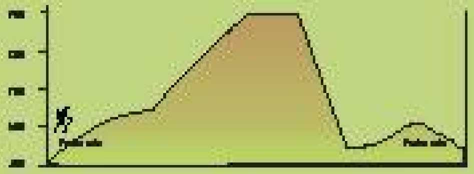
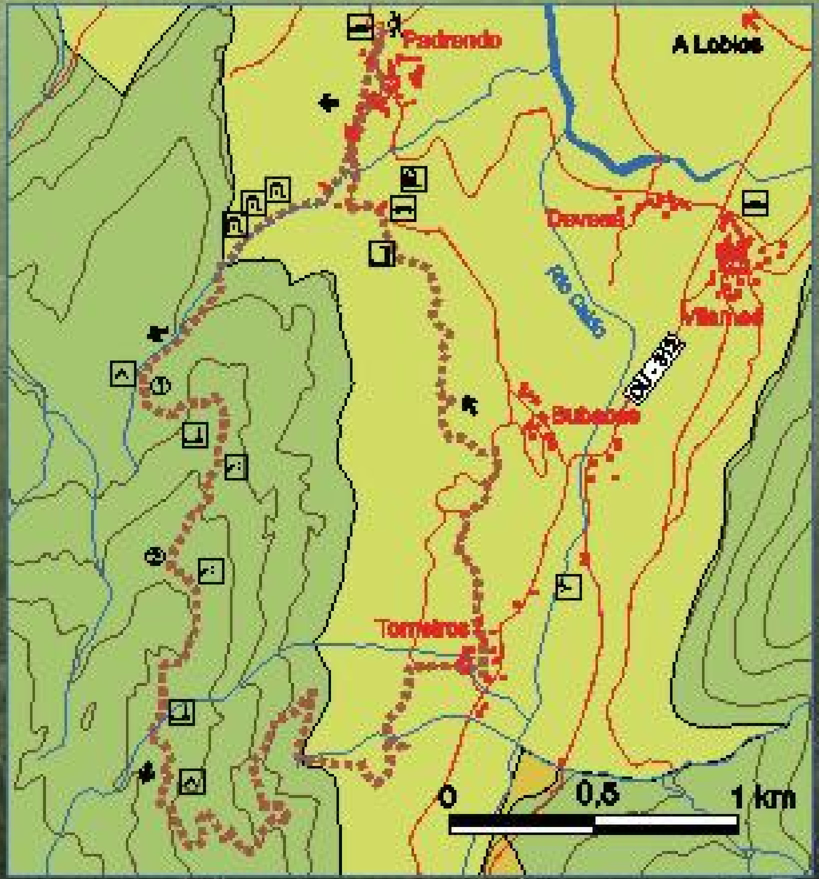
Sendeiro de Padrendo



Lonxitude do trazado: 10 km
Inicio - Fin: Padrendo
Dificultade: Media-Alta

No fin do pobo de Padrendo, un sendeiro condúcenos aos arredores do antigo pobo de Outeiro. Dende aquí, a ruta ascende preto dun regato onde se atopan muíños restaurados ata unha chaira denominada Chan de Ventoselo (1), onde se observa unha impresionante vista da Serra de Sta. Eufemia. Continuando o camiño contémplase unha fermosa vista do val do río Caldo (2) e da Serra do Xurés. Descendemos así ata a vila de Torneiros, que contén un interesante conxunto de hórreos de pedra, seguindo logo ata Bubaces, onde se atopan sete antigas minas para garda-lo viño. Dende aquí vólvese a Padrendo por antigos camiños ata chegar á igrexa de Sta. María do Val de Riocaldo e podendo visitar o complexo etnográfico da aldea.

Fonte	Aldeas
Igrexa	Estradas
Vista Panorámica	Camiños
Vila Termal	Ríos
Muíño	Ruta de Padrendo
Aparcamento	Cultivos
Vde. está aquí	Protección especial
Dirección interpretada	Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

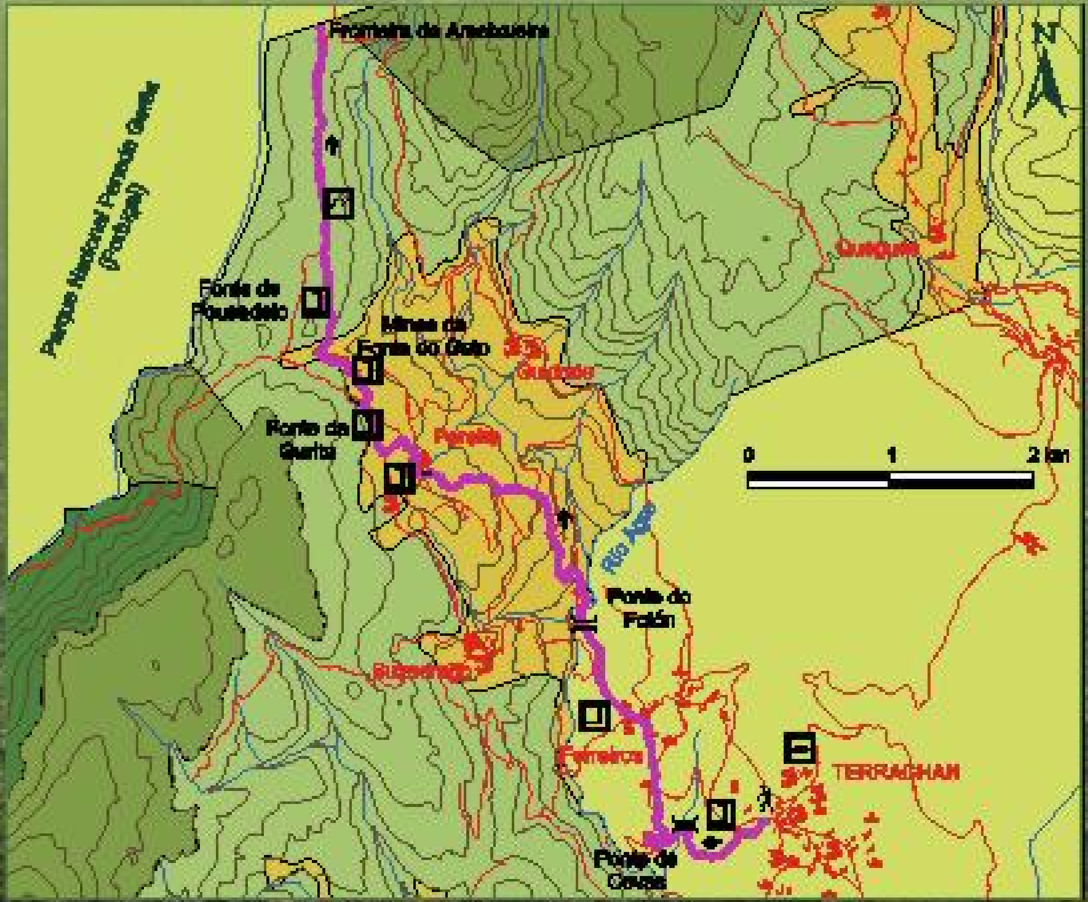
Sendeiro Ecuestre

Lonxitude do trazado: 9 km
Inicio: Terrachán
Fin: Fronteira da Ameixueira
Dificultade: Baixa - Media

Este percorrido pódese realizar a cabalo, en bicicleta de montaña, ou a pé.
Desde *Terrachán* unha pista entre piñeiros lévanos a *Ferreiros de Abaixo*, onde cruzaremos o río *Agro* pola Ponte do Folón, para chegar a *Pereira*. Tras pasar xunto ao forno comunal, tomaremos un camiño empedrado ata a *Ameixueira*.
O tramo final do sendeiro permítenos a vista dos impoñentes farallóns de *Outeiro do Castelo* e o val do río *Castro Leboreiro*.

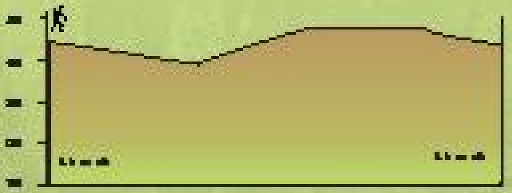
- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Direción interpretada

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta Ecuestre
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal
- Reserva integral



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

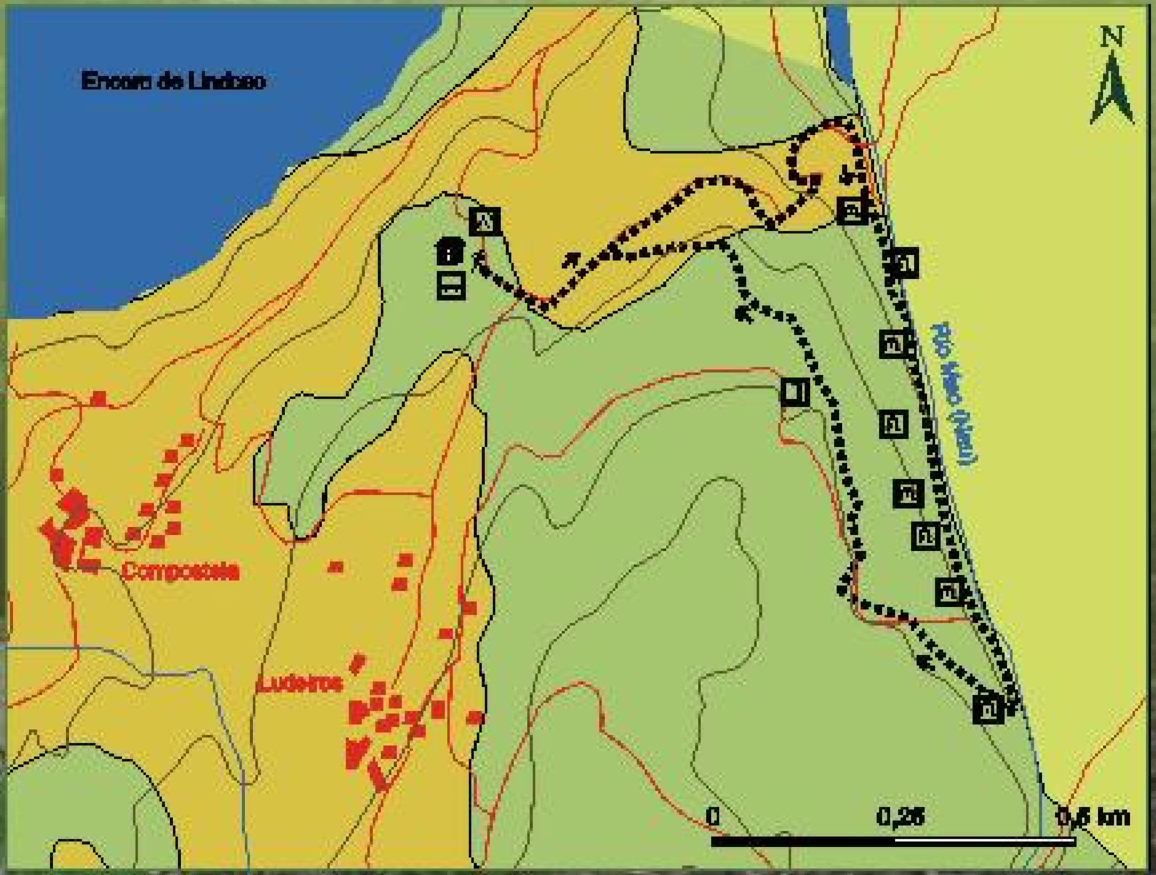
Sendeiro do Río Mao



Lonxitude do trazado: 4 km
Inicio - Fin: Casa da Escusalla
Dificultade: Media - Alta

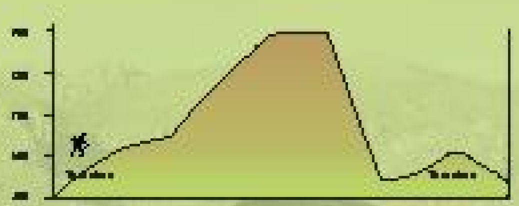
O inicio da ruta sitúase na casa da Escusalla, dende aquí descéndese ate o río, onde atopamos o primeiro muíño restaurado. O percorrido discorre ó longo do río Mao, onde atopamos unha serie de muíños restaurados e fermosos rápidos e pozas nas que poderemos gozar dun baño no Parque Natural. Cando visites estes muíños mantén o respecto polo contorno, non alteres ningún elemento natural. Non esquezas que moitos destes lugares albergan poboacións importantes de morcegos, non perturbes a súa tranquilidade.

Fonte	Aldeas
Vista Panorámica	Estradas
Muíño	Camiños
Aparcamento	Ríos
Casa da Escusalla	Ruta do río Mao
Vde. está aquí	Cultivos
Dirección interpretada	Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro do Río Agro

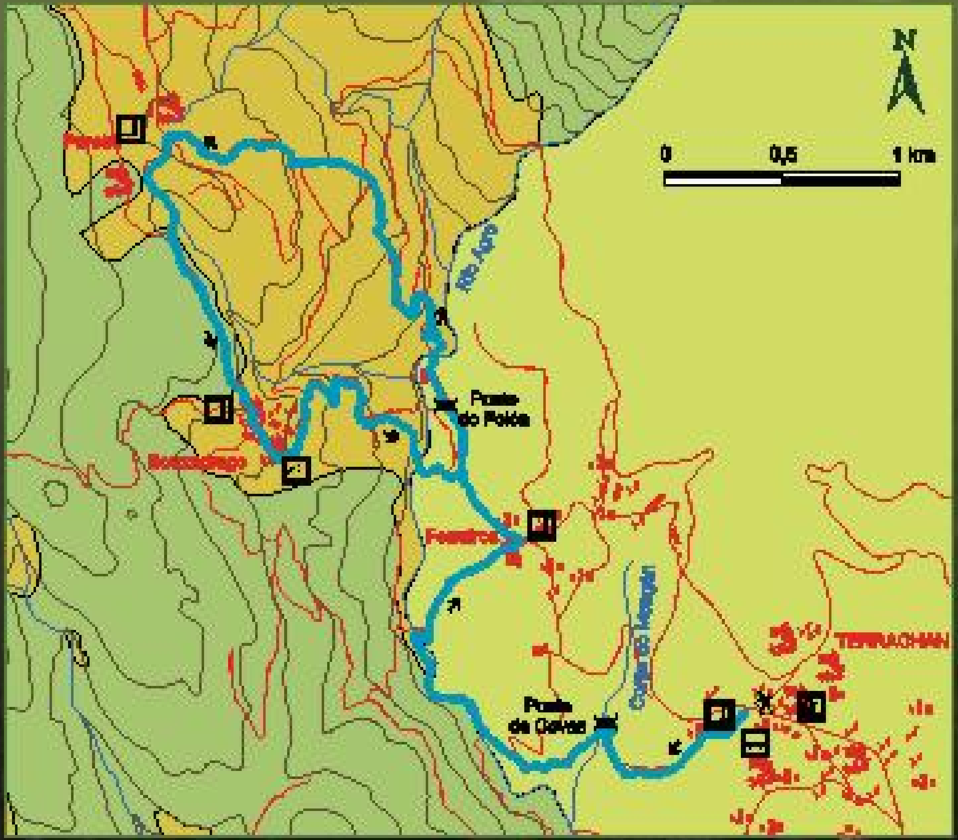


Lonxitude do trazado: 14 km
Inicio - Fin: Terrachán
Dificultade: Media - Alta

A ruta iníciase en *Terrachán* (*Quintián*). Durante o percorrido cruzaremos o río Agro a través de antigas e ben conservadas pontes e camiños empedrados. Unha vez chegados a *Ferreiros de Abaixo*, descéndese de novo ó río cruzando a ponte de *Folón*.
Xa en *Pereira* seguiremos ata *Bouzadrago, balcón de Entrimo*, onde se divisa unha fermosa panorámica de carballeiras e lameiros.

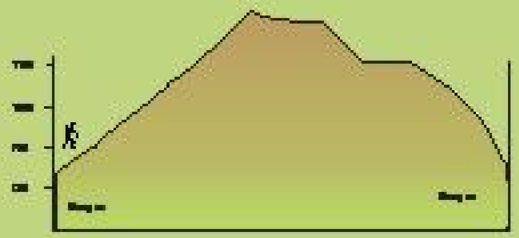
- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta da Cabaniña do Curro
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

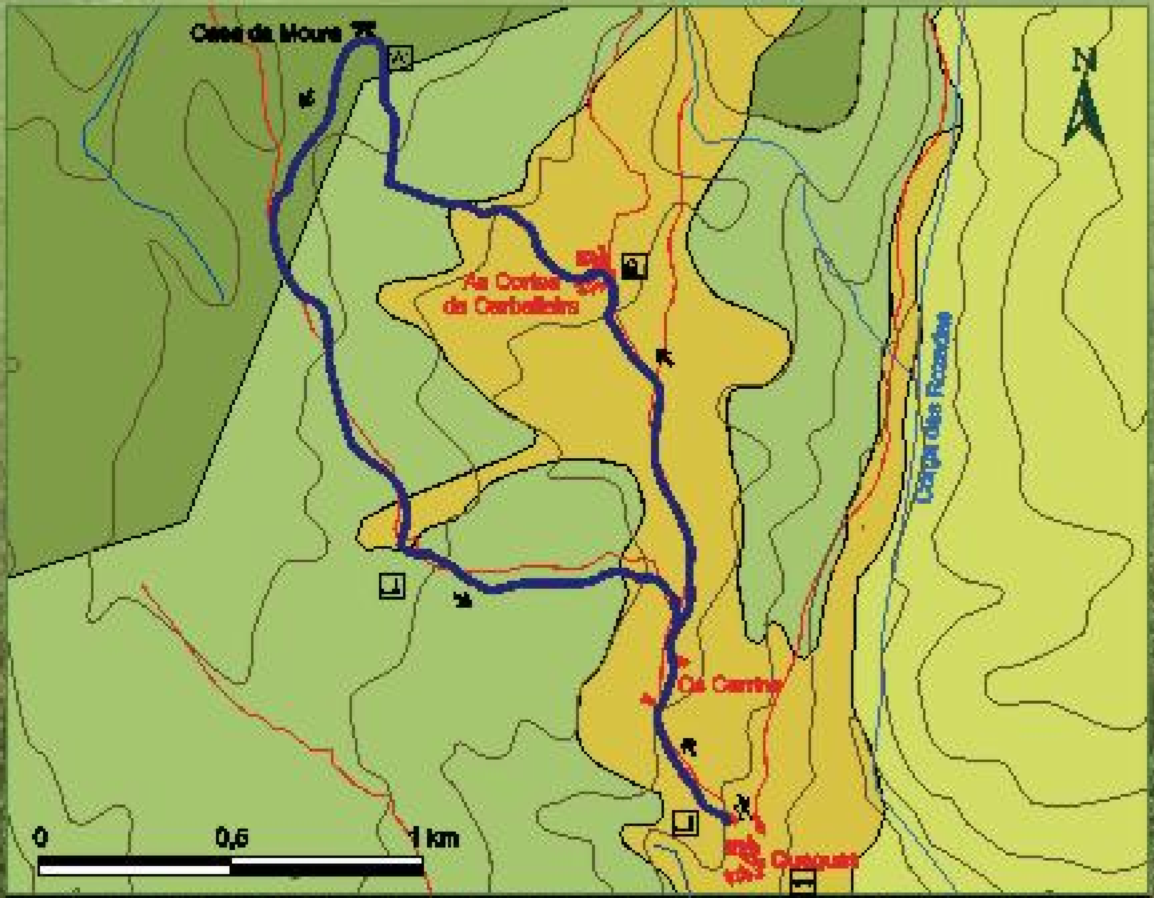
Sendeiro de Queguas



Lonxitude do trazado: 6,5 km
Inicio: Queguas
Fin: Queguas
Dificultade: Media

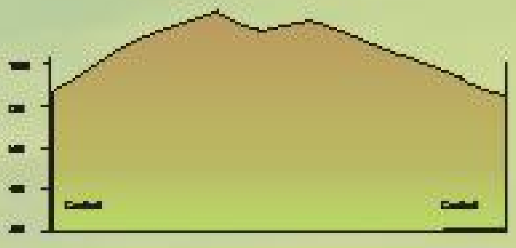
Fonte		Aldeas	
Igrexa		Camiños	
Vista Panorámica		Ríos	
Mámoa		Ruta de Queguas	
Aparcamento		Cultivos	
Vde. está aquí		Protección especial	
Dirección interpretada		Rexeneración forestal	

Na aldea de *Queguas* un camiño empedrado condúcenos ata As *Carrins* (contrucións que servían para aloxar o gando). Continuando polo mesmo camiño chégase ás *Cortes da Carballeira*. Tras un suave ascenso, accédese ao impresionante monumento megalítico da *Casa da Moura* onde se observa unha bela panorámica da *Serra do Leboreiro*, da *Serra do Quinxo*, e do *Encoro de Lindoso*. A volta cara a *Queguas* realízase por zonas de mato onde é frecuente atopar garranos e cachenas



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

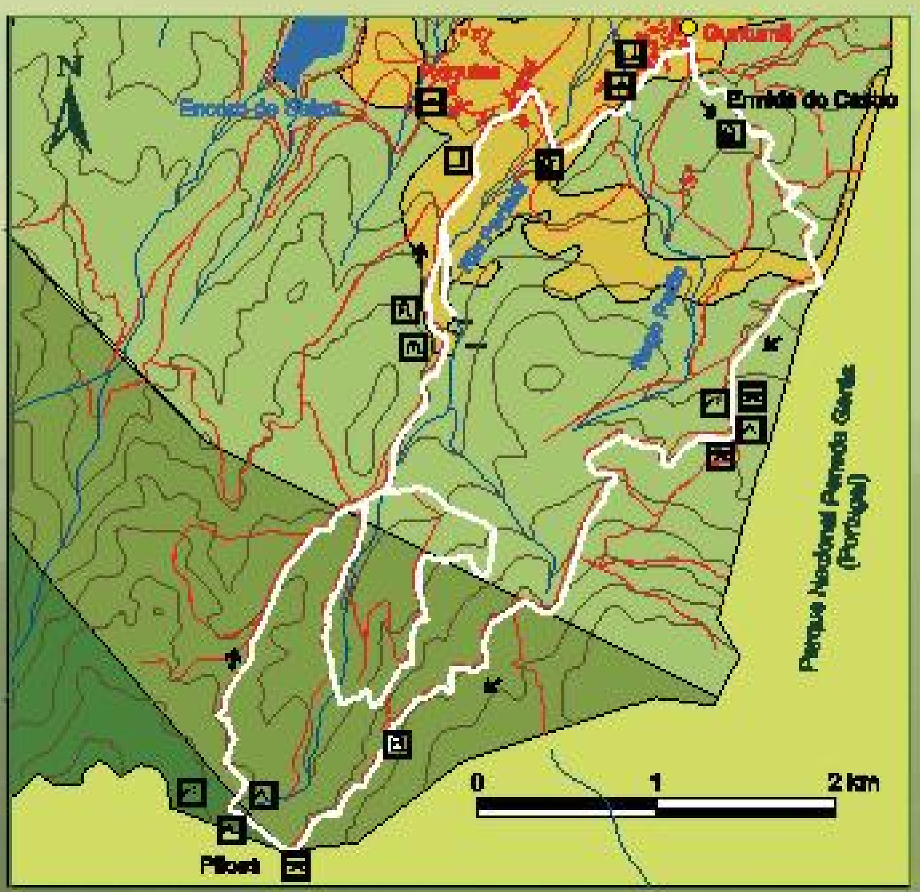
Sendeiro do Río Padín



Lonxitude do trazado: 12 km
Inicio: Guntumil
Fin: Guntumil
Dificultade: Media - Alta

Comeza a ruta en *Guntumil* tomando unha pista que leva ao *Río de Padín* e a *Serra do Pisco*, onde poderemos gozar dunha espectacular panorámica do *Encoro de Salas*. No regreso cara a *Requiás*, podemos percorrer unha variante desta ruta no contorno do regato de Portela, parando nunha fermosa fervenza e varios muíños, para logo continuar pola esquerda do regato ata *Requiás* e *Guntumil*.

Este sendeiro é recomendado para o seu percorrido en bicicleta de montaña.

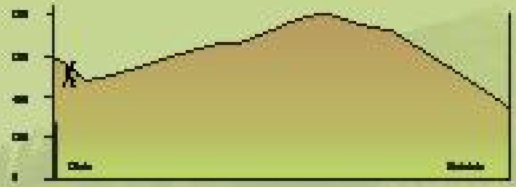


- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Refuxio do Pisco
- Mamoa
- Aparcamento
- Dirección interpretada

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta do Río Padín
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal
- Reserva Integral

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro de Olelas - Lantemil

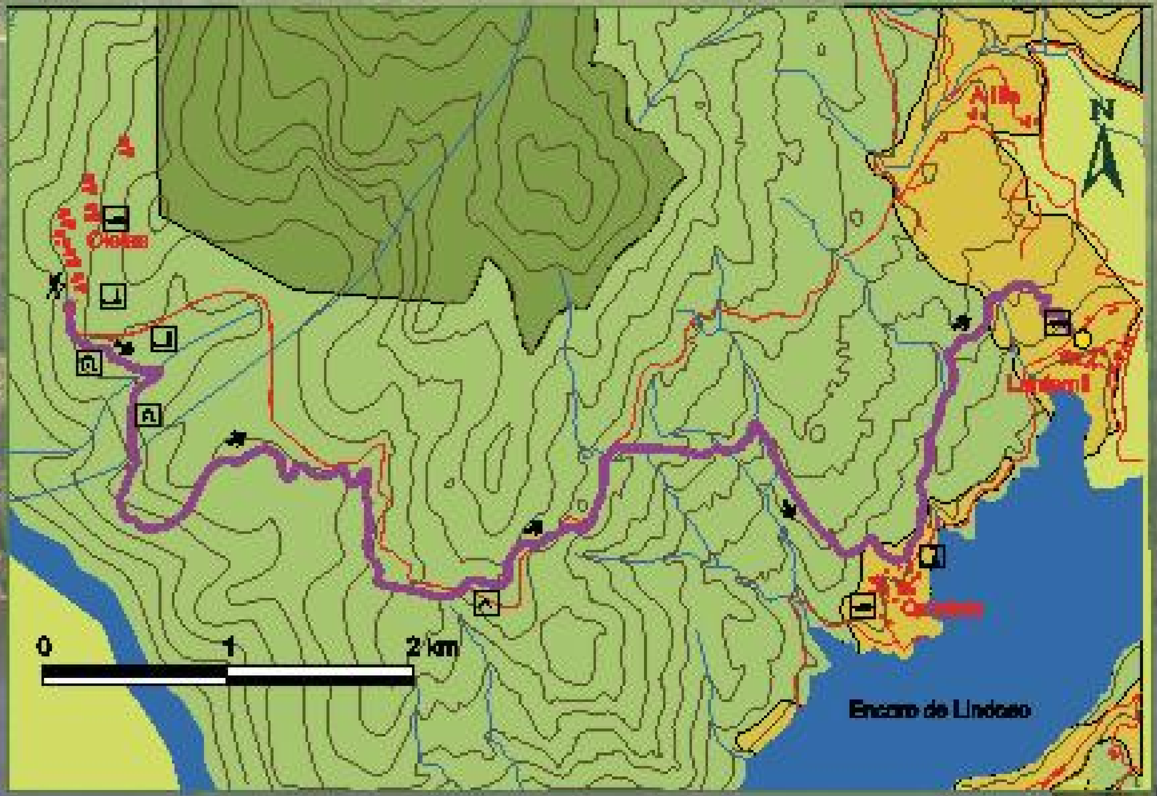


- Lonxitude do trazado: 10 km
- Inicio: Olelas
- Fin: Lantemil
- Dificultade: Media

O sendeiro discorre polo antigo camiño que comunicaba a *Olelas* con a *Illa*, empedrado nalgún tramo e noutros desaparecido baixo a estrada. Durante o percorrido obsérvanse fermosas vistas do val do Limia e a *Serra de Santa Eufemia*, ao inicio da ruta dende *Olelas* podemos observar as vacas cachenas.

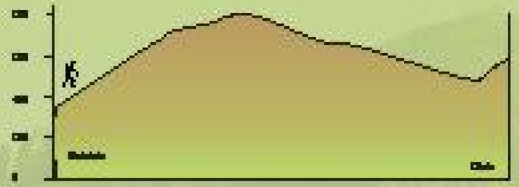
Na área recreativa de *Olelas*, pódense visitar varios muiños restaurados e contemplar o espectacular *Barranco de Olelas*, onde o río *Castro Laboreiro* une as terras de Galicia e Portugal.

- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Camping
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada
- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta de Lantemil-Quintela-Olelas
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro de Lantemil - Olelas



Lonxitude do trazado: 10 km
Inicio: Lantemil
Fin: Olelas
Dificultade: Media

O sendeiro discorre polo antigo camiño que comunicaba a *Illa* con *Olelas*, empedrado nalgún tramo e noutros desaparecido baixo a estrada. Durante o percorrido obsérvanse fermosas vistas do val do Limia e a *Serra de Santa Eufemia*, no último tramo da ruta podemos observar as vacas cachenas.

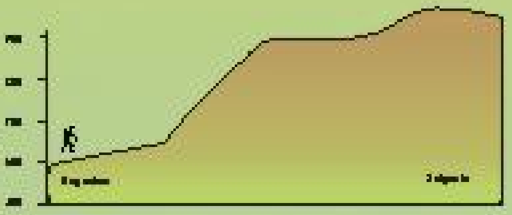
Na área recreativa de Olelas, fin do percorrido, pódense visitar varios muíños restaurados e contemplar o espectacular *Barranco de Olelas*, onde o río *Castro Laboreiro* une as terras de Galicia e Portugal.

- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Camping
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta de Lantemil-Quintela-Olelas
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal

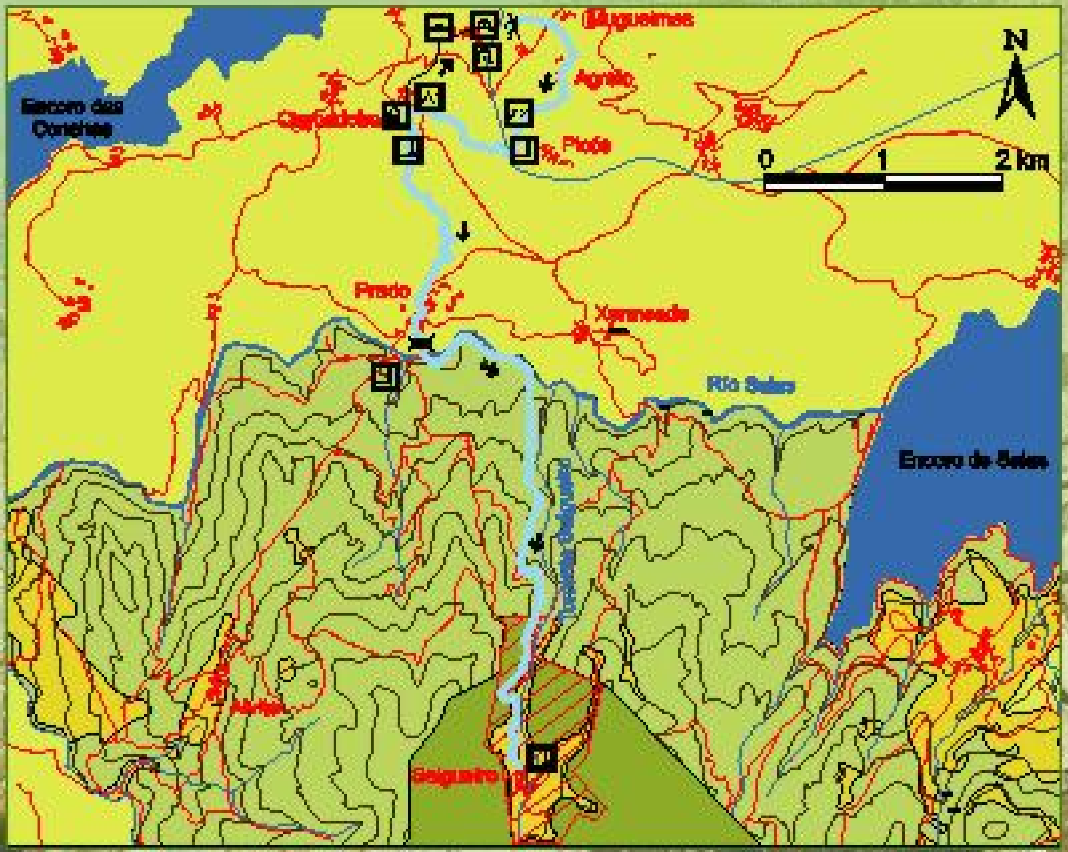
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

Sendeiro Torrente - Salgueiro



Lonxitude do trazado: 15 km
Inicio: Rectoral de Muiños
Fin: Salgueiro
Dificultade: Media - Alta

O percorrido iníciase nas proximidades da *Rectoral de Muiños*, e ascende atravesando unha zona de bosque ben conservada ata a ermida da *Clamadoira*, dende a que contemplaremos unha fermosa panorámica. Continúa o percorrido por unha zona de mato ata a aldea de *Prado*, seguindo pola beira do río *Salas* e da *Torrente de Salgueiro*, ata chegar a aldea de *Salgueiro*.



Ruta de Acceso Restrinxido

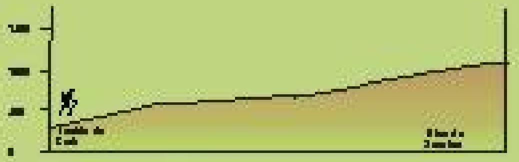
Se se quere visita-la aldea de Salgueiro precisase dunha autorización que se poderá solicitar na Sede do Parque Natural (Lobios)
Telf. 988 44 80 48 - 988 448 181

- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muiño
- Aparcamento
- Refuxio do Pisco
- Carballeira da Barxa
- Dirección interpretada
- Vde. está aquí

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta A Torrente - Salgueiro
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal
- Reserva integral

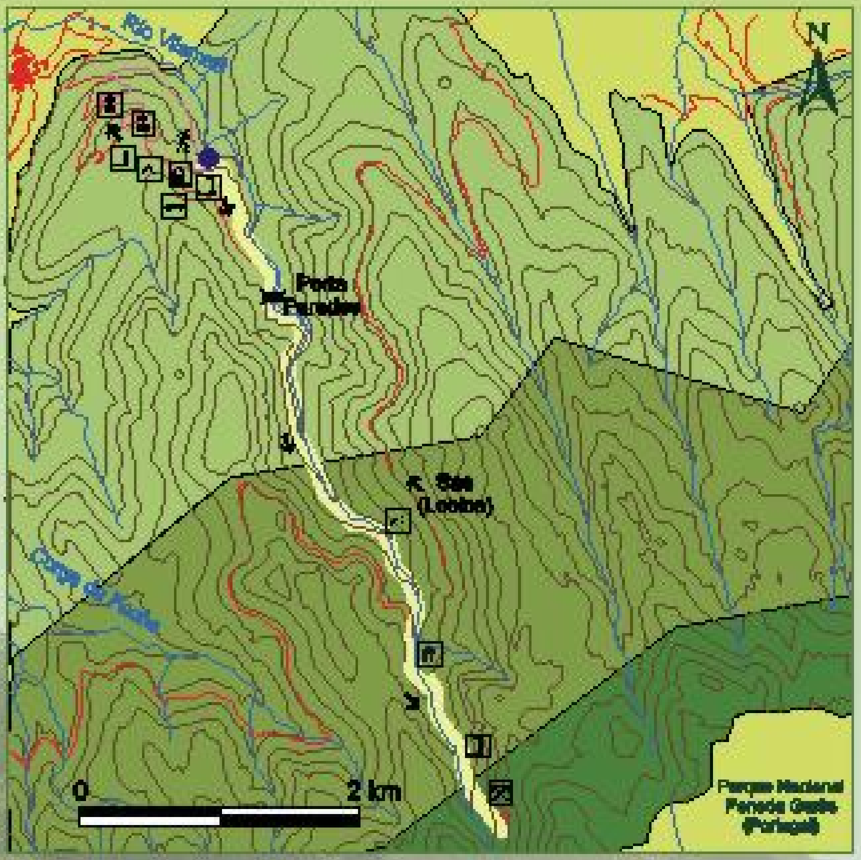
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro da Mina das Sombras



Lonxitude do trazado: 9 km
Inicio: Ermida do Xurés
Fin: Mina das Sombras
Dificultade: Alta

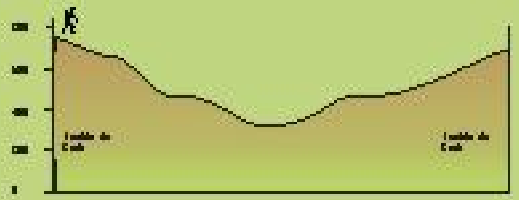
A ruta iníciase na pista situada por riba da *Ermida do Xurés*, debendo seguir polo camiño que discorre pola marxe do *río Vilameá*, ata chegar á *Mina das Sombras*.
No percorrido son escasas as zonas de sombra, xa que a vexetación de mato é a dominante.
A espectacularidade do val resáltase coa presenza dos farallóns graníticos de *Baltar* e o *Fitoiro*.
A ruta culmina na zona de explotación mineira das *Sombras*, incluída na área de Reserva Integral do Parque.



- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Pasos
- Cabana
- Minas
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada
- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta da Mina das Sombras
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

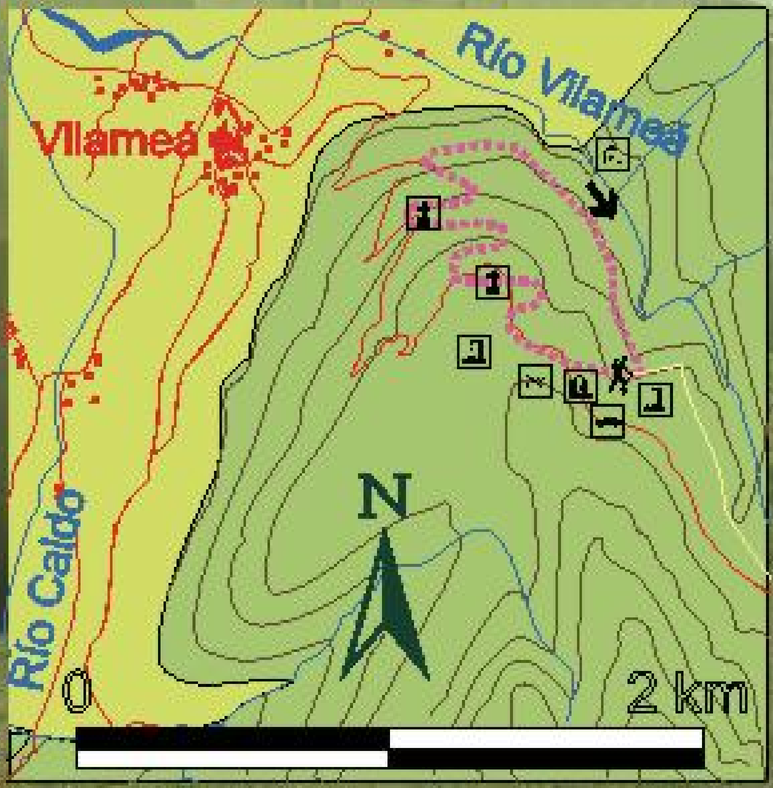
Sendeiro da Ermida do Xurés



Lonxitude do trazado: 6 km
Inicio - Fin: Ermida do Xurés
Dificultade: Media

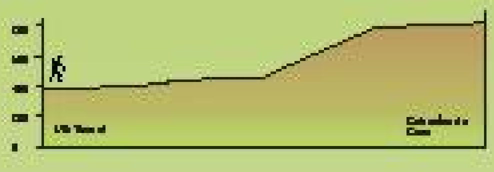
O percorrido iníciase na *Ermida do Xurés*, e descende polo camiño no que están situados os pasos (os santos) desta ermida. Tras este percorrido chegase ao antigo camiño da mina das Sombras, e ascendemos ata *Porta Parede*, aquí atopamos unha alvariza en uso, para chegar novamente á *Ermida do Xurés*, dende onde podemos contemplar unha fermosa panorámica sobre o val do río *Caldo* e a Serra de *Santa Eufemia*.

- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Pasos
- Aparcamento
- Dirección interpretada
- Vde. está aquí
- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta da Ermida do Xurés
- Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

Sendeiro da Corga da Fecha



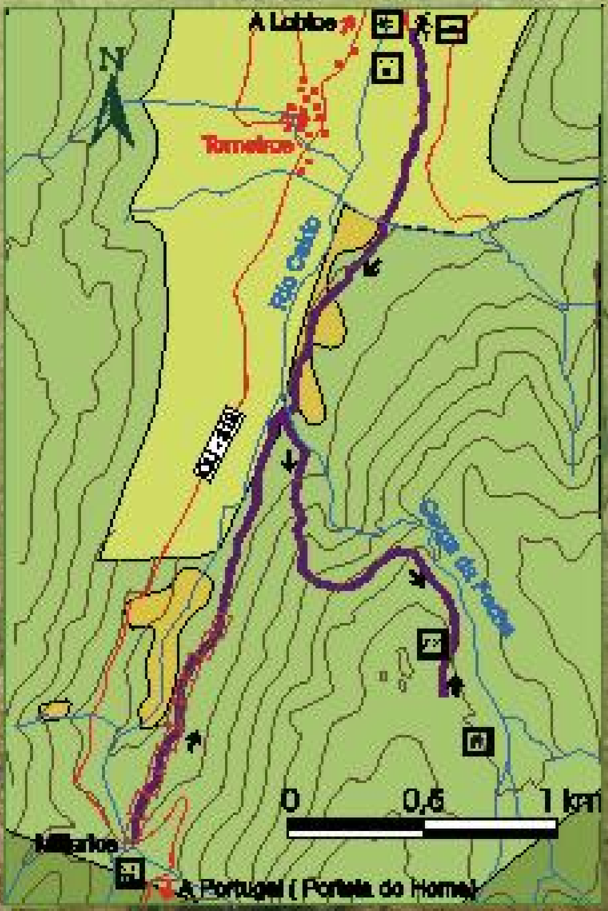
Lonxitude do trazado: 4 km
Inicio: Vila Termal de Lobios
Fin: Cabaniña do Curro
Dificultade: Alta

A *Vila Termal de Lobios* marca o comezo desta ruta que nos leva polo antigo trazado da *Vía Romana XVIII*, que unía *Braga* con *Astorga*. A uns 50 m da ponte que cruza o regato da *Corga da Fecha* ascendemos por un sendeiro que discorre paralelo ao río, ao longo do cal atopamos fermosas pozas con augas cristalinas que nos invitan ao baño. Ao final deste ascenso poderemos conectar coa ruta da *Cabaniña do Curro*.

Outra posibilidade é comezar a ruta nos miliarios da *Ponte Nova* dende onde descenderemos pola parte restaurada da *Vía Romana XVIII* e continuaremos ate 50 metros antes da ponte onde podemos encamiñarnos cara a *Cabaniña do Curro* ou continuar cara á *Vila Termal*.

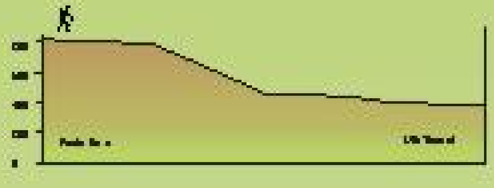
Fonte
Restos arqueolóxicos
Vista Panorámica
Vila Termal
Muíño
Cabana
Aparcamento
Vde. está aquí
Dirección interpretada

Aldeas
Estradas
Camiños
Ríos
Ruta da Corga da Fecha
Cultivos
Protección especial
Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro da Corga da Fecha



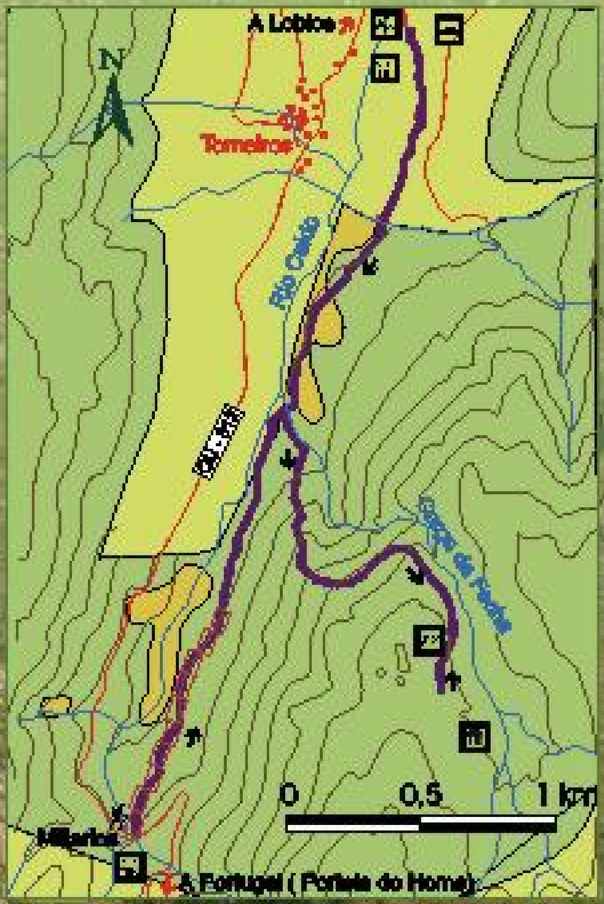
Lonxitude do trazado: 4 km
Inicio: Miliarios da Ponte Nova
Fin: Cabaniña do Curro
Dificultade: Alta

A Ruta iniciase nos miliarios da *Ponte Nova* dende onde descenderemos pola parte restaurada da *Vía Romana XVIII* e continuaremos ate cincuenta metros antes da ponte onde podemos encamiñarnos cara a *Cabaniña do Curro* ou continuar cara á *Vila Termal*.

Outra posibilidade é comezar a ruta na *Vila Termal de Lobios* ascendendo polo antigo trazado da *Vía Romana XVIII*, que unía *Braga* con *Astorga*. A uns cincuenta metros da ponte que cruza o regato da *Corga da Fecha* ascendemos por un sendeiro que discorre paralelo ao río, ao longo do cal atopamos fermosas pozas con augas cristalinas que nos invitan ao baño. Ao final deste ascenso poderemos conectar coa ruta da *Cabaniña do Curro*.

- Fonte
- Restos arqueolóxicos
- Vista Panorámica
- Vila Termal
- Muiño
- Cabana
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada

- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta da Corga da Fecha
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

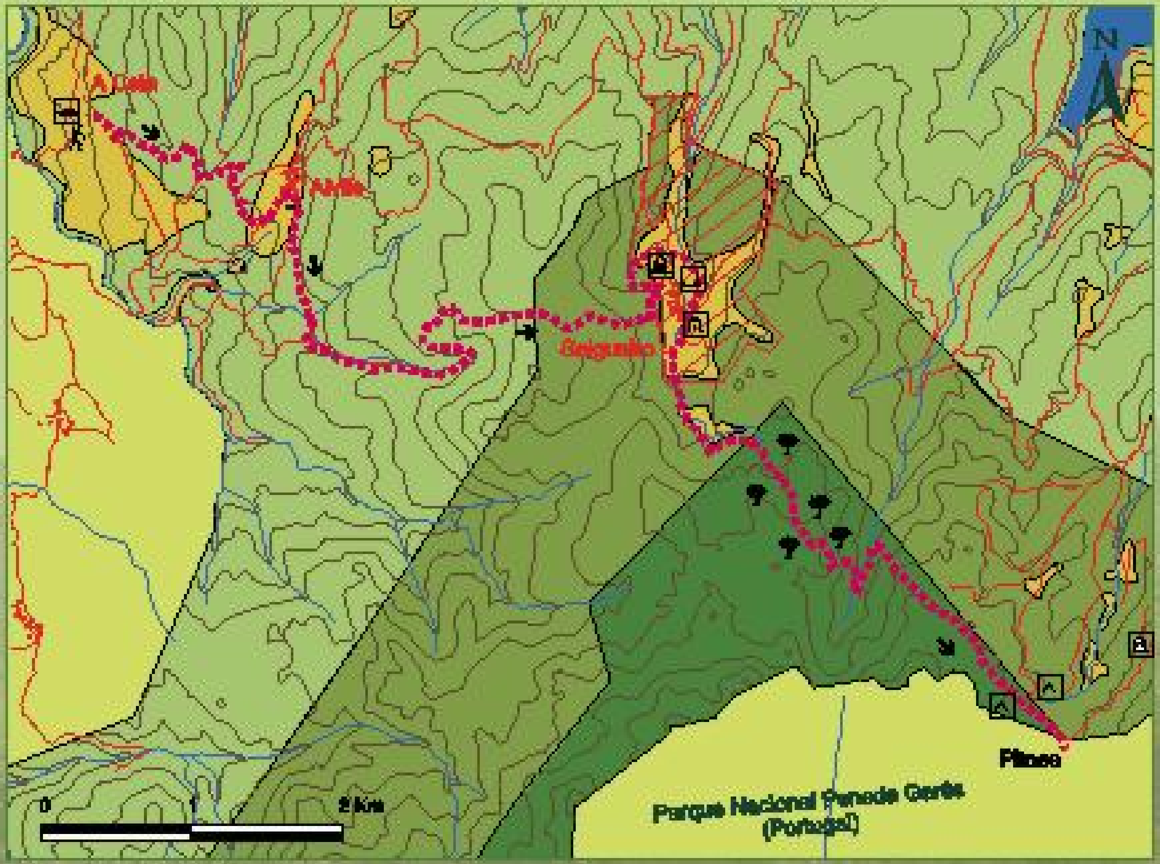
Sendeiro da Cela - Pitoês

Lonxitude do trazado: 15 km
Inicio: A Cela
Fin: Portela de Pitões
Dificultade: Alta

O percorrido iníciase na aldea da *Cela*, mostra da capacidade de integración do home co medio natural, dende onde se ascende ata *Alvite*. Dende aquí, a ruta condúcenos ata *Salgueiro*, Zona de Acceso Restrinxido. Neste tramo poderemos contemplar unha fermosa panorámica da *Serra do Xurés*. Tras un forte ascenso chégase á *Carballeira da Barxa*, Reserva Integral, dende onde se prosegue ata a *Portela de Pitões*, fin do sendeiro e entrada no *Parque Nacional de Peneda Gerês*.

Ruta de Acceso Restrinxido

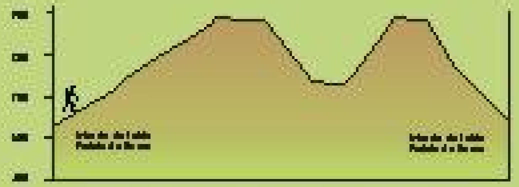
Se quere visitar a aldea de Salgueiro ou utilizar o refuxio do Pisco, precisa dunha autorización que poderá solicitar na Sede do Parque Natural (Lobios).
Telf. 988 44 80 48 - 988 448 181



- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Aparcamento
- Refuxio do Pisco
- Carballeira da Barxa
- Dirección interpretada
- Vde. está aquí
- Aldeas
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta A Cela - Pitões
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal
- Reserva Integral

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza

Sendeiro da Cabaniña do Curro



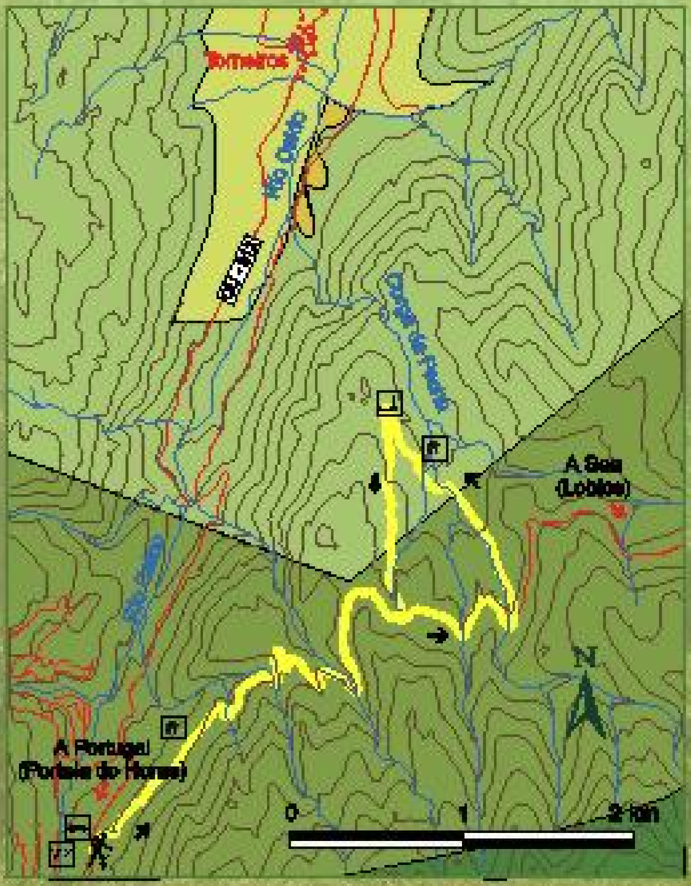
Lonxitude do trazado: 11,2 km
Inicio - Fin: Estrada OR - 312
Dificultade: Media

A ruta iníciase na *Pista das sombras* e atravesa zonas de alta montaña. No transcurso do percorrido contémplanse os farallóns da Serra do Xurés con formacións graníticas espectaculares. Poden visitarse dúas cabanas (lugares onde se aloxaban antigamente os pastores) e restos dun curro preto da *Cabaniña do Curro*.

Recomendada para cicloturismo os primeiros 5 km, continuando pola pista das sombras uns 20 km máis ata saír na aldea de Sáa. Neste percorrido pódense visitar a área de explotación mineira abandonada nos anos cincuenta. Forma unha paisaxe espectacular incluída na zona de reserva integral do Parque. Se decides visitala, se coidadoso; lembra que o interior da mina non é visitable polo perigo que conleva.

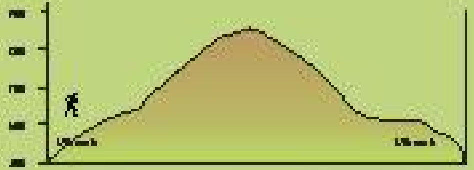
Fonte
Vista Panorámica
Vila Termal
Cabana
Aparcamento
Vde. está aquí
Dirección interpretada

Aldeas
Estradas
Camiños
Ríos
Ruta da Cabaniña do Curro
Cultivos
Reserva integral
Protección especial
Rexeneración forestal



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación
da Natureza

Sendeiro do Río Vilameá



Lonxitude do trazado: 1,6 km
Inicio - Fin: Vilameá
Dificultade: Baixa

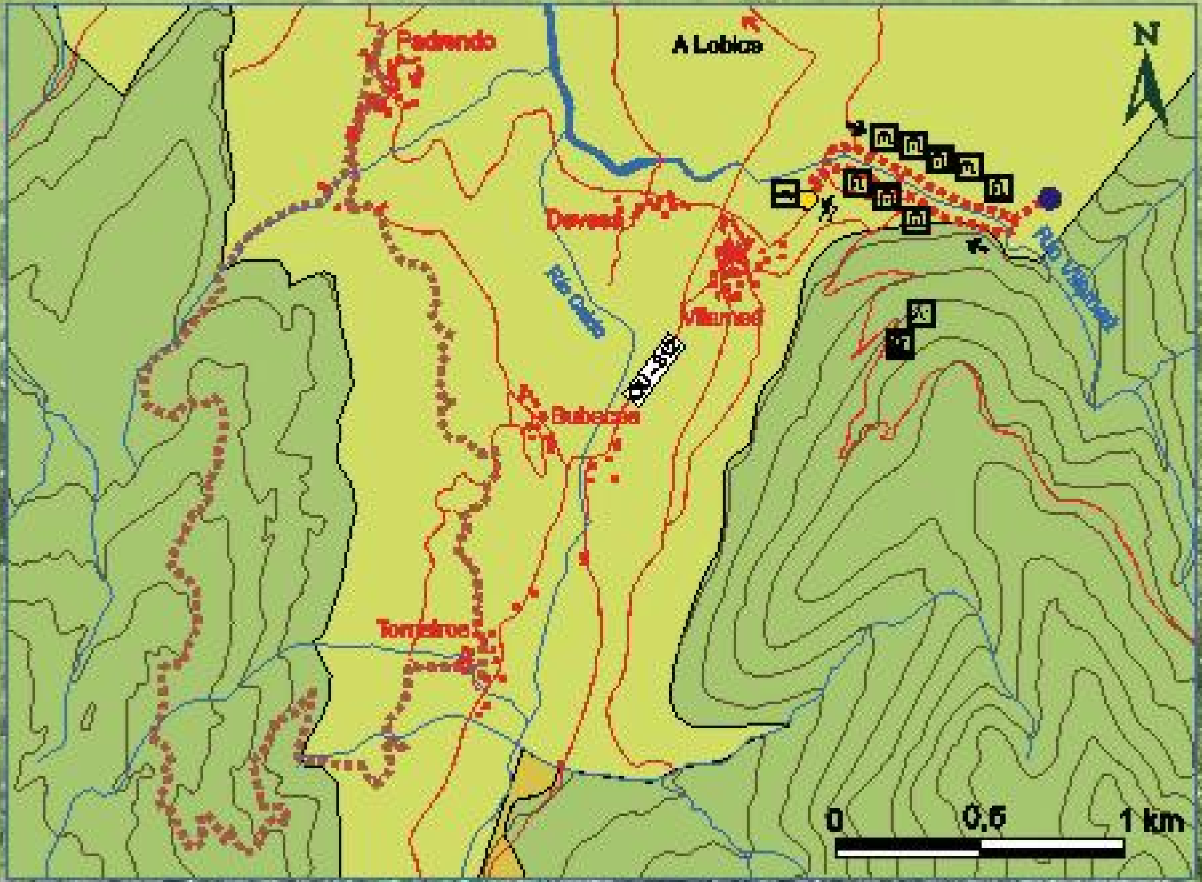
A ruta discorre por ámbalas dúas marxes do río Vilameá onde poden visitarse 12 muíños restaurados polo Parque Natural.

Na metade da ruta, tras cruzar unha pasarela sobre o río pode continuarse por un camiño duns 450 m e dificultade alta para chegar a unha alvariza (colmear).

No transcurso da ruta é posible bañarse nas pozas do río ou disfrutar da sombra na área do muíño

- Fonte
- Igrexa
- Vista Panorámica
- Muíño
- Aparcamento
- Vde. está aquí
- Dirección interpretada

- Pobos
- Estradas
- Camiños
- Ríos
- Ruta do río Vilameá
- Cultivos
- Protección especial
- Rexeneración forestal
- Inicio da Ruta



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Dirección Xeral de Conservación da Natureza