SENDERISMO GALICIA: Parque Nacional de las islas atlánticas y la Ribeira Sacra, 6 DIAS

VIAJE EN GRUPO REDUCIDO
FICHA TÉCNICA
2020

Déjate Inspirar
por nuestros viaje
esencia Insolit

INSOLIT
VIAJES Y AVENTURA

TRAVEL

PINCELADAS DE LA **RUTA...**

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

Recorreremos la Ribeira Sacra, uno de los lugares más singulares de toda Galicia y uno de los mayores tesoros escondidos de la península ibérica, ubicada a orillas del Río Miño y del Sil. Un destino en el que los ríos, el paisaje, la abundancia de monumentos románicos, sus milenarios viñedos y su naturaleza salvaje forman un atractivo destino.

Después nos adentramos en el Parque Nacional de las Islas Atlánticas. Desde Vigo también visitaremos Pontevedra y su ría, así como la población de Combarros. Ya más al norte nos dirigiremos hacia la Fraga del Eume, un lugar donde el bosque gallego se conserva en su esplendor para finalmente visitar el cabo Ortegal y la ríade Ortigueira. De regreso visitaremos Santiago, lugar único por su catedral y por la historia que ha recorrido esta ciudad durante siglos al ser el final del Camino de Santiago

LOCALIZACIÓN

CONOCE

GALICIA: RIBEIRA SACRA Y PARQUE NACIONAL DE LAS ISLAS ATLÁNTICAS

ESQUEMA DEL **ITINERARIO**

Día 1. Ruta de Augacaida y Castro de Marce
Día 2. Islas Cies
Día 3. Ruta da Pedra y da Aigua
Día 4. Fragas del Eume
Día 5. La Ría de Ortigueira y el Cabo Ortegal
Dia 6: Santiago de Compostela – regreso y fin de viaje!

RESALTAMOS

La caída de agua de 40 m, “Augacaída”
La Ribeira Sacra y sus viñedos imposibles
La ruta del faro en las islas Cíes, en un entorno espectacular
El desconocido Casco Vello de Ourense, vestigio de diferentes épocas

Es tiempo de VIAJAR

ALGUNOS PUNTOS IMPORTANTES DEL **VIAJE…**

LA RIBEIRA SACRA

La zona de la Ribeira Sacra, se sitúa entre las provincias de Lugo y Ourense. Este fantástico lugar va mucho más allá de lo *enxebre* y conjuga una oferta de naturaleza sin igual repleta de frondosos bosques que motean el paisaje de verdes y ocres, singulares viñedos en escarpadas laderas y unas calmadas aguas fluviales que han formado espectaculares y profundos cañones navegables. Otra perspectiva de estos desfiladeros fluviales se obtiene desde los miradores naturales colgados sobre el río, perfectos para contemplar un paisaje de belleza singular.

Durante el recorrido en la Ribeira Sacra también vas a conocer los *socalcos,* esos viñedos plantados con gran esfuerzo en las laderas de las montañas y de los que salen las uvas del conocido vino Amandi, que forma parte de una de las cinco denominaciones de origen vitivinícolas de Galicia.

La zona está propuesta a Patrimonio Mundial de la Unesco. La espiritualidad, la importancia de sus bienes patrimoniales religiosos y la relación que coexiste entre el hombre y la naturaleza que se da en la Ribeira Sacra son tres de los criterios en los que se sustenta su valor universal excepcional y que le ha hecho merecedora de esta candidatura.

PARQUE NACIONAL DE LAS ISLAS ATLÁNTICAS

Desde la ría de Arousa hasta la ría de Vigo, el Parque Nacional Illas Atlánticas va encadenado de isla en isla conformando un increíble Parque Nacional Marítimo-Terrestre, un paraíso natural de acantilados escarpados y fondos marinos protegidos de riqueza excepcional.

Desde la ría de Arousa hasta la de Vigo se encadenan estas islas, emergiendo del océano y embelleciendo el paisaje marino con la magia de sus acantilados. En sus entrañas, en el fondo del mar, se guardan las más preciadas riquezas ecológicas de este Parque Nacional, custodiadas por los cañones de los antiguos buques aquí hundidos. Es sin duda un lugar donde descubrir los misterios y leyendas del Atlántico. Los acantilados, los matorrales, las dunas y las playas, así como los distintos fondos marinos (de roca, de arena, de concha…) crean un gran mosaico de ecosistemas en estas islas y las aguas que los rodean. Uno de los principales lugares a visitar en el parque son las Islas Cíes: un archipiélago paradisíaco plagado de rutas de senderismo y un mbiente inigualable.

DÍA A DÍA DE **LA RUTA…**

DÍA 1 – TRASLADO A VIGO Y RUTA DE AUGACAIDA Y CASTRO DE MARCE (Cena)
Encuentro a primera hora en el punto de recogida en Madrid (Los viajeros que vengan desde otros puntos pueden tomar el AVE y les recogemos en la misma estación de Atocha). Desde allí, salida hacia Orense, donde pararemos a comer y daremos un paseo a pie por su bonito y desconocido "casco Vello", vestigio de diferentes épocas, desde los antiguos romanos, así como las historias y leyendas que los rodean. Pazos señoriales, fuentes termales, museos o grandes templos como la catedral, uno de los mejores ejemplos del románico de toda la península ibérica, son algunos de los ingredientes que hacen de Ourense una pequeña gran belleza, para muchos todavía desconocida…

Después de comer nos dirigiremos hacia la ruta de Augacaida, junto al rio Miño y la Ribeira Sacra para descubrir una de las cataratas más espectaculares y altas de todo Galicia con más de 40 metros. Así mismo podremos admirar el Castro de Marce, una construcción prerromana construido en un lugar único por sus vistas al Miño. Después, llegada al hotel en Vigo, ciudad en en pleno corazón de las Rias Baixas.

Distancia: 6 km por sendero / desnivel: asc. 350 / desc. 350

DÍA 2 – ISLAS CIES (Desayuno y cena)
En Vigo cogeremos el ferry que nos lleva hasta las Islas Cíes, donde realizaremos la ruta de los faros. El faro de las Islas Cíes, es el principal faro del archipiélago de las Islas Cíes y del Parque Nacional das Illas Atlánticas. Situado a 178 metros de altura sobre el nivel del mar y brindando a todo el que lo visita unas impresionantes vistas del parque natural, es más que un importante punto de rutas de senderismo, puesto que en la actualidad, en pleno 2019, sigue realizando su función marítima y enviando su destello desde la costa tal como lleva haciendo desde hace más de 150 años.
El entorno es sin duda espectacular. Declarado Parque Nacional por su entorno único en el atlántico, su fauna y sobre todo su flora lo hacen sin duda especial. Durante el recorrido nos podremos bañar en alguna de las playas que nos encontraremos en el recorrido.

Por la tarde disfrutaremos de la cuidad de Vigo. Un paseo por su casco antiguo y por supuesto una visita a la famosa calle de las Ostras, donde se puede disfrutar de este manjar de la ría de Vigo y ver el ambiente de las "ostreras" (mujeres que venden las ostras en la calle que le da nombre) acompañado de una buena copa de alvariño. Aquí tenemos dos calles emblemáticas que junto con la calle Real, mercado de la piedra y la plaza de la Constitución forman lo que aquí llamamos "Casco Vello", en la parte baja o zona del puerto de la ciudad olívica. Si seguimso esta emblemática calle, vamos a parar al "Mercado da Pedra", donde hay una buena cantidad de cafés y restaurantes de la "antigua movida viguesa" en los que saborear otros productos del mar, como la sepia o el calamar.

Distancia: 12 km por sendero / desnivel: asc. 420 / desc. 420

DÍA A DÍA DE **LA RUTA…**

DÍA 3 – RUTA DA PEDRA Y DA AIGUA (Desayuno y cena)
Hoy nos trasladaremos a Pontevedra para comenzar una ruta con vistas a la ría de esta preciosa cuidad. Una ruta que recorre desde Ribadumia donde encontraremos agua y muchas construcciones hechas en piedra y que rememoran como se vivía aquí antaño. El recorrido es sencillo y nos permite disfrutar de la naturaleza y de la ria de Pontevedra. Al final del recorrido podremos visitar el Monasterio cisterciense de Armenteira, habitado en la actualidad por una comunidad de monjas benedictinas.
Por la tarde visitaremos la villa clásica de Pontevedra, una una pequeña ciudad de ribera que combina historia, cultura y un ambiente acogedor. Su centro histórico, declarado Conjunto Histórico-Artístico en 1951, es uno de los mejor conservados de Galicia. Recorreremos a pie sus calles y plazas entrelazadas en el casco antiguo.

Distancia: 8 km por sendero / desnivel: asc. 260 / desc. 260

DÍA 4 – FRAGAS DEL EUME (Desayuno y cena)
Hoy nos trasladaremos a la provincia de A Coruña. Pararemos en las Fragas del Eume, conocidas por ser uno de los bosques atlánticos mejor conservados de toda Europa, con una gran biodiversidad donde el roble, los castaños y el abedul que son los principales protagonistas. Un paseo por un lugar mágico por su verdor, su sonido de agua y su soledad.
Por la tarde nos trasladaremos a Ferrol, ciudad curtida en mil batallas y sabia mezcla de cultura y elegancia urbana. Aquí dormiremos las dos próximas noches.

Distancia: 12 km por sendero / desnivel: asc. 450 / desc. 450

DÍA 5 – LA RIA DE ORTIGUEIRA Y EL CABO ORTEGAL (Desayuno y cena)
El Cabo Ortegal es uno de los estuarios más importantes de la costa norte. Su extraordinario valor geológico, ornitológico y paisajístico lo hacen una visita imprescindible en Galicia. Recorreremos algunos de los lugares emblemáticos y daremos un paseo por el cabo Ortegal para visitar sus Aguillones y alguna de sus famosas playas.

Distancia: 12 km por sendero / desnivel: asc. 350 / desc. 350

DÍA 6 – SANTIAGO DE COMPOSTELA- REGRESO CIUDAD DE ORIGEN
Desde Ferrol nos dirigiremos a Santiago de Compostela, ciudad única, Patrimonio de la Humanidad y emblema del famoso “camino”. Sus calles y su impresionante catedral serán el escenario de nuestro último paseo en Galicia. Pasaremos la mañana y despues de comer, salida de regreso hacia Madrid y enlace con el AVE por la noche para los viajeros provenientes de otros destinos.

PRECIOS Y FECHAS **DE SALIDA**

710 €

Grupo mín: 4 viajeros / máx: 12 viajeros

SUPLEMENTOS OPCIONALES TOTAL POR PERSONA/ ESTANCIA

4 viajeros total en el grupo: 90 €
Salida desde Barcelona: 240 €
Habitación individual: 175€

FECHAS DE SALIDA PREVISTAS 2020:

Julio: 20, 27 / Agosto: 3, 10 y 17, 24 y 31 / Septiembre: 7

Precios basados en salidas desde Barcelona y Madrid. Consultar salidas desde otros puntos.

Tasas calculadas a fecha 09-01-20. Es necesario reconfirmar el precio de las mismas en el momento de la contratación del viaje.

APRENDE A SOÑAR CON INSOLIT VIAJES

EL PRECIO **INCLUYE**

Transportes:

Salidas desde Madrid: transporte por carretera en minivan ida / vuelta de 9 plazas que cumple con todas las normativas de seguridad e higiene

Normativa seguridad e higiene vehículo:

El espacio ocupado máximo dentro de la furgoneta será de 5 viajeros + chofer dejando libres los asientos intermedios para cumplir con todas las normativas de seguridad e higiene a fecha 25 mayo 2020.

Desde Barcelona: AVE ida/vuelta Bcn-Madrid-Bcn más transporte por carretera en minivan ida / vuelta de 8 plazas cumpliendo toda la normativa de seguridad e higiene.

Alojamiento previsto: 3 noches en Vigo y 2 en El Ferrol en hotel 2*/3* en hab. / twin con baño privado

Comidas: 5 desayunos y 5 cenas

Actividades: todas las rutas de senderismo mencionadas con guía de montaña titulado

Varios: seguro de asistencia en viaje y específico para actividades de montaña, dossier de ruta, teléfono emergencias 24 horas, envío documentación vía mensajero a porte pagados a toda la Península y Baleares (Canarias envío por Correos)

EL PRECIO **NO INCLUYE**

Comidas al mediodía (se realizará en ruta), entrada al SPA, entradas a los museos (voluntario, no obligatorio), barco a Islas Cies (aprox. 25€),

Bebidas y comidas no especificadas

Extras personales

Todo lo que no esté especificado en el apartado “incluye”

CONSEJOS Y DATOS PRÁCTICOS A TENER
EN CUENTA

GASTOS EXTRAS DURANTE LA RUTA
Los gastos no incluidos son las comidas al mediodía y si deseas entrar a algún museo en alguna de las ciudades que visitareis. Aproximadamente tienes que llevar unos 150 € de gastos extras por persona

CLIMA
El clima de Galicia en esta época del año es caluroso durante el día y templado durante la noche, por lo que recomendamos ropa ligera para las excursiones y ropa ligera para los momentos de descanso y las noches.

VACUNAS

No hay ninguna vacuna obligatoria

SEGURIDAD E HIGIENE DURANTE LA RUTA
El espacio ocupado máximo dentro de la furgoneta será de 5 viajeros + chofer dejando libres los asientos intermedios para cumplir con todas las normativas de seguridad e higiene a fecha 25 mayo 2020.

LA GASTRONOMIA EN GALICIA
La gastronomía gallega es mundialmente conocida por su calidad y variedad y es muy complicado resumirlo en unas líneas…así que centrémonos en la zona de la Ribeira Sacra y el PN del Atlántico. Si eres un amante de la carne, en la Riberia Sacra encontrarás un gran número de platos con productos de cerdo y ternera. Desde chorizos, lacones pasando por el conocido churrasco gallego o chuleta de ternera gallega. Los productos de los ríos de la región también son apreciados, como las truchas y anguilas. Otros productos que tienen muchísima calidad en esta región son la miel, las castañas, el aceite y las cerezas. Y entre los dulces tradicionales se pueden mencionar la Bica de Castro Caldelas y la rosca de Sober.
En la zona de las rías, y su pescado y marisco, destacan las almejas, especialmente la variedad de O Carril, que tal y como marca la tradición hay que comer viva y acompañada con un chorro de limón. También tenemos que degustar en crudo la ostra, uno de los mariscos más aclamados en la zona. El mejillón es otra de las delicias gallegas por excelencia y se sirve de múltiples formas, cocido, a la vinagreta, en salsas o con guisos. Las nécoras, langostas, berberechos, vieiras o navajas también serán un lujo para nuestro paladar. Por supuesto la estrella es el pulpo, que se prepara de mil maneras, aunque la más tradicional es á feira aderezado con aceite de oliva, sal y pimentón picante.

COMO ES EL DIA A DIA DE LA RUTA
Nos levantamos tranquilamente y bajaremos a desayunar al restaurante del hotel y hora de coger fuerzas para el resto del día. Uuna vez hemos cogido todo el material nos trasladaremos al inicio de la excursión. Antes, intentaremos parar a comprar víveres para la comida del mediodía, pero hay que tener en cuenta que los festivos es más complicado, así que es mejor organizarse el día anterior. Los trayectos en coche no son muy largos (entre 20-30 minutos) y también forman parte de las excursiones, disfrutad del paisaje y todo lo que cuenta el guía. Se pueden realizar paradas donde se crea oportuno para hacer fotos o admirar paisajes. Estos días son para ir sin prisas. Durante las excursiones el ritmo es tranquilo, siempre disfrutando del paisaje, pero suficiente como para terminar las actividades. Después de la excursión, normalmente se toma un refrigerio en algún bar de la zona y se disfruta del ambiente de las poblaciones locales. El guía puede instruiros sobre sabores locales o cosas típicas de la zona. A la llegada al hotel hay tiempo para descansar o dar un paseo por el pueblo donde estamos alojados. Mañana será otro día!

LECTURA QUE ALIMENTAN EL ESPÍRITU
Todo esto te daré – Dolores Redondo
El caminante de las Cíes- Jose Manuel Da Rochas

CONDICIONES **PARTICULARES**

GRUPO MINIMO Y MAXIMO PARA LA REALIZACION DEL VIAJE
El grupo es de mínimo 4 y máximo 8 viajeros. En caso de no alcanzar el número mínimo de viajeros, Insolit puede optar con cancelar el viaje con derecho a la devolución integra de las cantidades depositadas. En ese caso, nunca será notificado con menos de 10 días de antelación.

INFRASTRUCTURA DEL ALOJAMIENTO DURANTE EL VIAJE
El alojamiento se realiza en hotel con cat. Local 2*/3* con desayuno y cena incluída en el propio establecimiento

SEGURIDAD E HIGIENE DURANTE LA RUTA
Los vehículos utilizados para el transporte cumplen todos los parámetros establecidos de seguridad de higiene según normativa

GARANTIA INSOLIT EN TODOS NUESTROS VIAJES
Además del seguro que asistencia en viaje que llevas contratado en cada una de nuestras rutas, INSOLIT tiene contratadas adicionalmente dos pólizas de seguros específicas (Responsabilidad Civil y Caución) para que tu siempre viajes tranquilo.

SI VIAJAS SOLO/A– POSIBILIDAD DE COMPARTIR HABITACION
Los precios publicados corresponden a alojamiento en base a habitación doble. A la hora de rellenar la formalización de solicitud de viaje, puedes solicitar “Compartir habitación” para evitar pagar el suplemento de individual. En el caso de que no haya personas del mismo sexo para compartir pero sí del otro sexo, os consultamos y ambos tenéis que estar de acuerdo para compartir. Esto no exime la aceptación del pago del suplemento de Individual en el caso de que finalmente no sea posible compartir.

FORMALIZACIÓN DE LA RESERVA
Consulta en el siguiente enlace:
http://insolitviatges.com/assets/fichas_tecnicas/condiciones_contrato_insolit_2020.pdf

Insolit Viajes & Aventura

Somos viajeros y nuestra pasión la hemos convertido en nuestro trabajo y en nuestra ilusión, que no es otra que preparar tu viaje. Porque desde que nos llamas, tendrás asesoramiento personalizado en cada uno de nuestros viajes, y serás atendido por un especialista en el destino! auditamos regularmente nuestros corresponsales y servicios en destino. Tu seguridad y satisfaccion es lo primero. **ESENCIA INSOLIT.**

INSOLIT
VIAJES Y AVENTURA

Gran Via Corts Catalanes, 583,
5ª planta – 08011 Barcelona

www.insolitviatges.com

T. 93 726 99 99
info@insolitviatges.com