

El Caurel y la Ribera Sacra

Tierras gallegas de pizarra, oro, monasterios y vino

muntania
Tu agencia de viajes

CICMA: 4720
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Destino 2
3 Datos básicos 3
3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 3
4 Programa 4
4.1 Programa resumen 4
4.2 Programa detallado 4
5 Precio. Incluye/ No incluye 6
5.1 Incluye 6
5.2 No incluye 7
6 Más información 7
7 Puntos fuertes 9
8 Otros viajes similares 9
9 Contacto 9

1 Presentación

O COUREL, ENTRE BOSQUES, ALDEAS DE PIZARRA Y MINAS DE ORO

En el sureste de la provincia de **Lugo** encontramos la **Sierra de O Courel**, uno de los territorios montañosos más singulares y diversos de **Galicia**. Su relieve combina profundos valles recorridos por ríos y cubiertos por una extraordinaria variedad de bosques, donde conviven especies propias del ámbito atlántico y mediterráneo, con cordales y cumbres que llegan a superar los 1.500 metros de altitud. Esta diversidad paisajística convierte a O Courel en uno de los espacios naturales más interesantes del interior gallego.

El propio nombre de **Courel** podría estar relacionado con el término latino “aureum”, en referencia al oro, cuya presencia dio lugar a numerosas explotaciones mineras durante la época romana. Alejada de las principales vías de comunicación de aquel periodo, la sierra conservó durante siglos un carácter remoto que todavía se percibe en sus pequeñas aldeas. En ellas encontramos una arquitectura tradicional muy ligada al territorio, con antiguas construcciones de origen prerromano y numerosas viviendas realizadas en pizarra, la roca característica de la zona, que forma parte inseparable de su paisaje y patrimonio.

RIBEIRA SACRA, MONASTERIOS, VIÑEDOS Y GRANDES CAÑONES

En el interior de **Galicia**, entre las provincias de **Lugo** y **Ourense**, se encuentra la **Ribeira Sacra**, un territorio marcado por los profundos cañones excavados por los **ríos Miño y Sil**. Sus laderas, en muchos casos de gran pendiente, están cubiertas de viñedos cultivados en terrazas, mientras que entre los bosques y las riberas aparecen **numerosos monasterios**, **iglesias y ermitas** que testimonian la importancia religiosa que tuvo esta comarca desde la Antigüedad.

El paisaje combina el carácter húmedo y verde propio de Galicia con zonas de influencia mediterránea, especialmente en los profundos valles fluviales, donde el clima resulta más suave. El antiguo nombre de *Rivoyra Sacrata* hace referencia precisamente a la concentración de monasterios y lugares de culto que, desde los primeros siglos del cristianismo, fueron estableciéndose en este territorio. Hoy, naturaleza, patrimonio y tradición vitivinícola forman un conjunto inseparable que convierte a la Ribeira Sacra en uno de los paisajes culturales más singulares de Galicia.

MONFORTE DE LEMOS, CORAZÓN DE LA RIBEIRA SACRA

Nuestro alojamiento estará en Monforte de Lemos, una de las localidades históricas más importantes del interior de **Galicia** y un excelente punto de partida para descubrir la Ribeira Sacra. Situada en el valle de Lemos, la ciudad ha estado estrechamente vinculada a la historia, la cultura y la tradición vitivinícola de esta comarca.

Su perfil está dominado por el conjunto monumental de San Vicente do Pino, formado por el monasterio, el palacio de los Condes de Lemos y la torre del homenaje, que recuerda el pasado medieval y señorial de la localidad. Este conjunto, conocido popularmente como el “Escorial gallego”, constituye uno de sus principales atractivos. Monforte conserva además una interesante relación con el mundo ferroviario a través del Museo del Ferrocarril de Galicia, reflejo de la importancia que tuvo la ciudad como nudo de comunicaciones del noroeste peninsular.

2 Destino

Geológicamente hablando, la **Sierra del Caurel**, situada en el sureste de la provincia de **Lugo**, es una de las sierras más singulares y completas de Galicia. En ella se alternan profundos valles cubiertos de una densa vegetación, donde conviven especies propias de los bosques mediterráneos y atlánticos, con elevadas cumbres que superan los 1.500 metros de altitud.

El origen del nombre Caurel o Courel, según la tradición popular, podría derivar del término latino aureum (oro), en referencia a las numerosas explotaciones auríferas realizadas por los romanos en sus alrededores. A pesar de ello, este entramado montañoso, drenado por el río Lor —afluente del Sil—, constituía un enclave alejado de las principales rutas comerciales romanas. Este aislamiento contribuyó a preservar buena parte de la arquitectura tradicional de sus remotas aldeas, donde todavía pueden encontrarse construcciones de origen prerromano, como las antiguas pallozas, posteriormente sustituidas en muchos casos por edificaciones de pizarra, material abundante en la zona. Todo ello contribuye a enriquecer el extraordinario patrimonio cultural y paisajístico de este paraje natural.

En el interior oriental de **Galicia** se extiende la denominada **Ribeira Sacra**, un territorio marcado por profundos cañones fluviales, monasterios y ermitas asentados junto a los ríos, y viñedos cultivados en las pronunciadas pendientes de sus riberas. Su particular combinación de un clima de influencia casi mediterránea, suavizado por la proximidad del océano Atlántico, y un paisaje dominado por los cursos del Miño y del Sil, convierte a esta comarca en uno de los espacios de mayor riqueza natural, histórica y artística de la península.

3 Datos básicos

Destino: El Caurel y la Ribera Sacra.
Actividad: Senderismo.
Nivel físico: A/B
Duración: 4 días.
Época: De mayo a noviembre.
Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El tipo de terreno varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, dificultad, desniveles etc) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a Monforte de Lemos

Día 2. **Serra do Courel: la Devesa da Rogueira, Formigueiros y la laguna de Lucenza**

Nivel A: Distancia 12 km Desnivel + 600 m. Desnivel – 600 m.

Nivel B: Distancia 15 km Desnivel + 1.170 m. Desnivel – 910 m.

Día 3. **Ribeira Sacra: miradores del Sil y monasterio de Santo Estevo**

Nivel A: Miradores del Sil. Distancia 11 km Desnivel + 485 m. Desnivel – 485 m.

Nivel B: Miradores naturales de la Ribeira Sacra. Distancia 18 km Desnivel + 620 m. Desnivel – 480 m.

Día 4. **Fervenza de Augacaída y Castro de Marce. Viaje de regreso.**

Nivel A y B. Distancia 9 km Desnivel + 330 m. Desnivel – 330 m.

Al finalizar la actividad, emprenderemos el viaje de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a Monforte de Lemos.

Salida hacia Galicia y desplazamiento hasta **Monforte de Lemos** (5 horas, aproximadamente), donde tendremos nuestro alojamiento durante todo el viaje.

Monforte es una excelente base para conocer **la Ribeira Sacra** y se encuentra en el centro de una comarca marcada por el paisaje de los **ríos Sil y Miño**, los viñedos en terrazas y un importante patrimonio histórico.

Llegada al hotel, distribución de habitaciones y tiempo libre para descansar o dar un paseo por la localidad.

Día 2. Serra do Courel: la Devesa da Rogueira, Formigueiros y la laguna de Lucenza.

Nos desplazamos hasta la **Serra do Courel** para realizar una de las jornadas de senderismo más interesantes del viaje.

La **Devesa da Rogueira** es uno de los grandes tesoros naturales del **Courel**. Este bosque reúne una extraordinaria variedad de especies y cambia de aspecto con cada estación, combinando hayas, robles, abedules y otras especies propias de los ambientes atlánticos y mediterráneos.

Nivel A — Devesa da Rogueira. Distancia 12 km Desnivel + 600 m. Desnivel – 600 m.

Comenzaremos la ruta en el **Alto do Couto**, donde iniciaremos el recorrido siguiendo las indicaciones de un panel informativo. El sendero atraviesa la parte alta de la espectacular **Devesa da Rogueira** y nos conducirá hasta el cruce que permite acercarnos a la **Fonte do Cervo**, uno de los puntos destacados del recorrido.

Continuaremos hasta el **Mirador de Polín**, desde donde disfrutaremos de excelentes panorámicas sobre los **valles de Rogueira y Pando**. Después regresaremos unos metros por el mismo camino para ascender hacia el **Teso das Papoulas**, desde donde podremos contemplar el itinerario de subida hacia **Formigueiros**. Con sus 1.640 metros, esta cumbre constituye el punto más elevado de **O Courel**.

Finalmente iniciaremos el descenso y alcanzaremos una nueva bifurcación, donde tomaremos el sendero que nos devolverá hasta el **Alto do Couto**, completando así nuestro recorrido por uno de los espacios naturales más singulares de la sierra.

Nivel B — Devesa da Rogueira, Pico Formigueiros y laguna de Lucenza. Distancia 15 km Desnivel + 1.170 m. Desnivel – 910 m.

Desde el inicio de esta travesía, en el **Aula de Naturaleza de Moreda**, podremos disfrutar de una extraordinaria variedad de plantas y especies arbóreas. A esta riqueza natural se suma la presencia de numerosas cuevas en el interior de la **Devesa de Rogueira**, que iremos descubriendo a medida que ascendemos por su umbría en dirección al collado de **A Campa da Lucenza**.

Una vez alcanzado este punto, podremos contemplar una hermosa panorámica de la **Devesa** antes de continuar nuestro recorrido hacia el punto más elevado de la Sierra, el **Pico Formigueiros**. Desde allí iniciaremos el descenso por la vertiente sur de la montaña, encaminándonos hacia la **Laguna de A Lucenza** y disfrutando, durante el trayecto, de los numerosos saltos de agua que acompañan nuestro camino.

El sendero continuará perdiendo altura hasta desembocar finalmente en la cuidada y pintoresca aldea de **A Seara.**

Día 3. Ribeira Sacra: miradores del Sil y monasterio de Santo Estevo.

Cambiamos de paisaje para adentrarnos en la **Ribeira Sacra** y recorrer los alrededores del espectacular **cañón del Sil.**

La jornada transcurre por antiguos caminos y senderos tradicionales, entre muros de piedra, bosques de castaños y pequeñas aldeas. A lo largo del recorrido iremos ganando diferentes perspectivas sobre el cañón, con algunos de los mejores miradores naturales de esta zona.

También nos acercaremos al entorno del **monasterio de Santo Estevo**, uno de los grandes referentes del patrimonio histórico de la Ribeira Sacra.

Nivel A — Miradores del Sil. Distancia 11 km Desnivel + 485 m. Desnivel – 485 m.

El recorrido nos llevará a transitar por las antiguas **carriozas**, estrechos caminos flanqueados por muros de piedra que, en otros tiempos, servían para facilitar el paso del ganado y proteger las fincas de posibles daños. A nuestro paso iremos encontrando los tradicionales **soutos**, donde majestuosos castaños centenarios se convierten en una de las grandes señas de identidad del paisaje gallego.

El itinerario continúa entre frondosos bosques de robles, viñedos, sequeiros y pequeñas aldeas que, en muchos casos, han quedado prácticamente abandonadas. Durante la marcha, el paisaje se abre en sorprendentes miradores naturales desde los que contemplar el **Cañón del Sil**, acompañándonos hasta el final de la ruta.

Como broche a este recorrido, llegaremos al **Monasterio románico de Santa Cristina**, un lugar de gran belleza que permanece escondido entre castaños y robles, en armonía con el entorno natural que lo rodea.

Nivel B — Miradores naturales de la Ribeira Sacra. Distancia 18 km Desnivel + 620 m. Desnivel – 480 m.

Hoy nos adentraremos en uno de los paisajes más espectaculares de la **Ribeira Sacra**. A lo largo por esta travesía por los **Cañones del Sil**, iremos descubriendo diferentes miradores naturales desde los que podremos admirar las impresionantes panorámicas que ofrece este singular entorno.

La ruta parte de la localidad de **Sobrado**, desde donde tomaremos un antiguo camino que avanza por un cordal paralelo al río Sil. El sendero nos conducirá hasta el majestuoso **Monasterio de Santo Estevo**, uno de los grandes referentes históricos y patrimoniales de la zona.

Desde allí continuaremos nuestro camino hasta alcanzar los espectaculares miradores de la Ribeira Sacra, auténticos balcones naturales sobre los Cañones del Sil.

Día 4. Fervenza de Augacaída y Castro de Marce. Viaje de regreso. Niveles A/B: Distancia 5.5 km Desnivel + 260 m. Desnivel – 260 m.

Nos adentraremos en la jornada de hoy en la **cascada de Augacaída**, en el municipio de **Pantón**. El camino, acondicionado con pasarelas de madera, escaleras y barandillas, nos permitirá avanzar cómodamente entre la vegetación hasta llegar a un espectacular mirador situado frente al salto de agua.

Desde allí contemplaremos la impresionante caída de unos cuarenta metros del arroyo de **Aguianza**, que se precipita con fuerza hacia **el Miño** a escasa distancia de su desembocadura. Un paisaje donde la frondosidad del entorno y el sonido del agua convierten este tramo en uno de los momentos más atractivos de la jornada.

Continuaremos después nuestro recorrido hasta el **Castro de Marcé**, vestigio de un antiguo asentamiento castreño que nos ofrecerá una magnífica perspectiva sobre los meandros del río Miño. Una combinación de naturaleza, paisaje e historia que pondrá el broche final a nuestra ruta por este privilegiado rincón de **la Ribeira Sacra**.

Al finalizar la actividad, emprenderemos el viaje de regreso.

5 Precio. Incluye/ No incluye

Precio. 675 €. Suplemento habitación individual + 175 €

5.1 Incluye

- Transporte desde Madrid en autobús.
- Guía de montaña de Muntania Outdoors
- 3 noches de alojamiento en régimen de media pensión (menos la noche de llegada) en habitación doble. Hotel Cardenal en Monforte de Lemos.
- Gestión del viaje.
- Seguro de accidentes y rescate.

5.2 No incluye

- Almuerzos que se harán en montaña.
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

6 Más información

Hora y lugar de encuentro. Puntos de salida e incorporaciónes

Madrid - Nuevos Ministerios 15:30 h Ver mapa

Tordesillas 17:45 h Ver mapa

Información final del viaje

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te informaremos del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Material y ropa necesaria para este viaje

- Maleta o bolsa de viaje.
- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utilizas).

Seguro de viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate,** pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: Información de seguros

Seguro de accidentes y rescate incluido en la península (España, Portugal y Pirineo Francés)

Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €
- Asistencia sanitaria durante la actividad en centros españoles concertados.

Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Importe máximo centros NO concentrados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adenture Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

** Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitará ese número de expediente al centro médico.

*** El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

**** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Enlaces de interés

Rivera Sacra

7 Puntos fuertes

- Transporte incluido.
- Descubrir dos de los grandes paisajes del interior de Galicia: la Serra do Courel y la Ribeira Sacra
- Recorrer la espectacular Devesa da Rogueira, uno de los bosques más valiosos y singulares de Galicia
- Posibilidad de alcanzar el Pico Formigueiros y la laguna glaciar de Lucenza en una de las jornadas más completas del viaje.
- Adentrarnos en el espectacular cañón del Sil y recorrer algunos de sus mejores miradores naturales
- Caminar por antiguos caminos, senderos tradicionales, bosques de castaños, aldeas y paisajes de viñedos en terraza
- Conocer el entorno del monasterio de Santo Estevo, uno de los grandes referentes históricos y monumentales de la Ribeira Sacr
- Descubrir la Fervenza de Augacaída y el Castro de Marce, dos rincones menos conocidos de la Ribeira Sacra.
- Alojamiento durante todo el viaje en Monforte de Lemos, una excelente base para explorar tanto el Courel como la Ribeira Sacra.

8 Otros viajes similares

- Senderismo en la Reserva Natural de Peloño, Ponga. Asturias.

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. **Grupo Global Adventure Team S.L** (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid