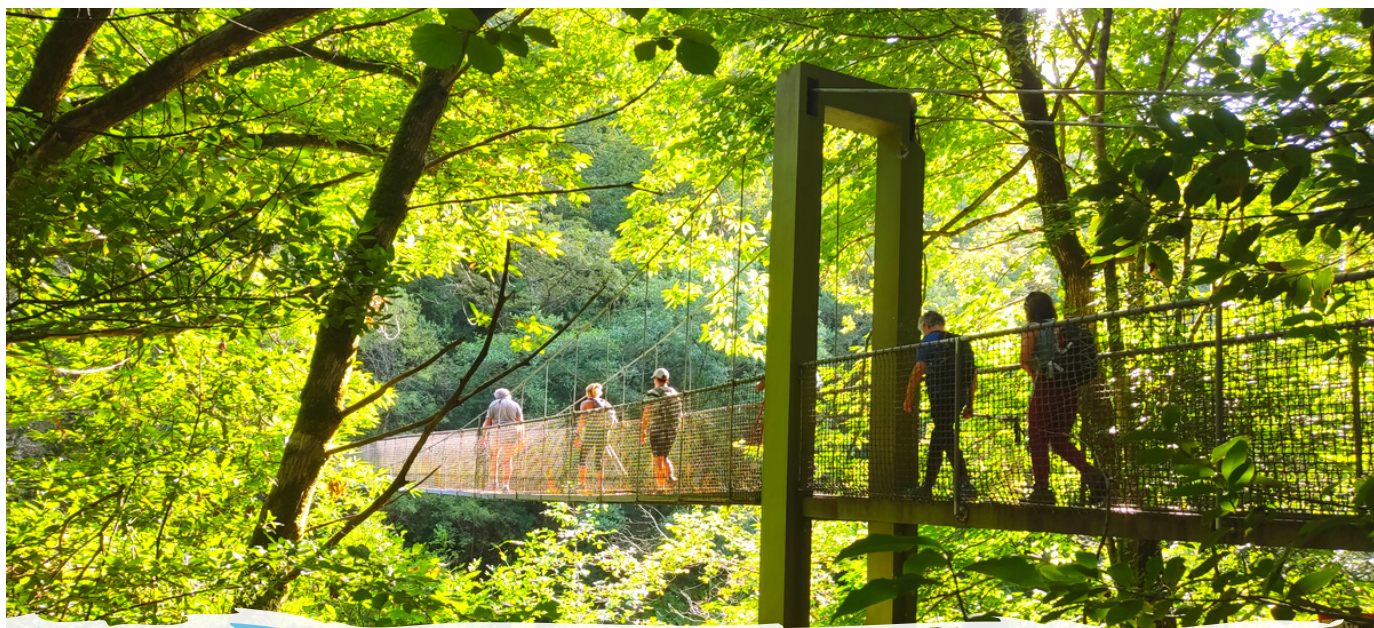


Estiu 2023



Del 20 al 26 d'agost

GALICIA

Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



INSCRIPCIONS: info@atlasnatura.es +34.613092100





Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



Senderisme per el Cabo Ortegal i el Parc Natural Fraguas do Eume

Regió: **A Coruña, Galícia**

Duració: **7 dies**

Exigència física



Exigència tècnica



Apunt d'informació

Cabo Ortegal no només destaca per ser un dels punts més septentrionals i occidentals de la península ibèrica, també és un lloc de gran interès geològic (amb presència de roques metamòrfiques i granítiques de més de 300 milions d'anys), de flora (amb una gran varietat d'espècies endèmiques) i de fauna, sent parada d'un gran nombre d'aus migratòries. Caminar pels seus penya-segats, amb la vista oberta a l'Atlàntic, és una experiència única.



El Parc Natural de Fragas do Eume neix a les vores del riu Eume, i és un dels boscos atlàntics més ben preservats d'Europa. La millor manera de conèixer el parc és a peu. Roures, pollancre, freixes, verns, més de 20 espècies de falgueres i 200 de líquens es donen aquí. A vegades la vegetació és tan espessa que amb prou feines deixa passar la llum. Amagat al bell mig del bosc arribarem al monestir de Caaveiro, un antic cenobi amb més de 10 segles d'història i unes vistes espectaculars d'aquesta "fraga" màgica.

INSCRIPCIONS: info@atlasnatura.es +34.613092100





Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



➔ Programació

Dia 1- Transport amb avió fins a A Coruña. Desplaçament i trobada amb els guies.

Dia 2 - Serra de Capelada i Monte do Limo

- Sortida del poble de Cariño fins a l'aldea de San André de Teixido.
- Visita a la magnífica cascada "FERVENZA POZO DO INFIERNO" i al CASTELO DO CASÓN.
- Recorregut per la "RUTA DOS PEIRAOS" amb visites als miradors "MIRADOIROS DE CORTES i BOCA DE TORRALBA" i a les torres de vigilància "GARITAS DE EXIL i DEL VILAR".
- Visita a l'ermita de San Antón de Corveiro i finalitzant amb el CASTELO DA CONCEPCIÓN a Cedeira.

Dia 3 - Rias de Ortigueira i Viveiro

- RUTA FLUVIAL DO RÍO SOR, passant per la Ría do Barqueiro.
- Recorregut per la riba del Río Sor, amb visita al "MIRADOIRO FERVENZA DE AUGACIDAS".

Dia 4 - Fervenza de Belelle

- Visita a la cascada "FERVENZA DE BELELLE" des de la població O Roxal.
- Continuació per una caminada de més de 2 quilòmetres seguint el canal fins a la PRESA DA FERVENZA i finalitzant a l'aldea de Belelle.

Dia 5 - PARQUE NATURAL FRAGAS DO EUME – RUTAS DEL MOSTEIRO DE CAVEIRO

- Visita a les "RUINES DO MUIÑO DE SESÍN", al "PONTE DE PIEDRA" i al "MOSTEIRO DE CAAVEIRO".
- Rutes escollides: "CAMIÑO DOS ENCOMENDEIROS", "CAMIÑO DA VENTUREIRA" i "RUTA DOS CERQUEIROS".

Dia 6 - CAMIÑO DOS ENCOMENDEIROS

- RUTA DOS CERQUEIROS O DE LOS MIRADOIROS amb destaca al "MIRADOIRO DE CARBUEIRA".
- Visita als carrerons de Pontedeume, contemplació de les vistes del "CASTELO DE ANDRADE" i visita al "MOSTEIRO DE MONFERO".

Dia 7 - Praia da Santa Magdalena

- Visita a la zona costanera de la Ría do Ferrol.
- Recorregut entre la "PRAIA DA SANTA MAGDALENA" en Cabanes fins a Redes, amb visita a un molí de mares i al poblet de Redes amb una bateria de canons al final del poble.

*Segons les condicions meteorològiques i de les mateixes rutes, aquestes poden ser modificades o canviades per altres d'igual o més interès.

INSCRIPCIONS: info@atlasnatura.es +34.613092100





Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



Tarifes

Preu: 855€ per persona.

Inclou:

- Guies de muntanya de senderisme.
- Allotjament i mitja pensió de tots els dies. (Excepte àpats durant els transport tant d'anada com de tornada)
- Furgonetes de suport 24 hores.
- Personal de suport logístic.
- Assegurances d'accidents.
- Assistència telefònica 24h amb la organització.
- Complements alimentaris per cada dia de ruta: fruita, xocolata, fruits secs, etc.

No inclou:

- Picnic de ruta. Podreu comprar als pobles on dormim, el que necessiteu de picnic durant les excursions.
- Transport amb avió.
- Tot el què no està especificat a l'apartat "inclou".



INSCRIPCIONS: info@atlasnatura.es +34.613092100





Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



Material recomanat

- Camisetes tècniques.
- Pantalons tècnics.
- Cantimplora.
- Motxila de ruta de 15-30L.
- Crema solar, ulleres i gorra.
- Frontal-Lot.
- Gore-tex-capalina.
- Plumífer o folre polar.
- Botes o bambes de muntanya. No portar noves a estrenar.
- Medicaments personals.
- Targeta federativa en cas de tenir-la.
- Bastons de trekking (opcional).



Mapes de la zona

Mapa Topogràfic Nacional. 1: 25000. A CORUÑA 21 III, GALICIA. IGC.



Literatura recomanada

- Los Pazos de Ulloa, de Emilia Pardo Bazán
- El camino de los ingleses, de Antonio Soler
- El puente de los cerezos, de Ángeles de Irisarri
- La Senda del Mar, de José Luis García Sánchez



INSCRIPCIONS: info@atlasnatura.es +34.613092100





Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



Inscripcions i pagament de reserva

Les inscripcions es realitzen directament a la web: www.atlasnatura.es. Cal omplir el requadre marró de "reserva un viatge". S'obrirà un altre formulari que cal omplir. Un cop enviat, rebreu un e-mail de confirmació de plaça.

Durant el procés d'inscripció, està detallat el pagament de la bestreta. Cal fer una transferència de 180€ al nº de compte que se us facilitarà.

IMPORTANT: Indicar Nom i Cognoms al concepte de la transferència i enviar comprovant a la organització (info@atlasnatura.es)

Dues setmanes abans del viatge, es liquidarà la resta de l'import.



Condicions de cancel·lació

- Les rutes i travesses s'impartiran per Guies de muntanya UIMLA, o tècnics esportius titulats per el Ministerio de Educación y Ciencia.
- Atlas Natura es reserva el dret de cancel·lar o modificar les activitats per raons meteorològiques o que poden afectar la seguretat del grup.
- Si un/a participant no presenta el nivell requerit o acordat, tant tècnic com físic, Atlas Natura podria variar, si fos possible, l'itinerari o programa per a adaptar-se al nivell del participant. Així mateix, el guia podrà variar el programa en funció de las condiciones meteorològiques o de las condiciones de la muntanya, amb l'objectiu de garantir la seguretat. Com a últim recurs, en cas que un/a participant no segueixi el nivell físic-tècnic, estipulat abans de la contractació, el guia podrà suggerir l'escurçament o eliminació d'algun tram de la ruta per a ell.
- El/La participant té la obligació d'informar a Atlas Natura sobre possibles problemes de salut, al·lèrgies o malalties cardiovasculars abans de contractar una activitat. Atlas Natura, no es fa responsable de malalties prèvies a l'activitat.



Cabo Ortegal i Parc Natural Fragas Do Eume



Condicions de cancel·lació

- En el moment de contractar el viatge, s'accepten les condicions aquí descrites, al formulari d'inscripció.
- Si es produeix una baixa fins un mes abans de l'inici del viatge, es retornarà la totalitat de l'import ingressat. Si la baixa es produeix fins 7 dies abans de l'inici del viatge, es retornarà la totalitat de l'import ingressat excepte el 20% de la totalitat de l'import en euros, en concepte de reserva.
- Si la baixa es produeix fins el dia anterior de la sortida es retornarà el 50% de l'import total.
- La no presentació el dia de la sortida representa la perduda total de l'import ingressat.
- L'abandonament de l'activitat per causes personals representa la perduda total de l'import ingressat.
- Qualsevol transport amb furgoneta de la organització és gratuït. En cap cas es retornarà l'import de bitllets de tren o avió ja emesos.