

SENDERISMO EN GALICIA

PARQUE NATURAL DE LAS ISLAS ATLÁNTICAS Y RIBEIRA SACRA



FECHAS	DURACIÓN	RÉGIMEN	PRECIO	HAB. INDIVIDUAL
20 JUL - 25 JUL	6 días / 5 noches	5 MP	845 €	+ 250€
17 AGO - 22 AGO	6 días / 5 noches	5 MP	845 €	+ 250€

Un viaje de senderismo por **tierras gallegas**, donde recorreremos los lugares más emblemáticos de un **entorno salvaje**. acompañado de **cultura** y una **gastronomía** espectacular. Todo ello, hacen de este viaje un **imprescindible** para conocer a fondo **Galicia**.

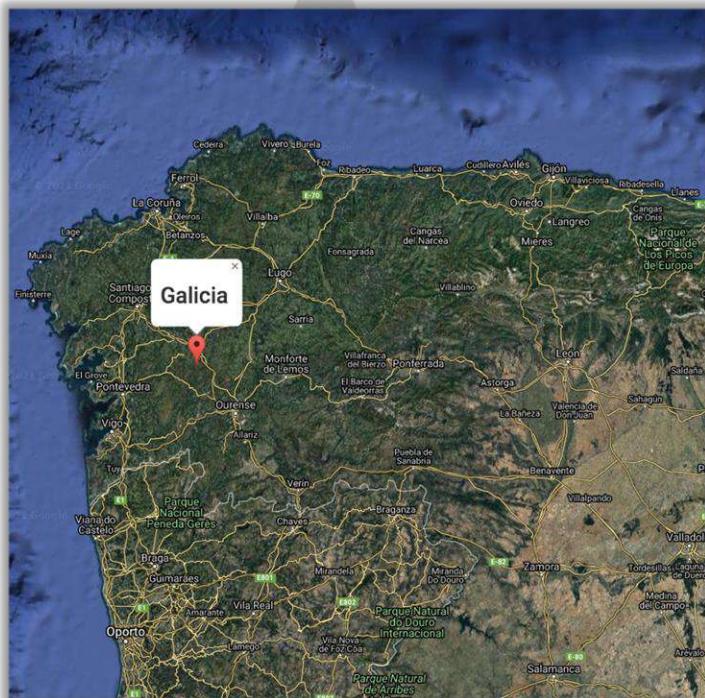
Recorreremos la **Ribeira Sacra**, lugar de viñedos y **naturaleza salvaje**, para después adentrarnos en el **Parque Nacional de las Islas Atlánticas**. Desde **Vigo** visitaremos **Pontevedra** y su ría, así como la población de **Combarros**.

Ya más al norte, nos dirigiremos hacia la **Fragua del Eume**, un lugar donde el **bosque gallego** se conserva en todo su **esplendor**, para finalmente visitar el **Cabo Ortegal** y su ría **Ortigueira**.

De regreso, visitaremos **Lugo**, lugar único por su **muralla romana** que no nos podemos perder, también visitaremos la Plaza Mayor y la catedral de Santa María, un dia muy tranquilo donde conoceremos un poco más esta ciudad tan bonita.

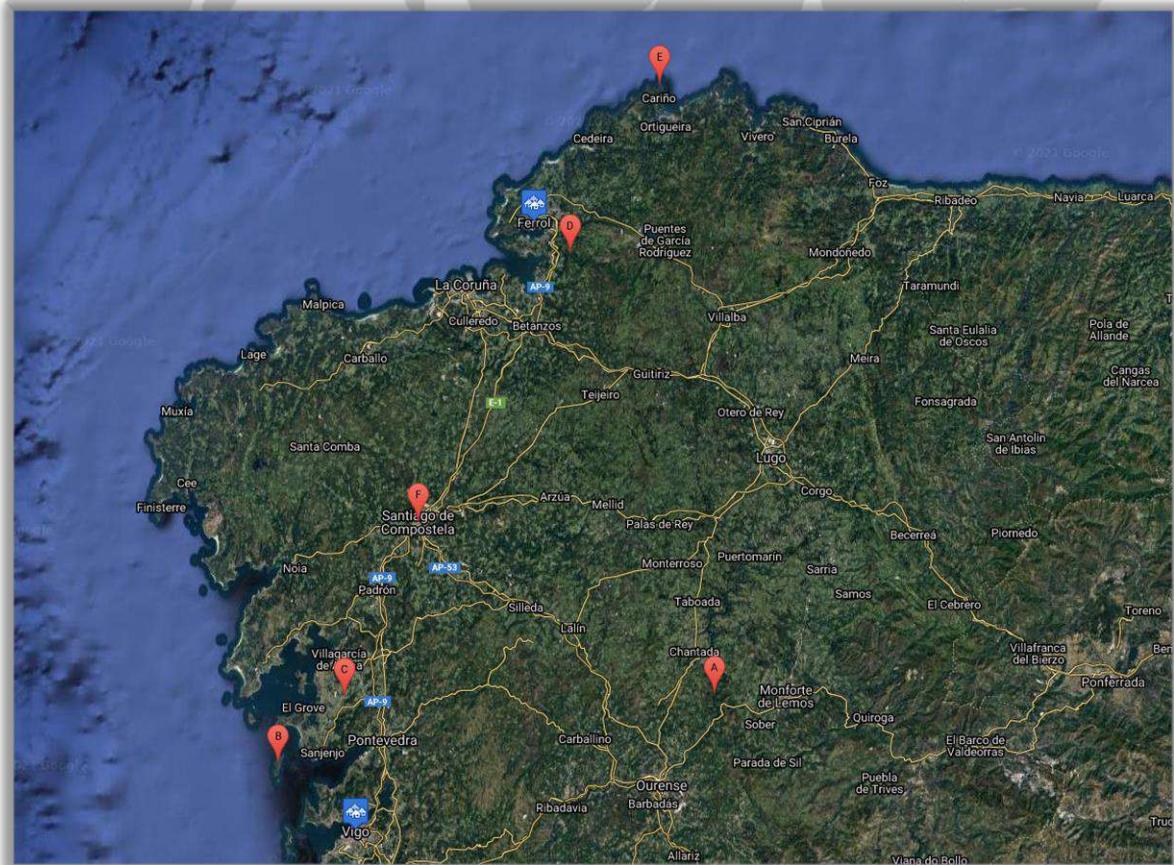
**viajes
aventura.es**

VIAJES DE SENDERISMO



A continuación, tenemos un par de mapas, en el que podremos observar la localización de Galicia con respecto a España, y las excursiones que realizaremos.

- A. Ruta de Augacaída – Castro de Marce
- B. Islas Cíes y Ons
- C. Ruta da Pedra – da Agua
- D. Fragas de Eume
- E. Cabo Ortegal
- F. Santiago de Compostela



PROGRAMA DETALLADO

Saldremos a las **08:00** de la estación de **Nuevos Ministerios en Madrid**. De forma excepcional, podremos recoger viajeros en Puerta de Atocha (estación de tren de Atocha).

DÍA 1: TRASLADO A VIGO Y RUTA DE AUGACAIDA – CASTRO DE MARCE

Nuestra aventura comenzará en **Madrid** a las **08:00** de la mañana. De camino a nuestro destino, realizaremos una pequeña parada en **Orense**, donde pararemos a comer y daremos un pequeño **paseo** por la **ciudad antigua**. Después de comer, nos dirigiremos a la **ruta de Augacaída**, junto al **Río Miño** y la **Ribeira Sacra**, para descubrir una de las **cascadas más espectaculares** de todo **Galicia**. Así mismo, podremos admirar el **Castro de Marce**, una **construcción prerromana**, construida en un **lugar único** por sus vistas al **Río Miño**. Llegaremos al hotel y se hará el **reparto de habitaciones**.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO	TIEMPO
250 M	250 M	6 KM	Sendero	3 H

DÍA 2: ISLA DE ONS

Cogeremos el **ferry** que nos llevará hasta la **Isla de Ons**, donde realizaremos una de las rutas que recorren toda la **isla**. El entorno es, sin duda, espectacular. Declarado **Parque Nacional** por su entorno único en el **Atlántico**, su **fauna** y su **flora** lo hacen especial. Durante el recorrido, nos podremos **bañar** en alguna de las **playas** que nos encontraremos en el recorrido.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO	TIEMPO
400 M	400 M	14 KM	Sendero	6 H

Por la tarde, disfrutaremos de la ciudad de **Vigo**. Un paseo por su **casco antiguo** y, por supuesto, una visita a la famosa **Calle de las Ostras**, donde mejor se puede **disfrutar** de este **manjar** de la **Ría de Vigo**.

DÍA 3: RUTA DA PEDRA Y DA AIGUA

Nos trasladaremos a **Pontevedra** para comenzar una **ruta** con vistas a la **ría** de esta preciosa ciudad. Pasaremos por **Ribadumia**, donde encontraremos **agua** y muchas **construcciones** hechas en **piedra**, que rememoran cómo se vivía aquí **antaño**. El recorrido es bastante **sencillo**, y nos permite disfrutar de la **naturaleza** y de la **Ría de Pontevedra**. Al final del recorrido, podremos visitar el **Monasterio de Armenteira**.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO	TIEMPO
260 M	260 M	8 KM	Sendero	4 H

Por la tarde, conoceremos la **villa clásica** de **Pontevedra**. Un paseo por sus **calles** y por su **centro histórico**, uno de los más **importantes** de todo **Galicia**.

DÍA 4: FRAGAS DEL EUME

Hoy nos trasladaremos a la provincia de **A Coruña**. Pararemos en las **Fragas de Eume**, conocidas por ser la **fraga mejor conservada** de todo **Galicia**. Un **bosque atlántico**, con una gran biodiversidad donde el **roble**, los **castaños** y el **abedul** son los **protagonistas** de nuestras vistas. Un paseo por un **lugar mágico** por su **verdor**, su **sonido de agua** y su **soledad**.

ASCEN.	DESCEN.	DIST.	RECORRIDO	TIEMPO
450 M	450 M	13'5 KM	Sendero	5 H

DÍA 5: RÍA ORTIGUEIRA – CABO ORTEGAL

El **Cabo Ortegal** es uno de los **estuarios** más importantes de toda la **costa norte de España**. Su extraordinario valor **geológico, ornitológico y paisajístico** lo hacen una **visita imprescindible** en un viaje a **Galicia**. Recorreremos algunos de sus lugares más **emblemáticos**, y daremos un paseo por el **Cabo Ortegal**, para visitar sus **Aguillones** y alguna de sus playas.

Hoy comeremos por algún **restaurante** de la zona, y después daremos un corto **paseo** por la **Playa de Ortigueira**.

DÍA 6: VISITA A LUGO Y REGRESO

Lugo, una de las grandes desconocidas de **Galicia**. Sus **murallas romanas** son **Patrimonio de la Humanidad** desde el año **2000**, y sus **calles** son simplemente **espectaculares**.

Saldremos de **Ferrol** tranquilamente para dirigirnos a esta **capital**, y dar un paseo por sus **magníficas calles y avenidas**.

Emprenderemos nuestro **viaje de regreso**, pararemos para comer en el camino y llegaremos a **Madrid** a media tarde.

viajes
aventura.es

INFORMACIÓN GENERAL

¿QUÉ DEBO SABER DE VIAJE?

- TIEMPO: el clima de Galicia en esta época del año es caluroso durante el día y templado durante la tarde / noche. Recomendamos llevar ropa ligera para las excursiones, así como ropa ligera y de abrigo para las noches. Suele ser lluvioso en ocasiones por lo que recomendamos paraguas y poncho para las excursiones.
- VACUNA: no es obligatoria ninguna, pero se recomienda la del Tétanos.
- DÍA HABITUAL EN EL VIAJE: nos levantamos tranquilamente y bajamos a desayunar para poder coger fuerzas para el resto del día. Tras ello, y cogiendo todo el material necesario, nos trasladaremos en nuestro transporte hasta el inicio de la excursión establecida. En los casos en los que se pronostique mal tiempo, se cambiará ligeramente la programación para disfrutar plenamente de la zona sin alterar gravemente las excursiones establecidas. Antes de comenzar el camino, intentaremos parar a comprar pan y el almuerzo propio para ese día. Los trayectos realizados en transporte no son muy largos, y también forman parte de las excursiones, ya que podremos admirar todos los paisajes que vayamos viendo y lo que nos va a ir contando el guía. Seremos libres de parar cuando lo creamos oportuno y sacar esa foto que tanto nos ha apetecido tanto con el río de fondo, la montaña asomando a lo lejos, etc. Durante las excursiones, el ritmo es tranquilo. Disfrutamos del paisaje a la vez que tenemos el tiempo suficiente para terminar las actividades. No dudes en hablar con el guía si te sientes mal o prefieres subir / bajar el ritmo. Podrás confiar en tu guía para todo lo que necesites. Todo el grupo irá lo más unido posible para poder escuchar los datos e historia que nos cuenta el guía. Tras las excursiones se tomará algún aperitivo en bares locales, donde podremos disfrutar de escuchar conversaciones propias de la zona y admiraremos la imagen pintoresca del pueblo. No dudes en preguntarle al guía sobre sabores típicos de la zona. Habrá tiempo para descansar y dar un paseo por el pueblo donde nos alojamos. Tras ello, cenaremos y pasaremos la noche.

INCLUYE.

- Traslados desde / hasta Madrid.
- Alojamientos en el régimen establecido en cada fecha. (2 noches en Vigo y 3 noches en Ferrol)
- Guía de montaña con titulación oficial.
- Seguro de Viaje y de las actividades realizadas.

NO INCLUYE.

- Comidas durante el viaje (ya que se realiza durante las rutas con la comida seleccionada por cada viajero).
- Entrada a SPAs, entradas culturales y billetes de barco.
- Cualquier servicio usado y no especificado en el apartado **INCLUYE**.

GRUPO DE PARTICIPANTES.

El **grupo** debe ser compuesto por un **mínimo de 6 participantes** y un **máximo de 8** (viajando en nuestro transporte). El total de personas puede ser hasta **12 personas / guía**.

En caso de no llegarse al **grupo mínimo**, se deberá **anular el viaje**, existiendo **varias posibilidades**. Se puede **pagar un extra** por grupo pequeño de **220€ / persona** si sois un **grupo de 4 personas**, o un extra de **160€ / persona** para grupos de **5 personas**. Este suplemento está fijamente supeditado a que todos los participantes acepten el pago de este. La otra opción es la **devolución del dinero** (o la posibilidad de **guardar el importe ya pagado** como bono para utilizarlo en cualquier otro de nuestros viajes, que se podrán ver en nuestra página: www.viajes-aventura.es).

TRANSPORTE.

Los traslados se realizan en una **furgoneta de 9 plazas** (8 participantes + 1 guía), la cual nos permite una **amplia maniobrabilidad** para desplazarnos cómodamente, a la hora de **realizar paradas** en miradores, breves descansos o modificaciones puntuales de las excursiones.

ALOJAMIENTO.

Se usarán hoteles de ** y ***. El régimen será el establecido en cada fecha. Este viaje tiene la **posibilidad** de dormir en **habitaciones dobles** (compartidas con acompañantes conocidos o compartidas con otras personas del viaje interesadas) o en **habitaciones individuales** (lo que conlleva un sobrecoste, previsto en la tabla inicial de fechas).

MATERIAL NECESARIO.

Imprescindible una **maleta de 55 x 40 x 20 CM** para dejarla en el **alojamiento**.

- Chaqueta impermeable
- Ropa de abrigo
- Pantalones cortos y pantalones largos para las excursiones
- Camisetas de manga corta (alguna transpirable)
- Botas de senderismo
- Mochila de 20 – 30 L de capacidad
- Cantimplora o botella de agua
- Gorra y gafas de sol
- Crema solar y protector de labios
- Zapatillas deportivas
- Cámara de fotos
- Bastones
- Botiquín personal
- Neceser con productos de aseo personal
- Toalla y bañador

NIVEL / PREPARACIÓN FÍSICA.

El nivel de este viaje es un **nivel medio**, es decir, que las excursiones son realizables por **cualquier persona con una forma física normal**. Los **caminos** son de **montaña** con algún paso técnico. No requiere una preparación física especial.

EXTRAS DEL VIAJE.

Siempre podemos **gestionar** con el **alojamiento** la **posibilidad** de **ampliar la estancia** a tus necesidades. Si quieras pasar **una noche más** en la zona o **estar allí ya** para cuando se inicie el viaje, **contáctanos** a info@viajes-aventura.es y pídenos esta información.

Si quieras acudir a este viaje en tu **propio transporte**, podemos hacerte un **descuento de 10€ / día** sobre el **valor total del viaje**. Aplican condiciones*.



VIAJES DE SENDERISMO

*Deberás usar tu propio transporte durante todas las excursiones realizadas durante el viaje. El desplazamiento a la zona de inicio de cada excursión no excede de 1 hora. Cualquier modelo de coche es válido, ya que utilizamos carreteras convencionales y no caminos.

PAGOS.

Una vez comprobada la **disponibilidad de la plaza**, se puede considerar la misma **bloqueada** cuando se haga un ingreso de **50€** en concepto de **señal** (que se descontaría del precio final del viaje) o del **40% del importe total del viaje** (incluyendo el **extra por habitación individual** si lo hubiera). El **60%** restante se debe abonar a **menos de 15 días de la salida**. Si no recibimos información sobre el cliente durante ese tiempo, la **reserva** se considera directamente **anulada**. Para el abono de los importes, se utilizará como método de pago la transferencia bancaria, con los siguientes datos:

Banco: Sabadell

Destinatario: Amadablam Viajes Aventura

Cuenta: ES03 0081 1393 7800 0118 0921

Concepto: Nombre, apellidos e ID RESERVA

Para poder consultar la **política de cancelación** y sus **condiciones**, [pincha aquí](#).

Tras el primer pago del viaje (y tras confirmarse la plaza y habiendo llenado el formulario que os enviamos) os enviaremos el **Contrato de Viaje Combinado**, que **deberá ser firmado**, conforme a la ley reguladora, en un plazo de 7 días desde la fecha de recibo. En el caso de no recibir el correo, contáctanos a info@viajes-aventura.es.

SEGUROS.

Amadablam Viajes Aventura siempre contrata un **seguro individual, personal e intransferible** para cada **viajero** que **cubre los servicios básicos y accidentes** en nuestros viajes. Este seguro **está incluido** en el precio del viaje.

Amadablam cuenta con un **Seguro de Anulación** adicional a disposición del cliente. Además, siempre puedes contratar un **Seguro de Accidentes** adicional. Si tienes alguna **consulta** o quieres más **información**, contáctanos a info@viajes-aventura.es o a info@amadablamentura.es.

**viajes
aventura.es**