

por el interior de carballeiras y soutos  
**de GALICIA MÁXICA,**  
el silencio de los monjes, castros y pazos,  
los viñedos a orillas de los ríos y las fervezas...

**2010**

**Durante todo el verano**

*Siete noches de **domingo a domingo***

*Para quienes este verano piensan recorrer los lugares  
donde celtas y eremitas iniciaron la historia de un pueblo...*

**En la RIBEIRA SACRA, la “Rivoyra Sacrata” o robledales mágicos  
en la tradición celta, entre los CAÑONES de los ríos MIÑO y SIL:  
los “Mosteiros” asomados a los MARES interiores de GALICIA,  
la mayor concentración de Europa de MONASTERIOS MEDIEVALES,  
muchos de ellos catalogados como *Monumentos Histórico-Artísticos*;  
en CANOA bajo las laderas del Sil, entre viñedos, “sequeiros” y claustros,  
en CATAMARÁN por las riberas del Miño hacia el CABO del MUNDO,  
a pie hacia la FERVENZA -cascada- de Auga Caída, entre paredes,  
y por BALCONES que se abren desde BOSQUES de castaños y robles...;  
*las puertas de la Ribeira:***

**parroquias de ALLARIZ, a orillas del Arnoia, -Reserva de la Biosfera-,  
villa, murallas, cruceiros y casas hidalgas -Conjunto Histórico Artístico-,  
ECOESPACIO con piedras y árboles pintados por Agustín Ibarrola  
y tratamiento TERMAL antiestrés en el BALNEARIO de Molgas;  
*dejando atrás la Ribeira:***

**RIBADAVIA, villa medieval a orillas del AVIA -Bien de Interés Cultural-  
rúas, BARRIO JUDÍO –Monumento Nacional-, pazos, y castillo,  
los “SOCALCOS” -bancales- donde maduran las uvas del RIBEIRO,  
degustación de VINOS, HORNO de dulces hebreos y oficios artesanos;  
*con despedida por los rápidos del Miño en BARCAS de RAFTING***

*Lo que se conoce como “Ribeira Sacra” era una comarca densamente boscosa comprendida entre los encajonamientos del Miño y del Sil, antes de su confluencia; la denominación procede del latín “Rivoira Sacrata” que significa “Robledal Sagrado” –“Rubus”, Roble- ; esta idea responde a los inicios de la vida monástica, por el S. VII, cuando muchos monjes eremitas se adentraban en esta tierra, entonces inhóspita, buscando la soledad como necesidad mística. Mucho antes, los celtas consideraban este árbol como sagrado y guardián del espíritu de la tribu, siendo objeto de veneración los bosques de robles. En tiempos del Imperio Romano se aterrizaron las laderas de solana y se introdujeron las vides llegando a ser muy reconocidos los vinos de Amandi. Tras el dominio de Roma, se instalan los suevos que firmaron con aquellos un acuerdo de paz. Sería siglos más tarde, con la evangelización poblaron sus bosques los eremitas que se refugiaron en pequeños cenobios dedicándose a la oración y buscando en silencio en lugares apartados; este fue el origen de los numerosos monasterios que se construyeron en la Alta Edad Media, que a la vez que levantaban los soberbios edificios y promovían el espíritu religioso, impulsaron las relaciones productivas, económicas y sociales de la comarca, acumulando de paso un importante poder. Aquellos primitivos monjes impulsaron la roturación y siembra la tierra haciendo que aquellos lugares olvidados hasta entonces, en una oportunidad de subsistencia y comenzaron a poblarse. La abundancia de monasterios, de los que hoy solo permanecen en pie dieciocho y de algunos de ellos solo los templos, derivó a la actual consideración de “riberas sagradas”, olvidando la alusión a la magia ancestral de los robledales, Gran parte de estos edificios están asomados discretamente a los monumentales cañones y laderas escarpadas de los ríos Miño y Sil. El terreno es de granito y pizarras, moldeados en por los cursos de ambos ríos durante el terciario. La conformación del cañón del Miño fue principalmente fluvial; pero el del Sil fue de origen tectónico, al producirse en el cuaternario unas fracturas que partieron el terreno en bloques gigantescos al bascular la planicie; la acción erosiva del agua ahondó el barranco, creando paredes casi verticales. En las zonas más resguardadas, el clima es predominantemente mediterráneo, dando lugar a especies como alcornoques y madroños; en las de influencia atlántica predominan los bosques caducifolios de castaños y robles –tanto el rebollo o “quercus robur” como el cerquiño o “quercus pirenaica”-, así como fresnos, abedules y amieiros. El río Arnoia discurre al pie del castro que dio origen a la villa de Allariz, que en época de los suevos se llamaba “Vila Aliaricii”; Alfonso VI hace levantar el Castillo y las murallas, y la convierte en villa Real. Fue llave del reino de Galicia, al mismo tiempo que en extramuros crecía una importante comunidad judía. El lino, a comienzos del siglo XX, fue una importante ocupación con más de cincuenta talleres en la ciudad. La integración de los recursos y labores tradicionales, en la conservación del entorno natural, es la razón de pertenecer a la Red Mundial de Reservas de la Biosfera. Este mismo río Arnoia desemboca más tarde en el Miño, por las cercanías de Ribadavia, que será el final de nuestro circuito; lo hace río abajo, después de confluir éste con el Sil, en plena Ribeira Sacra, ya camino del mar. Las orillas del río Avia, que también desemboca poco antes, se elaboran unos vinos, principalmente blancos, que son fruto de una tradición secular que se remonta a la época romana, aunque fue durante la Edad Media cuándo llegarían a ser conocidos y apreciados en toda Europa, principalmente “comercializados” por los peregrinos. Hasta el siglo XVI se exportaron a lugares como Irlanda, Países Bajos, Francia o América. Comerciantes judíos, por su vinculación con otras comunidades sefardíes en Europa, embarcaban en toneles las mejores cosechas; en esta etapa de esplendor se potenciaron también los intercambio o trueques de vinos por otras mercancías, como paños y oro. Otros factores, como las guerras que España mantuvo con Europa, hizo que nuevos focos de competencia, como los vinos de Rioja o portugueses ocuparan su lugar; la inmigración dejó al campo sin trabajadores para mimar los viñedos, hasta que un consolidado florecimiento en años recientes ha devuelto a los caldos de Ribeiro su importancia, calidad y difusión en el mundo. Son vinos blancos con matices aromáticos, elegantes, que se elaboran con uva treixadura, loureira, godello y albariño; son cepas de buena planta, de maduración tardía, que en algunas zonas pueden alcanzar los trece grados alcohólicos.*

## INCLUYE:

### Actividades:

(El orden del programa es bastante aproximado, pudiendo alterarse para acomodarlo a circunstancias climatológicas o de otra índole).

### En el interior de la Ribeira Sacra

#### **Lunes:**

**Itinerario Patrimonial** por el Cañón del Sil, visitando e **interpretando** el origen, historia y leyendas de algunos de sus monasterios; la mayoría de ellos, al evolucionar la vida cenobítica y dar origen al monacato, fueron en sus comienzos regidos por la orden Benedictina, pasando a finales del siglo XII a regirlos la reforma Cisterciense.

**Monasterio de San Pedro de Rocas** -*Monumento Histórico Artístico*-, un lugar marcado por el aislamiento y soledad, que nos evoca los remotos tiempos de ermitaños y anacoretas. Su aparición puede remontarse al siglo VI, donde siete monjes se refugiaron aquí. La iglesia es de finales del siglo IX adosada a tres capillas trogloditas construidas como refugio y templo. Una falsa cúpula con linterna alcanza la cumbre de la montaña; hay capiteles labrados en la misma roca y el suelo está tallado con primitivos sepulcros antropomórficos. A pocos metros, se encuentra la fuente de San Benito, que mana de la propia roca y que tiene propiedades curativas...

**Monasterio de San Estevo de Sil** -*Monumento Histórico Artístico*-, uno de los más importantes de la península. Se trata de una iglesia abacial románica de finales del siglo XII, aunque la techumbre de madera fue sustituida en el siglo XVI por bóvedas de crucería. En la fachada principal hay dos torres prismáticas. El monasterio se organiza alrededor de tres claustros; en el de los Obispos, es de dos cuerpos, siendo el primero románico; hay otro más pequeño y un tercero, el de la Portería, es de planta rectangular y alcanza una altura de tres cuerpos. Cuenta, por influencia de su historia, con elementos románicos, góticos, renacentistas y barrocos. Actualmente es Parador Nacional.

**Monasterio de Santa Cristina de Ribas de Sil**, en el que uno de sus encantos es encontrarse a pocos metros del río, en el interior de un frondoso bosque de castaños. Aunque se tienen noticias de su existencia en el siglo IX, la iglesia es de finales del siglo XII y por tanto plenamente románica; tiene planta de cruz latina, torre románica y claustro renacentista del siglo XVI. Es una nave alta y esbelta con excelente sillería granítica; el tejado es a dos aguas, en el exterior aparecen canecillos y la portada es abocinada con triple arquivoltas; junto a la iglesia hay una torre-campanario románica.

**Monasterio de Santa María de Montederramo** -*Monumento Histórico Artístico*- cuyo origen se remonta a la primera mitad del siglo XII, aunque en el siglo XVII se le incorporó una espectacular bóveda y otros elementos renacentistas, aportados por maestros herrerianos. La fachada es precedida por un pequeño atrio; el interior es de tres naves, donde se encuentran pilastras estriadas y capiteles jónicos. Se conservan dos claustros, uno de ellos, el de la Hospedería, es renacentista, de dos pisos, al igual que el otro claustro conocido como Procesional.

**Fortaleza de Castro Caldelas** -*Monumento Histórico Artístico*- cuyo origen se inicia, como en otras villas gallegas, sobre un castro celta, en el que posteriormente, a finales de la Edad Media, se levanta un magnífico castillo, en torno al cual creció la población. Gracias a distintas donaciones de los reyes en el siglo XII, se convirtió en villa de Realengo. Es un buen ejemplo de arquitectura militar y defensiva; del siglo XVI son la Torre del Reloj y gran parte de las murallas, matacanes y barbicanas. A ambos lados del patio se encuentra el palacio con sus corredores abalconados, biblioteca y museo etnográfico. En la Edad Moderna evolucionó hacia una construcción renacentista de marcado carácter palaciego.

**Mirador de Cabezoás:** uno de los lugares más privilegiados para contemplar la majestuosidad del cañón. Empinadas laderas se precipitan hasta el río con desniveles que alcanzan los quinientos metros. Se apreciará el cultivo de las viñas en bancales en los que los racimos vendimiados es forzosamente descargados en barcazas a través del río; en las paredes se observan cavidades de difícil acceso.

*Duración del itinerario: seis horas aprox. repartidas entre mañana y tarde; a la hora de comer se llegará a Castro Caldelas o Montederramo, donde el guía indicará restaurantes de menú o lugares para picar y tomar el picnic.*

### **Martes:**

**Senderismo** por un tramo del cañón del Sil que se inicia en las cercanías de Parada de Sil, concretamente en el aparcamiento de Os Bálcons dos Mouros *-los Balcones de los Moros o de Madrid-*, asomado al río desde un desnivel de cuatrocientos metros; podemos antes ver el Pozo do Lobo *-una trampa para cazarlos-* así como otro mirador, O Curral do Penso. La pista transcurre por un bosque de robles hasta llegar a un claro que es el mirador de O Fental, desde el que se aprecian los miradores anteriores. Cruzando un riachuelo se accede a otro mirador, As Fontiñas, y la cascada Pozo da Ovella; se alcanzarán unas grandes rocas, Pena da Moura, disfrutando en el recorrido de la majestuosidad del cañón. Un camino empedrado permitirá conocer los restos de un molino, y descendiendo por un sendero en zigzag rodeado de madroños y castaños, nos encontraremos con un nuevo mirador, A Galiña; aquí, a la vez que una nueva perspectiva del cañón, veremos también el campanario de Santa Cristina de Sil, donde se estuvo el día anterior. Saldrán al paso unas cabañas de piedra “o sequeiros”, lugar donde se secan las castañas hasta convertirlas en pilongas. Tras un alto en el monasterio, ascenderemos hacia el Alto da Cruz y desde aquí se conocerá una “carriosa”, un sendero estrecho entre dos paredes que delimitan campos de castaños. En Castro, otro nuevo mirador, A Pena da Cividade, donde tendremos en frente la curva más importante del cañón, bajo el mirador de Cabezoás. Nuevos riachuelos, un puente, y nos adentramos en otro bosque de robles centenarios de gran tamaño; más riachuelos, alguna ruina abandonada y un camino para carromatos, entre prados, que nos llevará al punto de inicio; *desnivel 350 m. duración tres horas y media; caminos sin dificultad aunque con ascensos y descensos.*

*Tras la actividad, se dispondrá de tiempo libre para comer; tanto en el aparcamiento donde quedaron los coches, como en la cercana población de Parada, hay varios lugares para comer o tomar el picnic.*

**Navegación** en **canoa** de dos plazas (*k-2*) por el interior de los cañones del Sil, saliendo del embarcadero de Santo Estevo *-desde el mirador, unos cuarenta minutos en coche-*. Se iniciará con unas nociones y ejercicios de paleo antes de iniciar el recorrido. Facilitará una nueva perspectiva de los encajonamientos desde el lecho del río. Durante la actividad, se contemplará una cascada, A Xafrega; más allá, unos viñedos plantados literalmente sobre paredes graníticas, en las que se aterrazó una zona de morrenas. Se apreciarán las diferencias entre las laderas de umbría, las que miran al norte, cubiertas de bosques caducifolios propios del ecosistema atlántico como robles, abedules, alces...; y las que miran al sur, desde las laderas de solana, donde encontraremos manchas de madroños y alcornos, rodeando los viñedos; se encontraran viejos campos de castaños al pié de roquedos como las agujas del Diablo; se observarán otras cascadas y pequeños arroyos que desembocan en el río. Se adentrará en la zona más angosta de los cañones del Sil, una fractura abierta sobre el agua que puede alcanzar los quinientos metros de pared. En algunos entrantes, a modo de playa en la línea de ribera, se podrá realizar alguna parada y, si el tiempo es apacible, aprovechar para un baño. Se cambiará de dirección hacia el punto de partida a la altura del mirador de Cabezoás. Se dispondrá de chalecos y algunos bidones estancos; *duración dos horas.*

### **Miércoles:**

**Itinerario Patrimonial** por el Cañón del Miño, visitando e **interpretando** el origen, historia y leyendas de algunas de sus iglesias románicas, que en su origen fueron parte de edificios monacales, incluso, en alguno de ellos hoy conserva su primitivo uso y mantiene una comunidad de clausura.

**Monasterio de San Paio de Diomondi** *-Monumento Nacional-*, cuya primitiva construcción fue del siglo X, y en la adscripción se recuerda el martirio de San Pelayo en Córdoba. Son singulares las cabezas de lobos en las dos ménsulas, muy bien conservadas, animal que en la cultura tradicional gallega representa un ser maligno relacionado con la oscuridad. La nave de la iglesia confiere por su anchura y contrafuertes una sensación de esbeltez; y es un paradigma del románico rural de Galicia. Fue construida a finales del siglo XIII, conserva muros de sillería, canecillos decorados con figuras geométricas y portada abocinada con cuatro arquivoltas.

**Senderismo** corto, descendiendo hacia los Codos de Belesar desde el pueblo de Diomondi, por una antigua calzada romana que atraviesa un bosque de robles y castaños; Esta arteria romana unía Astorga con Braga en la vecina Portugal. Este tramo conserva parcialmente el enlosado de piedra, descendiendo en zig-zag, en donde tres curvas cerradas se conocen como codos, para salvar una pronunciada pendiente. Gran parte del recorrido atraviesa una cerrada carballeira, creando umbrías muy llamativas donde abunda el musgo; se alcanzará, cercana a la ribera, una zona de viñedos protegida por el pueblo de Belesar; es uno de los pocos núcleos habitados que se conservan una vez que se embalsó el cañón. Es un núcleo urbano muy pintoresco, con viviendas en piedra de cantería, hermosas galerías y calles muy estrechas; *duración una hora.*

**Crucero en catamarán** por los encañonamientos de Os Peares. Se embarca en un “Pelegrins” – *Pelegrinos*- desde el club náutico de Belesar. Se observarán desde el curso del río las laderas verticales con abundancia de viñedos en banales, varias cascadas de ríos que desembocan en el Miño y algunas de las mejores iglesias románicas de la Ribeira Sacra como las de Atan A Coba y Chouzan, colgadas literalmente en la ladera. Se rodeará la Isla de Maiorga, teniendo a la vista algunas aldeas y regresando de nuevo al punto de salida; *duración dos horas.*

**Iglesia Románica de San Estevo de Ribas de Miño** -*Monumento Nacional*- que es uno de los más bellos y hermosos ejemplares del románico emplazado en un paraje de viñas y castaños. Del antiguo monasterio solo queda la iglesia, datada a finales del S XII, con una aparente solidez de volumen arquitectónico, armonía y elegancia, como señas de identidad. Es de nave rectangular y cuenta con un ábside. La fachada es espléndida, quizá una de las más suntuosas en su estilo. En el interior, los arcos de medio punto se apoyan en columnas construidas en mármol; y luce un hermoso rosetón de grandes proporciones. Debido a lo irregular del terreno en el que se asienta, tuvieron que excavar permitiendo la construcción de una cripta para contrarrestar el desnivel y colocar dos arbotantes para evitar el desplazamiento.

**Pazo de Arxeriz**, en la población del mismo nombre, que posee un conjunto arquitectónico de edificios de singular interés. Hunde la población sus raíces en la noche de los tiempos, como atestigua el castro que vigila el río Miño sobre la curva del Cabo del Mundo. Sus construcciones más emblemáticas datan de los siglos XVII y XVIII. El Pazo de Arxeriz se funda en la segunda mitad del siglo XVI y presenta, como el resto de la población, blasones de piedra de ilustres apellidos; el edificio es una balconada sobre la ribera, en medio de una huerta dentro de una explotación agrícola y ganadera. **Visita guiada** al interior, que es un ecomuseo sobre la Ribeira Sacra; hay salas dedicadas al vino, a la morfología de la ribera, a las barcas, a los oficios tradicionales...; conserva la cocina, la capilla y otras dependencias del pazo. Por el Camiño do Castro se accederá a esta primitiva construcción que es a la vez un buen mirador sobre el río.

**Iglesia de San Miguel de Eiré** -*Monumento Histórico Artístico*-, de origen monástico y que actualmente se encuentra exenta; de planta rectangular, en uno de cuyos extremos se eleva una torre de pequeñas dimensiones que evidencia su función defensiva. Los trabajos sobre la piedra es de líneas tenues, que lleva a pensar que sus constructores fueron hábiles en el dominio de los instrumentos de trabajo. En el interior, a parte de una ventana geminada se encuentran arcos de herradura, pieza asociada al arte visigodo.

**Monasterio de Santa María o de las Bernardas, en Ferreira de Pantón**, que actualmente alberga un convento de monjas de clausura, fue construido en el siglo X conservando la iglesia románica, aunque el claustro sea del siglo XVI. Destaca su ábside, de entre los que se conservan actualmente en Galicia, por su decoración y compleja estructura. Las columnas que apoyan el arco triunfal sobre el altar mayor están ornamentadas con animales de largos cuellos y bestias que se entrecruzan; en general todo el edificio es de una extraordinaria riqueza ornamental. Consta de varias edificaciones rodeadas por una sólida muralla, con el escudo del cister sobre la portada. El monasterio estuvo estrechamente ligado a los linajes más poderosos del Reino de Galicia, y fue fundado para albergar a mujeres de familias nobles.

*Duración del itinerario, independientemente de las dos horas del catamarán y de la hora del senderismo de aproximación a aquél, sobre unas cuatro horas de visita monumental, repartidas entre la mañana y en mayor medida por la tarde. A la hora de la comida se llegará a la población de Escairón, donde el guía indicará restaurantes de menú o lugares para picar y tomar el picnic.*

### **Jueves:**

**Alternativa principal: senderismo por los cañones del Miño:** se comenzará a caminar desde la aldea de Guítara, en las cercanías de Ferreira de Pantón. Discurrirá por un dorsal del monte, dentro del valle de Lemos y cuenca del río Cabe, hacia la confluencia con la cuenca del Miño. Al comienzo, el río quedará a mano izquierda hasta llegar al pequeño pueblo de Marce, ya en el Cañón del Miño; es zona de viñedos, castaños y frutales, como cerezos, manzanos...; es el típico pueblo tradicional de casas amontonadas entre calles estrechas construidas generalmente con una piedra menuda y rojiza -muy cercano, se podrá acceder a un castro encaramado en una caída vertical sobre el río, de doscientos metros. Siguiendo el camino, se observará a lo lejos el Cabo del Mundo, como una lengua vegetal que se interna en el agua aprovechando un bucle del río. Desde este punto se desciende hasta la Fervenza de Auga Caída, una respetable cascada de cuarenta metros sobre el lecho del riachuelo Aguianza, que poco más tarde desemboca en el Miño. Hay una pronunciada pendiente, en el último tramo, para la que se podrá ayudar de unas cuerdas con nudos entre los árboles o pasamanos, facilitando el descenso al pie donde; se apreciarán otros saltos menores y rápidos en medio de un bosque autóctono y perfectamente conservado por su difícil acceso. Al paso se verán restos de antiguos “socialcos” medievales abandonados. A partir de este momento el camino discurre paralelo a las paredes del cañón; es la zona más abrupta y encajonada, pudiendo alcanzar el hundimiento alturas próximas a los quinientos metros. Se llegará en medio de viñedos al pueblo de Atán, que posee una iglesia, recientemente reconstruida –San Estevo-, construcción del románico tardío de principios del siglo XIII; en el interior de un ábside rectangular se guardan unas bellas pinturas murales. Otros elementos resaltan el tipismo de este pequeño núcleo, como molinos, hórreos, fuentes y algún sequeiro –secadero de castañas-. El camino comienza a subir para alcanzar Guítara que fue el punto de partida; se atravesarán zonas de bosque de roble y castaño, quedando progresivamente el río Miño más abajo; *ruta circular; desnivel: trescientos metros; recorrido de escasa dificultad (una/ dos huellas); duración: seis horas y media.*

*Se aconseja para esta actividad llevar picnic, frutos secos, dulces...; aunque se pasará por algunas fuentes, sobre todo en las poblaciones, no está de más llevar una botella de agua o cantimplora.*

**Alternativa opcional:** Tanto por si las circunstancias climatológicas lo aconsejaran, como por el deseo de los participantes por realizar una excursión de **senderismo de mayor nivel** y perspectiva -y siempre que exista **unanimidad en el grupo**- proponemos la siguiente, por el Valle del Asma hacia la sierra Do Faro, cumbre en la que confluyen las cuatro provincias gallegas y cuya panorámica, en días claros, es impresionante. Desde las cercanías de Chantada se saldrá desde la aldea de Furcos; la ascensión se realiza igualmente por bosque atlántico y laderas orientadas al norte cubiertas por bosque atlántico, como robles, abedules, fresnos, arces; conforme se asciende aparecerá el monte bajo o sotobosque. Geológicamente, es de granito y esquistos, cortado por fallas y modelado por la erosión fluvial. El río Asma desemboca en el Miño, dando nombre a varias parroquias y al principal monasterio benedictino de Chantada -San Salvador de Asma, siglo X-. Cercanas a algunas de las cumbres de la Sierra, se mantienen en pie algunas ermitas, como la de Nosa Señora, construida en el siglo XVIII. Podrá cruzar por delante fauna diferente, como jabalíes, lobos, zorros, corzos... Se descenderá por otro punto de la ladera, también de umbría, pasando por la aldea de Laxe, hasta alcanzar el punto de inicio; *ruta circular; desnivel cercano a los trescientos metros; nivel algo más exigente que el anterior (dos huellas); duración siete horas.*

*Igualmente recomendamos llevar picnic y otros complementos proteínicos, así como agua en la cantimplora, aunque hay algunas fuentes y, sobre todo, la de la ermita que es milagrosa...*

### **La entrada a la Ribeira Sacra: el Área de Allariz**

### **Viernes:**

**Visita guiada** a la villa medieval de Allariz, cuyo casco histórico, levantado en el siglo XI, se conserva actualmente intacto, gracias a una cuidadosa rehabilitación. El Real Monasterio de Santa Clara, fundado en el Siglo XIII por la Reina Violante, mujer de Alfonso X el Sabio; iglesias de San Esteban, -siglo XII-, de Santiago –románico popular, siglo XII-, San Pedro -siglo XII-, de San Benito -barroca-; la mayoría de estas iglesias están rodeadas de cruceiros, construidos en el siglo XVI a raíz de una epidemia para buscar la protección del cielo; la zona de “Penedo da Vela” o del castillo, atalaya natural sobre el antiguo asentamiento de esta primitiva fortaleza, con una vista panorámica sobre el valle del río Arnoia; A Paneira, o monte de piedad, institución de crédito agrícola, en funcionamiento entre los siglos XV y XVII; la Torre de

Castro Oxea, edificio de tres cuerpos de principios del siglo XVI; el Pazo del Juzgado, en el que se encuentra el museo del Juguete; los restos de la muralla *-con tramos de una anchura superior a los dos metros y que en algunos lugares alcanza los veinte de altura-*; y en extramuros, el Barrio Judío o del Socastelo... Dentro del Parque Etnográfico del Arnoia, se visitarán el museo del cuero en la vieja fábrica de curtidos, el museo del lino, así como el molino do Burato; *duración dos horas y media.*

*Se dejará tiempo libre, en torno a las 13:00 h., para comer en algún restaurante o tomar el picnic.*

**Visita guiada** al Ecoespacio do Rexo, en el que se encuentran la fábrica de queso, producidos con leche oveja, y el paseo a orillas del río en el que Agustín Ibarrola pintó piedras y arboles realizando una alegoría sobre energías renovables *-en el municipio existe una central de biomasa-*. La granja dispone de doscientas cincuenta ovejas de raza latxa *-de origen vasco-*, se conocerán sus formas de producción y aprovechamiento de sus recursos *-alimentación, reproducción, lana, leche y sus transformaciones-*, las características de su territorio *-río, bosque, prado...-*, la producción del queso, el transporte de la leche desde el tanque, introducción del cuajo, corte de la leche, prensado, envasado en moldes, salmuera y cámara de maduración; interpretación de la fauna y flora de la Reserva; y los trabajos de la estación depuradora de aguas residuales *-pozo séptico, piscina de microorganismos, separador, poza de fango...-*, en la que las aguas se depuran en un 95%; *duración: dos horas y media.*

**Tratamiento hidrotermal antiestrés** en el Balneario de Molgas, en el valle de O Medo, bañado por tres ríos y rodeada de una densa fronda. Son dos los manantiales que se utilizan en el balneario *-Caliente y de la Charca-*; sus aguas son hipertermales, hipotónicas, sódicas, cálcicas y bicarbonatadas; son de acción analgésica sedante que equilibran el sistema nervioso. Se pasará por una piscina con cascada, chorros y se aplicará luego una placa de fango con calor, sobre el lugar que más se resienta por contracturas, dolores, etc.; *duración: hora/ hora y media.*

### **Saliendo de la Ribeira Sacra: Ribadavia y los viñedos del Avia**

#### ***Sábado:***

**Visita guiada y paseo** por las viñas y bodegas en la Cuna del vino Ribeiro. En el municipio de Leiro, las laderas del río fueron, desde la antigüedad, arañadas en “socalcos” o terrazas en las que crecen los viñedos, en un microclima que mediatiza la humedad que genera el río Avia. Aquí se encuentra el Monasterio de San Clodio y, en las cercanías, su puente medieval; ambos están catalogados como *Monumento Histórico Artístico*, entre otras cosas, debido a la importancia de la fundación de aquél en el siglo VI por unos monjes leoneses; a partir del siglo X se convierte en el eje dinamizador de la cultura y economía de la zona, introduciendo el cultivo de la vid. La iglesia es del siglo XIII, de tres naves cubiertas por bóveda de cañón; su interior es sobrio, y conserva dos de los claustros posteriores, uno barroco y otro renacentista.

**Degustación** de dos vinos de Ribeiro *-uno blanco, normal, y otro fermentado-* en las instalaciones de la bodega Viña Mein, levantada sobre uno de los primeros asentamientos de la población, a la sombra del monasterio; son vinos elaborados con las variedades autóctonas gallegas *-treixadura, godello y alvarinho,* entre otras-; se recorrerán las plantaciones, se conocerá el proceso del vino, se hablará de los tipos de uva y los “cortes”; *duración del paseo, visita y degustación: dos horas y media*

**Visita guiada** a la villa medieval de Ribadavia, capital de la histórica comarca del Ribeiro, donde se produce un vino tan alabado, desde Estrabón, por reyes y poetas. Su conjunto histórico es un entramado de rúas estrechas entre edificios de piedra. La judería *-Monumento Nacional-* es una de las más importantes de Europa, de estrechas callejuelas y fachadas perfectamente conservadas de las que sobresalen los voladizos; la mayor parte disponían de bodega. En el casco viejo se conocerá el pazo barroco de los Condes de Ribadavia (*S. XVII*), en el que se estableció la familia Sarmiento; situado en la Plaza Mayor, presenta varios escudos de la familia; integra dos patios interiores, de los que uno de ellos es asoportado y comunica con el castillo. La Casa Consistorial y Torre del campanario (*S. XVI*), que acogió la alhóndiga y las reuniones del Concejo; del primitivo se conserva la torre, y posteriormente se renovó la fachada cubriendo los soportales. Las puertas de la muralla (*S. XIV-XV*), que aunque se comenzó a demoler en el siglo XIX, se conservan

varios tramos, alcanzando algunos los cinco metros de altura, manteniéndose también en pie tres de las puertas primitivas. La Rúa dos Fornos y Extramuros (S. XII-XV), una de las más antiguas y tradicionales de la villa, que debe su nombre al número de panaderías que en ella existieron. El Puente de San Francisco (S. XIII) construido por un fraile dominico. El Puente de Hierro, levantado a finales del S. XIX para que circulase el ferrocarril; su estilo refleja la influencia de Eiffel. La Casa de la Inquisición (S.XVI), artístico edificio cuya fachada recrea los escudos de las familias ligadas al Santo Oficio. La Iglesia y convento de Santo Domingo (S. XIII-S. XIV) -*Monumento Nacional*-; un buen ejemplo del Gótico mendicante, que posee una buena colección de capiteles historiados con motivos vegetales, animales y geométricos. El Castillo de los Condes de Ribadavia (S. IX-XV) una de las mayores fortalezas medievales de Galicia, en el que pueden verse en su interior enterramientos antropoides excavados en roca viva.

**Paseo** por las márgenes del río Avia, para observar en la orilla opuesta los viñedos en los “socialcos”, algún manantial de agua sulfurosa, mientras se habla de meigas, se cuentan leyendas...; se dice que en su curso abundaron cuevas y pasadizos de época celta. En uno de los hornos artesanales se degustarán dulces hebreos elaborados con amapola, sésamo, canela...; se visitará un pequeño taller de cosmética natural; se finalizará en la Plaza Mayor con una degustación de tapas y vinos; *duración de la visita, paseo y degustaciones: dos horas y media*

### **Domingo:**

**Mañana de despedida: descenso** del Miño en barcas neumáticas de **rafting**. Es el río de mayor caudal de Galicia, en el que es preciso afrontar los rápidos, girar en las corrientes, saltar por los trenes de olas y rulos... Se inicia el descenso en Sequelinos y finaliza en Barcala -9 Km.-; en ambas orillas sobresale una vegetación salvaje. Se realiza la actividad con neopreno, chaleco y casco, siendo dirigidas las embarcaciones por guías expertos; *duración: hora y media/ dos horas.*

### **Alojamiento:**

**Hoteles familiares** en el entorno de la ciudad de Ourense, en régimen de **media pensión**, desde la **cena del domingo al desayuno del domingo; total: siete medias pensiones** (*es un circuito de tipo radial, en los que los alojamientos se sitúan en el centro de los distintos itinerarios*)

#### **Hotel Conde (\*) en Taboadela próxima a la A-52.**

- |   |              |
|---|--------------|
| ➤ Con transporte por medios propios(*), en habitación doble | <b>544 €</b> |
| ➤ <i>Suplemento habitación individual (por noche)</i>       | <b>4 €</b>   |

#### **Hotel San Rosendo (\*\*) en San Cibrao das Viñas próxima a la A-52.**

- |   |              |
|---|--------------|
| ➤ Con transporte por medios propios(*), en habitación doble | <b>648 €</b> |
| ➤ <i>Suplemento habitación individual (por noche)</i>       | <b>4 €</b>   |

**Hora y lugar de reunión: 21 h.** del domingo, durante la cena en el hotel.

*\* Nota: el traslado desde el hotel al punto de salida de las actividades es igualmente por medios propios.*

**Equipaje:** calzado cómodo para andar, preferible botas de trekking, chubasquero, sudadera, bañador, toalla o albornoz para el balneario.

**Itinerario:** Desde Madrid, N-VI, tomar en Benavente dirección a Ourense y Vigo.

**OFERTA PROGRAMA AGENCIA DE VIAJES  
PARA SENDERISTAS DE NUESTRAS CAMINATAS**