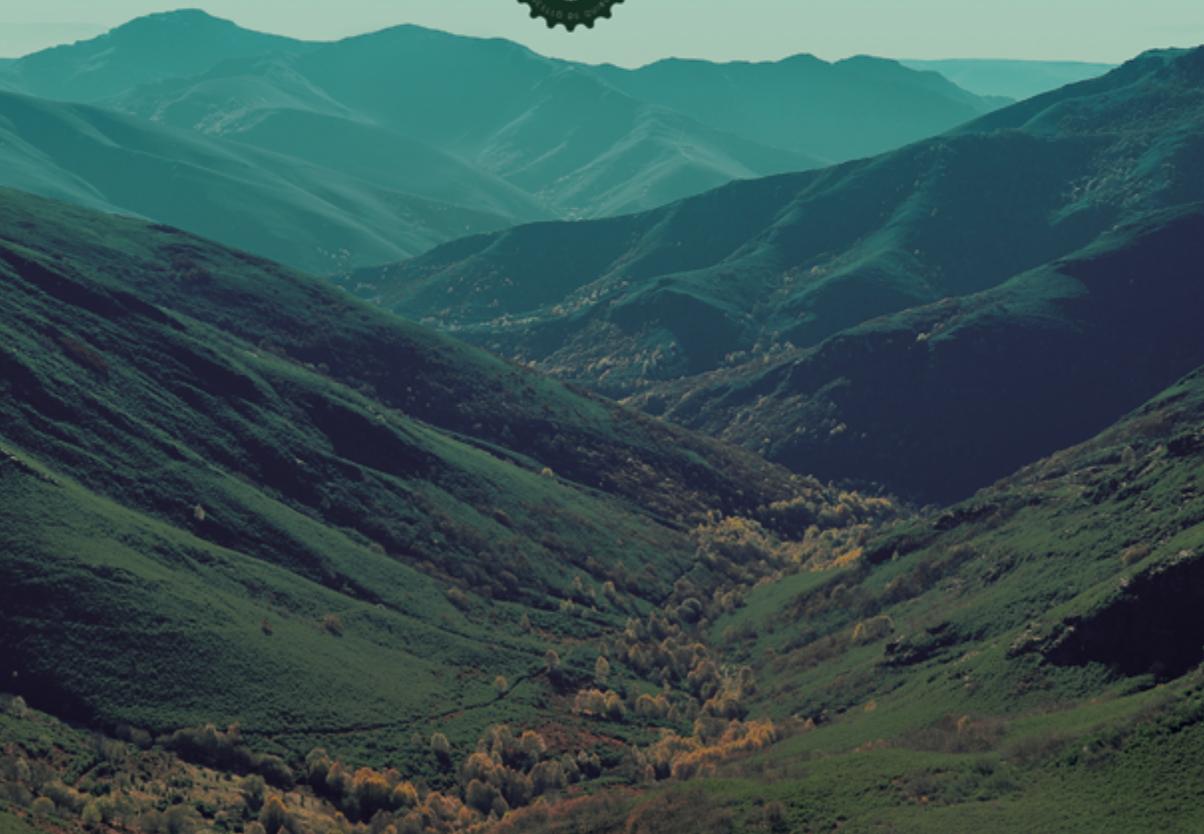




# QUIROGA

GUÍA DE RUTAS DE SENDERISMO





# QUIROGA

GUIA DE RUTAS DE SENDERISMO

El municipio de Quiroga está situado al sur de Lugo, formando parte de la Sierra del Courel al norte y del Cañón del Río Sil al sur. La gran variedad de paisajes y de espacios naturales, unido a su gran extensión, lo han convertido en destino tradicional de senderistas y montañeros.

Entre los numerosos caminos que se pueden recorrer en Quiroga hemos hecho una selección de aquellas rutas con mayor interés histórico o paisajístico.

Varios de los senderos están homologados por la Federación Galega de Montañismo, y están perfectamente señalizados. Para recorrer las rutas que no están homologados es necesario utilizar cartografía adecuada o un GPS.

En la web del Concello o en su perfil de Wikiloc, encontrareis todos los datos para GPS, fotografías, y más información de cada una de las rutas.

El senderismo es una actividad deportiva que implica ciertos riesgos, y para la que es necesaria una preparación y material adecuados, especialmente en las rutas de montaña, que en Quiroga alcanzan los 1.600 m de altitud.

Si encontráis cualquier deficiencia en un sendero, queréis darnos vuestra opinión o compartir fotografías de una ruta, no dudéis en hacerlo enviándonos un correo electrónico a: [sendeiros@concellodequiroga.com](mailto:sendeiros@concellodequiroga.com)



## RUTAS DE SENDERISMO

<b>PR-G 141 RUTA DO OURO E DO CAMIÑO REAL</b> .....	2
<b>PR-G 184 RUTA DA LAGOA DA LUCENZA</b> .....	4
<b>PR-G 187 CAMIÑO DO FERRADAL</b> .....	6
<b>PR-G 191 RUTA DE A SEARA A RUGANDO</b> .....	8
<b>PR-G 192 RUTA DO PREGAMENTO XEOLÓXICO DE CAMPODOLA</b> .....	10
<b>PR-G 193 RUTA DO VAL DO RÍO QUIROGA</b> .....	12
<b>PR-G 218 RUTA DO MONTOUTO</b> .....	14
<b>RUTA DA FERVENZA DE VIEIROS</b> .....	16
<b>RUTA DA ENCOMENDA</b> .....	18



Mirador de Castro Dares



Covas do Medo



Castro Dares y Cañón do Sil

<b>DISTANCIA</b> 15,6 km.	<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 5h 20 min.	<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Circular		
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 613 m.	<b>ALTURA MÍNIMA</b> 253 m.	<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 612 m.		
<b>PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA</b> Covas do Medo en Margaride (Quiroga)				
<b>ACCESO EN BICICLETA</b> Ciclable con BTT				
<b>SERVICIOS</b> Fuera de la ruta, en la N-120, en el lugar de O Conceado, a 1,5 km de Margaride.				
<b>CARTOGRAFÍA</b> IGN 1:25.000 Hojas 156-IV, 189-II				
<b>M.I.D.E.</b>	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	3	2	2	3

Esta ruta circular comienza en la aldea de Margaride, al lado del antiguo complejo minero romano conocido como Covas do Medo.

Ascendemos por un sendero hasta alcanzar la aldea de As Covas. Desde aquí, una pista forestal nos llevará con una dura subida hasta la cima en la que se encuentran los restos de Castro Dares y un mirador con una espectacular panorámica del río Sil, el valle de Quiroga y las cumbres que lo rodean.

Tras reponer fuerzas, la ruta discurre por pequeñas bajadas y suaves repechos hasta enlazar con el trazado del Camiño Real, señalizado como Camiño de Inverno a Santiago.

Desde aquí se continúa por el norte de la aldea de Riomañor. Cruzaremos el Pontón do Rigueiro, un antiguo puente restaurado recientemente, y regresaremos de vuelta a Margaride a través del antiguo Camiño da Misa.

### ACCESOS

En la N-120 que une Ourense con Ponferrada, tomar la LU-5003 que lleva a Margaride.

### RECORRIDO

Covas do medo, Castro Dares, Camiño Real, Riomañor, Pontón do Rigueiro, Covas do Medo.

### SEÑALIZACIÓN

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existen paneles informativos en ambos extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

### PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO

- > Margaride
- > Mirador de Castro Dares
- > Ermita dos Remedios

### RECOMENDACIONES

En el pueblo de Margaride resulta curioso observar como las construcciones se asientan sobre la antigua explotación aurífera romana, e incluso se aprovechan galerías o desmontes como bodegas o cuartos.

### MÁS INFORMACIÓN

[www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)



© Instituto Geográfico Nacional de España



Laguna de A Lucenza



Cascada de O Fócaro

<b>DISTANCIA</b> 9,5 km.		<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 4h 20 min.		<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Circular	
-----------------------------	--	--------------------------------------	--	--------------------------------------	--

<b>ALTURA MÁXIMA</b> 1584 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 1012 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 600 m.	
---------------------------------	--	---------------------------------	--	-------------------------------------	--

**PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA** A Seara

**ACCESO EN BICICLETA** No

**SERVICIOS**

Restauración y alojamiento en A Seara, refugio de la F.G.M. Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Quiroga.

**ESPACIOS NATURALES**

Red Natura Ancares-Courel

**CARTOGRAFÍA** IGN 1:25.000 Hojas 157-I y 157-III

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	2	2	3

Se trata de una ruta circular 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 del río Selmo, pasando por las cascadas de Fócaro y de Navaregas, hasta llegar a la Lagoa 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 de tierra 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.

**RECORRIDO**

A Seara, Lagoa da Lucenza, Campa da Lucenza, A Seara

**SEÑALIZACIÓN**

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existe un panel informativo en el inicio de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

**PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO**

- > A Seara
- > Cascada de O Fócaro
- > Cascada de Navaregas
- > Lagoa de A Lucenza
- > Alto de Formigueiros

**RECOMENDACIONES**

Se trata de una ruta de montaña, con nevadas habituales durante el invierno, que requieren mayor preparación y equipamiento. Desde la pista de tierra de la parte superior, se puede visitar la Devesa da Rogueira, aunque este desvío se encuentra fuera del trazado homologado.

**MÁS INFORMACIÓN** [www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)





<b>DISTANCIA</b> 11,2 Km.		<b>3h 50 min.</b>		<b>Lineal</b>	
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 440 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 204 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 455 m.	

**PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA** Ponte Soldón / Ferrería de Rugando

**ACCESO EN BICICLETA** Cidable en BTT

**SERVICIOS**

Restauración, alojamiento y Centro de Salud en Quiroga. Alojamiento en Rugando y Ponte Soldón.  
La mejor opción para realizar el recorrido si sólo se dispone de un vehículo o de ninguno, es contactar con algún taxista de Quiroga en la parada de taxi (rúa Real, s/n - 27320 Quiroga) o llamando al teléfono 982 428 908.

**ESPACIOS NATURALES**

Parte del recorrido se realiza por la zona Red Natura de Os Ancares - Courel

**CARTOGRAFÍA** IGN 1:25.000 Hojas 189-II, 190-I

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	2	2	3

**ACCESOS**

**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.

**RECORRIDO**

Ponte Soldón, Paradaseca, Paradapiñol, Rugando

**SEÑALIZACIÓN**

Señalada según normativa de homologación de la FGM. Existen dos paneles informativos en los extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

**PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO**

- > Pena Furada
- > Cova de Ricopete
- > Puente de O Frade
- > Secaderos de castañas
- > Herrería de Rugando
- > Restos Minería Romana
- > Herrería de Parada Seca
- > Apicultura
- > Área de recreo de Ponte Soldón
- > Molino de harina restaurado Ponte Soldón



Esta ruta recorre el valle bajo del río Soldón, en el Municipio de Quiroga.

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

En recorrido encontraremos otros puntos de interés como las herrerías de Rugando y Parada Seca, la Cova de Ricopete, un antiguo lagar excavado en la roca, y Pena Furada, un túnel excavado por los romanos para conducir el agua a varias explotaciones auríferas. También encontraremos soutos de castañas, en los que todavía se recogen castañas, secaderos, cascadas y puentes en el río, como el conocido Ponte do Frade.

**RECOMENDACIONES**

Os recomendamos hacer la ruta desde Rugando a Soldón, ya que la pendiente es favorable. Si tan solo queréis realizar la ruta en un sentido podéis reservar un taxi en la parada de Quiroga en el teléfono 982 428 908. Esta ruta es la continuación del PR-G 191 A Seara - Rugando y entre las dos es posible recorrer completamente el valle del río Soldón.

**MÁS INFORMACIÓN** [www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)



Herrería de O Mazo



Valle del río Soldón



Sendero en O Mazo

<b>DISTANCIA</b> 18,0 km.	<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 5h 55 min.	<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Lineal		
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 1086 m.	<b>ALTURA MÍNIMA</b> 452 m.	<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 374 m.		
<b>PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA</b> A Seara / Rugando				
<b>ACCESO EN BICICLETA</b> Cidable con BTT				
<b>SERVICIOS</b> Cerca encontramos el pueblo de A Seara donde encontramos servicio de bar y hospedaje. Refugio FGM  Para llegar hasta el inicio del sendero se puede contactar con algún taxista de Quiroga en la parada de taxi (rúa Real, s/n - 27320 Quiroga) o llamando al teléfono 982.428.908.				
<b>CARTOGRAFÍA</b> IGN 1:25.000 Hojas 157-III, 190-I				
<b>M.I.D.E.</b>	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	2	2	2	3

Esta ruta de senderismo recupera el camino que, durante siglos, fue la principal vía de comunicación a lo largo del río Soldón, uniendo las zonas de montaña con los pueblos de la ribera del Sil.

El camino se utilizaba antiguamente para bajar el mineral de hierro desde los yacimientos del monte Formigueiros, a las herrerías de O Mazo, Rugando y Paradaseca.

Desde A Seara el camino va descendiendo hacia las aldeas de O Soldón y O Mazo. Entre castaños centenarios encontraremos el desvío hacia a Devesa do Cervo y las ruinas de la Herrería de O Mazo. Caminaremos entre bosques y prados hasta Outeiro, en donde comienza un pequeño ascenso para salir del fondo del valle. El camino continúa a media ladera, soportado en muchos tramos con muros de pizarra, y con fantásticas vistas de todo el valle del río Soldón.

Finalmente llegaremos a Vilarmel desde donde bajaremos hacia Rugando, donde se encuentra la herrería hoy reconvertida en alojamiento rural.

### ACCESOS

**Inicio en carretera de A Seara:** Desde Quiroga tomar la carretera LU-623 en dirección a A Seara. Un kilómetro antes de llegar a A Seara se encuentra el inicio de la ruta (Alto de A Golada).

**Inicio en el Alto de la Golada:** Desde Quiroga tomar la N-120 dirección Ponferrada. Tras 5 km tomar la carretera dirección Paradaseca, pasando Paradaño encontraremos Rugando, a 500 metros siguiendo la carretera se encuentra el inicio del sendero.

### RECORRIDO

Alto da Golada, Soldón, O Mazo, Outeiro, Vilarmel, Rugando.

### SEÑALIZACIÓN

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existen paneles informativos en ambos extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

### PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO

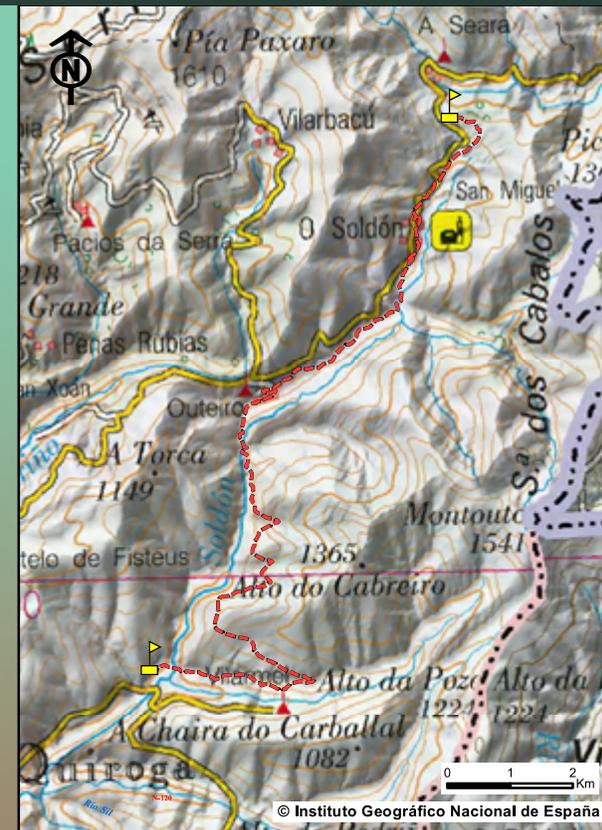
- > Herrerías de O Mazo, Rugando e Outeiro
- > Valle del río Soldón
- > Outeiro
- > Vilarmel

### RECOMENDACIONES

Se recomienda realizar la ruta partiendo en A Seara pues el desnivel es favorable. Es posible continuar valle abajo hasta el río Sil por el PRG-187 Camino do Ferradal.

Si no habéis dejado un vehículo en Rugando o en Soldón podéis reservar un taxi que os lleve de vuelta a A Seara, en la parada de Quiroga (982 428 908)

**MÁS INFORMACIÓN** [www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)



© Instituto Geográfico Nacional de España



Serra do Courel - Sinclinal en Campodola



<b>DISTANCIA</b> 7,05 km.		<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 2h 40 min.		<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Lineal	
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 714 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 329 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 72 m.	

**PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA** Leixazós / Campos de Vila

**ACCESO EN BICICLETA** Apto parcialmente. La pista forestal que sube desde Campos de Vila es ciclable con BTT

**SERVICIOS**

A lo largo del recorrido no existen fuentes ni establecimientos hosteleros.

Existe un bar y una fuente de agua potable en Campos de Vila, ambos en la carretera que une esta población con Quiroga, a menos de 200 metros del punto de inicio del sendero.

Parada de taxi: rúa Real, s/n - 27320 Quiroga; 982 428 908.

<b>CARTOGRAFÍA</b> IGN 1:25.000	Hojas 156-IV, 189-II			
<b>M.I.D.E.</b>	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	2	2	2

Esta ruta de senderismo consta de dos tramos bien diferenciados.

El primer tramo, partiendo de Leixazós, recorre el valle del río Ferreiroiño por ambas orillas del río, ofreciendo espectaculares vistas tanto del valle como de las formaciones asociadas al plegamiento geológico.

El sendero avanza entre robledales y vegetación autóctona.

En el segundo tramo de la ruta cambiaremos de valle para dirigirnos, por pistas de tierra entre pinares, hacia Campos de Vila. Se trata de un descenso cómodo hacia el valle del río Quiroga.

**ACCESOS**

**Leixazós:** Desde el centro de Quiroga tomar la carretera LU-651 en dirección a Folgoso y Seoane. Por esta carretera se llega al mirador de Campodola. Poco después del mirador, en el km 10, existe un desvío hacia Leixazós, que nos llevará directos al inicio de la ruta.

**Campos de Vila:** Desde Quiroga tomar la carretera LU-623 en dirección a Campos de Vila. Tras pasar Santa Cubicia nos encontraremos un desvío a la derecha en dirección a A Seara que no deberemos coger, si no que seguiremos recto por la LU-V-623 en dirección a Campos de Vila que se encuentra a menos de un kilómetro.

**RECORRIDO**

Leixazós, Campodola, Campos de Vila.

**SEÑALIZACIÓN**

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existen paneles informativos en ambos extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

**PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO**

- > Plegamiento geológico de Campodola-Leixazós
- > Campodola
- > Leixazós
- > Río Ferreiroiño
- > Cascada do Botán
- > Campos de Vila

**RECOMENDACIONES**

Es recomendable realizar la ruta en el sentido Leixazós - Campos de Vila, ya que la pendiente es favorable. Se recomienda visitar también el mirador de Campodola para disfrutar de una amplia visión del plegamiento y del terreno por el que discurre la ruta. Si tan solo se quiere realizar la ruta en un sentido es posible reservar un taxi en la parada de Quiroga o en el teléfono 982 428 90

**MÁS INFORMACIÓN** [www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)





A Ponte Rodela



Casa do Vello

<b>DISTANCIA</b> 9,5 km.		<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 3 h.		<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Lineal	
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 572 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 303 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 362 m.	

### PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA

Carretera de Quiroga-A Seara / Puente Barreiro sobre el río Quiroga

### ACCESO EN BICICLETA

El recorrido entre el inicio en la carretera Quiroga-A Seara y Casa do Vello es ciclable y con desniveles suaves. Se trata de un recorrido muy sencillo y perfecto para realizar con niños o personas inexpertas en BTT.

### SERVICIOS

Existe un bar y una fuente de agua potable en Campos de Vila, a 800 metros del inicio del sendero, ambos en la carretera que une esta población con Quiroga.

### CARTOGRAFÍA IGN 1:25.000

Hojas 156-IV, 157-III, 189-II

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	2	2	2

### ACCESOS

Inicio en carretera de A Seara (cerca de Campos de Vila):

Desde Quiroga tomar la carretera LU-623 en dirección a Campos de Vila. Tras pasar Santa Cubicia en Ponte Barreiro, nos encontraremos un desvío a la derecha en dirección a A Seara, a pocos metros de este cruce encontraremos el inicio del sendero.

### RECORRIDO

Ponte Barreiro, A Rodela, Casa do Vello, As Barxas, ponte sobre o río Quiroga.

### SEÑALIZACIÓN

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existen paneles informativos en ambos extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2015.

### PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO

- > Herrerías de A Rodela y Quintá
- > Casa do Vello
- > As Barxas
- > Alvarizas
- > Río Quiroga



Esta ruta de senderismo recorre una pista de tierra paralela al río Quiroga, hasta llegar a la aldea de Casa do Vello.

Desde aquí ascendemos por un sendero que nos lleva a la ermita de San Xoán, y descendemos por el valle del río Pacios hasta llegar al pueblo de As Barxas.

Saliedo de As Barxas, el camino atraviesa una "carballeira" y encontraremos dos "alvarizas" bien conservadas. Sólo nos queda llegar a la desembocadura del río Pacios en el río Quiroga.

Podremos volver cómodamente al inicio de la ruta tomando la pista de tierra que recorrimos inicialmente en Ponte Barreiro.

### RECOMENDACIONES

La pista de tierra que une el inicio, situado en la carretera Quiroga-A Seara, y Casa do Vello es completamente ciclable y perfecta para realizar con niños.

### MÁS INFORMACIÓN

[www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com)

[www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)





Vista del Montouto



Cascada de O Cervo

<b>DISTANCIA</b> 18,4 km.	<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 6h 40 min.	<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Circular
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 1541 m.	<b>ALTURA MÍNIMA</b> 589 m.	<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 1150 m.

**PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA** Aldea de O Mazo

**ACCESO EN BICICLETA** No

**SERVICIOS**

Fuente con agua potable en O Mazo

**CARTOGRAFÍA** IGN 1:25.000 Hoja 157-III

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	3	3	3	4

**ACCESOS**

**Inicio en O Mazo:**

Desde Quiroga tomar la carretera LU-623, desde ahí, ir hacia la provincial LU-P-5001 y continuar por la carretera LU-P-5004 dirección Soldón, antes de llegar a Soldón (aproximadamente 1 km antes) desviarse a la derecha hacia O Mazo (indicado con señal).

**RECORRIDO**

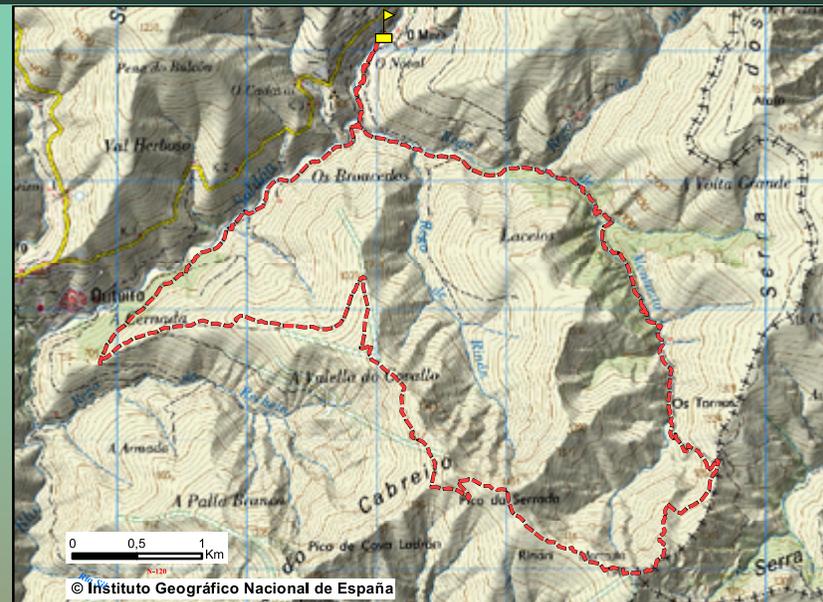
Aldea do Mazo, Devesa do Cervo, Pico Montouto, herrería de O Mazo, aldea do Mazo

**SEÑALIZACIÓN**

Señalización según la normativa de homologación de la FGM. Existen paneles informativos en ambos extremos de la ruta. Marcas de pintura realizadas en 2017.

**PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO**

- > Aldea de O Mazo
- > Herrería do Mazo
- > Rego de Montouto
- > Cascada de O Cervo
- > Alto dos Tornos
- > Pico Montouto.



Esta ruta circular parte de la aldea de O Mazo y asciende por el valle del río Montouto, recorriendo las Devesas de O Montouto, la de Mazales y la de O Cervo. El camino sale del valle y dejaremos el bosque para llegar a una pista de tierra que marca el límite entre las provincias de Lugo y León. Continuando por la pista durante 700 metros, se encuentra la arista que permite llegar hasta la cima del Montouto (1541 m). Aquí el camino se convierte apenas en un estrecho sendero que puede desaparecer según la época del año. Debemos seguir la arista y extremar las precauciones.

En la cima del Montouto coinciden las provincias de Lugo, Ourense y León. Desde la cima, bajaremos por la cresta contraria hasta llegar a una pista de tierra por la que llegaremos hasta el río Soldón, donde coincidiremos en un tramo con el PR-G 191 A Seara-Rugando.

**RECOMENDACIONES**

Se trata de un sendero de montaña homologado, lo que implica una mayor exigencia técnica y física que en otros senderos homologados. Debe tenerse en cuenta que se trata de una ruta exigente que no pasa por poblaciones, por lo que el equipo y la hora de salida deben planificarse teniendo en cuenta los posibles imprevistos que puedan surgir. Es importante comprobar la meteorología y las horas de luz en cada época del año. En la mayor parte de la ruta estaremos por encima de los 1000 m. En el tramo de la arista de O Montouto no existe un camino definido y será preciso extremar las precauciones. Os recomendamos que realiceis el recorrido en sentido horario y no dejéis de visitar las ruinas de la Herrería de O Mazo.

**MÁS INFORMACIÓN** [www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com) [www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)

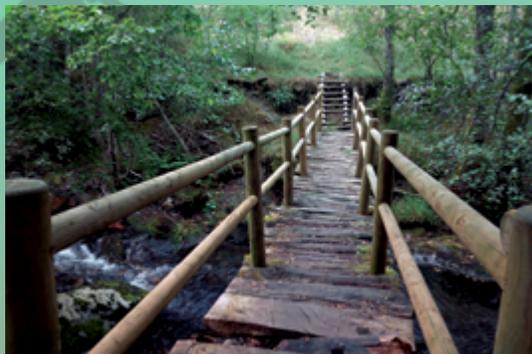
# QUIROGA

## RUTA DA FERVENZA DE VIEIROS

Concello de Quiroga



A Seara



Cascada de Vieiros

<b>DISTANCIA</b> 4,8 km.		<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 2h 20 min.		<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Lineal	
<b>ALTURA MÁXIMA</b> 1002 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 896 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 188 m.	

**PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA** A Seara

**ACCESO EN BICICLETA** No

### SERVICIOS

En A Seara existe bar y hospedaje y un refugio de la F.G.M.

**CARTOGRAFÍA** IGN 1:25.000 Hoja 157-III

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	2	2	2

### ACCESOS

#### Inicio en A Seara:

Desde Quiroga tomar la carretera LU-623. Tras pasar Santa Cubicia nos encontraremos un desvío a la derecha hacia la LU-P-5001 en dirección a A Seara, y continuamos durante 19 km.

### RECORRIDO

A Seara, Fervenza de Vieiros.

### SEÑALIZACIÓN

Aunque la ruta no está señalizada no es difícil seguir el trazado. Se recomienda el empleo de planos o GPS.

### PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO

- > A Seara
- > Cascada de Vieiros
- > Aldea de Vieiros



Esta pequeña ruta nos llevará desde el centro del pueblo de A Seara hasta la Fervenza de Vieiros.

La ruta realiza un pequeño recorrido circular alrededor de la cascada, que nos permitirá contemplar el salto de agua desde diversos puntos.

### RECOMENDACIONES

Resulta imprescindible dar un paseo por la villa de A Seara y descubrir la arquitectura tradicional de la zona.

MÁS INFORMACIÓN

[www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com)

[www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)



# QUIROGA

## RUTA DA ENCOMENDA

## Concello de Quiroga



Castello de Os Novais



Esta ruta recorre el entorno de Quiroga y discurre por los caminos empleados durante siglos por los viajeros y los habitantes de la zona, coincidiendo en parte con el Camino de Santiago de Invierno.

Durante el trayecto podremos ver el Castelo de Os Novais, situado sobre una cresta rocosa desde la que se divisa el río Sil. Continuando por el sendero se atraviesa el conjunto histórico-artístico de O Hospital, en el que podremos visitar la Capilla de San Juan, que en la actualidad forma parte de la Iglesia de San Salvador de Hospital para acabar en el Santuario de A Ermida.

Durante el recorrido podremos observar los paisajes del valle de Quiroga, los viñedos y las plantaciones de olivos, encinas, alcornoques, etc...

### ACCESOS

#### Inicio en A Ermida:

Desde Quiroga salir hacia el norte por la calle Tallos hacia la calle Courel para tomar la carretera LU-651 y dos kilómetros después girar a la derecha hacia el santuario de A Ermida donde comienza la ruta.

#### Inicio en Os Novais:

Desde Quiroga tomar la carretera N-120 desde la calle Pereiro, se conduce tres kilómetros por esa carretera y a la izquierda se toma la salida hacia Os Novais, de donde parte la ruta.

### RECORRIDO

A Ermida, Barxa, Anxubin, A Bergaza, Hospital, San Xulián, Caspedro, Castelo, Os Novais.

### SEÑALIZACIÓN

Ruta no señalizada y con muchos cruces. Imprescindible llevar plano o GPS.

### PUNTOS DE INTERÉS/ENTORNO

- > Santuario de A Ermida
- > Castelo de Os Novais
- > Conjunto histórico-artístico de O Hospital



Santuario de A Ermida

<b>DISTANCIA</b> 6,75 km.		<b>TIEMPO ESTIMADO</b> 1h 40 min.		<b>TIPO DE RECORRIDO</b> Lineal	
------------------------------	--	--------------------------------------	--	------------------------------------	--

<b>ALTURA MÁXIMA</b> 359 m.		<b>ALTURA MÍNIMA</b> 274 m.		<b>DESNIVEL ACUMULADO</b> 172 m.	
--------------------------------	--	--------------------------------	--	-------------------------------------	--

<b>PUNTO DE PARTIDA/LLEGADA</b>	Iglesia de A Ermida (Quiroga) / Os Novais
---------------------------------	---

<b>ACCESO EN BICICLETA</b>	Clicable con BTT
----------------------------	------------------

<b>SERVICIOS</b>	No presenta servicios
------------------	-----------------------

<b>CARTOGRAFÍA</b> IGN 1:25.000	Hoja 189-II
---------------------------------	-------------

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desplazamiento	Esfuerzo
	1	1	2	2

### RECOMENDACIONES

Recomendámosos visitar o conxunto histórico-artístico do Hospital, o Castelo dos Novais e a igrexa da Ermida

### MÁS INFORMACIÓN

[www.concellodequiroga.com](http://www.concellodequiroga.com)

[www.wikiloc.com](http://www.wikiloc.com)

## M.I.D.E. ( Método de información de excursiones)

Mide es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

 <b>MEDIO</b> Severidad del medio natural	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 El medio no está exento de riesgos</li> <li>2 Hay más de un factor de riesgo</li> <li>3 Hay varios factores de riesgo</li> <li>4 Hay bastantes factores de riesgo</li> <li>5 Hay muchos factores de riesgo</li> </ol>
 <b>ITINERARIO</b> Dificultad de orientarse en el itinerario	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Caminos y cruces bien definidos</li> <li>2 Sendas o señalización que indica la continuidad</li> <li>3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales</li> <li>4 Exige técnicas de orientación y navegación fuera de traza</li> <li>5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear</li> </ol>
 <b>DESPLAZAMIENTO</b> Dificultad en el desplazamiento	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Marcha por superficie lisa</li> <li>2 Marcha por caminos de herradura</li> <li>3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</li> <li>4 Es preciso el uso de manos para mantener el equilibrio</li> <li>5 Requiere pasos de escalada para la progresión</li> </ol>
 <b>ESFUERZO</b> Cantidad de esfuerzo necesario	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Hasta 1 h de marcha efectiva</li> <li>2 Más de 1 h hasta 3 h de marcha efectiva</li> <li>3 Más de 3 h hasta 6 h de marcha efectiva</li> <li>4 Más de 6 h hasta 10 h de marcha efectiva</li> <li>5 Más de 10 h de marcha efectiva</li> </ol> <p style="text-align: right; font-size: small;">Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado</p>

El MIDE está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Más información: [www.euomide.info](http://www.euomide.info)



APP "sendeRS"



Perfil Wikiloc Quiroga



Concello de Quiroga



## MAPA DE RUTAS DE QUIROGA



---

# CONCELLO DE QUIROGA

---

Tel: 982 435 125  
[www.concellodequirola.com](http://www.concellodequirola.com)



Deseño:

**PANGEA**

Ingeniería del Territorio

[www.pangeaingenieria.es](http://www.pangeaingenieria.es)



XUNTA  
DE GALICIA

galicia



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN  
Y MEDIO AMBIENTE



FEADER:  
EUROPA INVISTE  
NO RURAL